

8.2 Уроки физической культуры (их количество), внедрение инновационных методик и технологий оздоровительной физической культуры.

В соответствии с учебным планом школы №594 на занятия физической культурой выделяется в 1-4х классах 64 часа (2 урока в неделю), в 5-8 и 9-11 классах 102 часа (3 урока в неделю).

На уроках физической культуры используются различные элементы креативной педагогики.

1. Уроки физической культуры проводятся на свежем воздухе, при хорошей погоде, что позволяет проводить закаливающие мероприятия.



2. Чередование видов деятельности. Разнообразие форм организации урока, чередование умственной и физической нагрузки учащихся - один из способов повышения эффективности урока. Чередование теории и практики.

3. Благоприятная дружеская обстановка на уроке.

На уроках обязательно обращается внимание на физическое и психологическое состояние детей, учителя наблюдают, как учащиеся воспринимают задания учителя, как оценивают его работу.

4. Дозировка заданий. Главное при выполнении упражнений - не допускать перегрузки учащихся. В конце урока обязательно проводятся релаксационные упражнения.

5. Индивидуальный подход к каждому ребенку. Дети очень разные, но учителя стараются сделать свои уроки интересными. Для этого они создают для каждого ученика ситуацию успеха.

6. Воспитательная направленность занятия. Воспитательный эффект уроков физкультуры достигается и за счет возможностей индивидуально - дифференцированного подхода к развитию качеств каждого ученика и формированию ценностного отношения к своему здоровью.

На уроках предусматривается:

- строгие дозированные физические нагрузки с учетом физического развития всех учащихся, их группы здоровья;
- строгий контроль температурного режима, вентиляции помещения;
- проверка и контроль за состоянием спортивного оборудования и инвентаря, своевременный их ремонт и починка, содержание их в чистоте;
- контроль за сменной спортивной формы;
- применение специальных упражнений для профилактики и коррекции осанки, применение дыхательных упражнений.

С целью активизации мышления учащихся и формирования интереса к физической культуре используется проблемное обучение. Для выработки у обучающихся объективной оценки своих достижений, формирования ответственности используется технология самооценки, где учащиеся определяют свою отметку по выполненному заданию, по усвоенной теме. При самооценке проводится анализ результатов деятельности и не оцениваются свойства личности.

В процессе преподавания физической культуры учителя стараются воспитать у учащихся самостоятельность в решении поставленных задач, умело опираться на ранее изученный материал программы. Сущность технологии, заключается в личностно - ориентированном характере обучения, индивидуальном подходе к каждому ребенку при организации занятий физической культурой, в формировании осознанной потребности в физкультурно-оздоровительной и спортивно - творческой деятельности. Это означает, что для каждого обучающегося создана индивидуальная образовательная траектория, которая учитывает индивидуальный тип телосложения, физическую подготовленность, состояние здоровья, а также особенности психического развития. Ребятам предлагаются упражнения различной степени сложности, предоставляется возможность постепенного овладения необходимыми умениями и навыками. В процессе учебной деятельности вводятся разные типы уроков, формы их проведения, комплексно используются фронтальные, групповые, индивидуальные

формы работы. Применяю разнообразные методы и приемы обучения. Наряду с комбинированными уроками проводятся нестандартные уроки с использованием элементов современного урока: уроки-игры, уроки-соревнования, уроки-соревнования. Применение ИКТ позволяют организовать учебный процесс на новом, более высоком уровне, обеспечивать более полное усвоение учебного материала. Это помогает в решении ещё одной задачи – разбудить заинтересованность школьников в формировании здорового образа жизни. Уроки физической культуры включают большой объём теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому применение электронных презентаций позволяет нам эффективно решать эту проблему. При оценке физической подготовленности учитываются как максимальный результат, так и прирост результата. Причем индивидуальные достижения имеют приоритетное значение. При выставлении отметки по физической культуре учитываются и теоретические знания, и техника выполнения двигательного действия, и прилежание, и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. Широко применяются методы поощрения, словесные одобрения. Одних детей надо убедить в собственных возможностях, успокоить, приободрить; других – сдержать от излишнего рвения; третьих – заинтересовать. Всё это формирует у школьников положительное отношение к исполнению заданий, создаёт основу для общественной активности. Временно освобождённые дети и обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к специальной медицинской группе присутствуют на уроках: помогают в подготовке инвентаря, судействе, знакомятся с теоретическими сведениями, с техникой выполнения двигательных действий. В результате использования вышеописанных технологий в повышении эффективности и качества урока физической культуры в современных условиях удастся:

- раскрыть всесторонние способности учащихся;
- повысить заинтересованность ребят и увлеченность предметом;
- научить учащихся быть более уверенными в себе;
- научить учащихся стараться использовать полученные знания в различных ситуациях;
- повысить качество знаний учащихся;

Учащиеся становятся победителями и призерами соревнований по физической культуре.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 594 Московского района Санкт-Петербурга

