

# Домашние задания. Их целевая направленность. Контроль и самоконтроль за выполнением домашних заданий учащимися

Выполнила:  
Ажнакина

К.В.


Красноярск, 2018

## **Домашние задания по физической культуре направлены на решение следующих задач:**


- Укрепление здоровья детей;
- Повышение двигательной активности детей и приобщение к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- Укрепление основных мышечных групп;
- Развитие физических качеств учеников;
- Формирование правильной осанки;

## **Домашние задания по физической культуре направлены на решение следующих задач:**

- Подготовка и освоение учебного материала программы к выполнению учебных нормативов;
- Формирование здорового образа жизни у детей;
- Воспитание у учеников целеустремленности, силы воли, работоспособности преодолевать трудности;
- Выработка у учащихся простейших приемов самоконтроля за реакцией своего организма на нагрузку



**Домашние задания по физической культуре учитель должен записывать в плане-конспекте.** Указываются те задания, которые даются для всего класса или группы учащихся. Они записываются в заключительной части урока. Однако учитель может давать и проверять их в любой части урока.



**Для определения дозировки упражнений домашних заданий учитель руководствуется нормативными требованиями, которые предъявляет к учащимся данного возраста учебная программа.** При этом обязательно учитывается состояние здоровья, показатели физического развития и двигательной подготовленности каждого конкретного учащегося.

## **Для успешного выполнения и применения домашних заданий необходимо соблюдать ряд условий:**

1. Добиться, чтобы учащиеся знали требования учебной программы и уровни развития основных двигательных качеств, которых они должны достичь в своем возрасте
2. Убедить учащихся в практической пользе домашних заданий как необходимого дополнения к урокам физической культуры
3. Умело выделять главное, над чем и в какой период работать тому или иному ученику
4. Основательно изучить с учащимися на уроке материал домашних заданий

## **Для успешного выполнения и применения домашних заданий необходимо соблюдать ряд условий:**

5. Уметь определить степень воздействия применяемых упражнений на организм школьников, знать способы правильного регулирования этого воздействия

6. Обращать внимание учащихся на организацию и методику проведения заданных на дом упражнений


7. Обучать учащихся правильной терминологии, научить их пользоваться ею при записи домашних заданий

8. Обязательно сообщать учащимся сроки проверки домашних заданий

**Для успешного выполнения и применения домашних заданий необходимо соблюдать ряд условий:**

9. Фиксировать домашние задания в годовых планах прохождения учебного материала

10. Не рекомендуется давать задания по выполнению сложных упражнений, требующих условий и страховки



Домашние задания призваны увеличить недельный двигательный режим школьника, поэтому **выполнять их рекомендуется не реже двух раз в неделю продолжительностью от 15 до 35 минут.**

**Домашние задания лучше осуществлять на свежем воздухе или в хорошо проветренном помещении.**

**В целях рационального внедрения домашних заданий необходимо провести работу с родителями, ознакомить их с особенностями домашних заданий по физкультуре, привлечь к созданию условий регулярных заданий физической культурой для их детей.**



# Домашние задания

```
graph TD; A[Домашние задания] --> B[Сквозные]; A --> C[Тематические];
```

## Сквозные

Задания, которые на протяжении всего учебного года для каждого класса одни и те же и для мальчиков, и для девочек. Они направлены на достижение и поддержание оптимального уровня развития двигательных качеств в течение всего периода обучения

## Тематические

Задания для целенаправленной подготовки учащихся к освоению отдельных разделов учебной программы и способствуют развитию двигательных качеств осуществляется с опережением в изучении того или иного раздела программы

## **В качестве домашних заданий рекомендуется давать:**

- Комплексы общеразвивающих упражнений, разученные на уроке;
- Комплексы утренней гимнастики, состоящие из 5-6 упражнений, воздействующих на различные мышечные группы: плечевой пояс, мышцы спины, брюшной пресс, мышцы нижних конечностей;
- Упражнения на растягивание;
- Упражнения на осанку;
- Упражнения в метании мяча;
- Упражнения в прыжках на месте и с места


## Контроль за выполнением домашних заданий




Контроль осуществляется на уроках. Это проверка правильности выполнения упражнений, определение сдвигов количественных показателей, выявление степени повышения уровня физической подготовленности конкретного ребенка.

## Контроль за выполнением домашних заданий


- 1. Фронтальная проверка:** так можно проверять несложные упражнения утренней гимнастики, некоторые акробатические элементы.
- 2. Выборочная проверка,** когда проверяется выполнение домашних заданий отдельными учащимися. Ее можно проводить по ходу урока, не останавливая учебного процесса, или специально обратить внимание всех ребят на ошибки и положительные стороны при выполнении упражнений домашних заданий отдельными учащимися.
- 3. Проверка в парах,** при которой каждый ученик оценивает выполнение домашнего задания у своего товарища.
- 4. Коллективная проверка** - выполнение домашнего задания одним из учащихся или каждым учеником оценивает весь класс.
- 5. Проверка** домашних заданий **ответственным** за это учащимся.
- 6. Соревнования** по офп.
- 7. Контроль** со стороны **старшекласников-инструкторов**




**Контроль должен быть обязательным, регулярным, справедливым**



**Необходимо** (естественно, научив ребят выполнять домашние задания и правильно вести учет проделанной работы) **справедливо оценивать и такие качества как трудолюбие и лень учащихся**



**Ошибок здесь быть не должно.** Ошибки в контроле могут привести к самым нежелательным явлениям в воспитании личности



Контролируя выполнение домашних заданий, не надо забывать и об **оценке достижений** того или иного ученика



