

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ**  
**К ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ**  
**РАБОТЕ НА ТЕМУ:**

*«Методические особенности подготовки и проведения уроков физической культуры в среднем звене в соответствии с ФГОС»*

**Н. Д. Рыбаков**

**Объектом исследования** является процесс подготовки и проведения урока физической культуры в школе.

**Предмет исследования** – уроки физической культуры как учебно-воспитательный процесс в современной школе.

**Цель исследования** – совершенствование методики подготовки и проведения урока физической культуры в условиях реализации ФГОС.

**Рабочая гипотеза.** Предполагается, что ответственное отношение учителя к уроку физической культуры и тщательная подготовка к нему способствуют успешному решению задач физического воспитания подрастающего поколения.

**Физическая культура** – это учебный предмет, входящий в структуру учебного плана общеобразовательной школы. Занятия физической культурой регламентируется государственной программой, а минимальной единицей образовательного процесса по данному предмету является урок.



**Урок физической культуры** – основная форма организации учебной работы по физическому воспитанию в школе, его качество и результативность определяют эффективность решения широкого спектра задач, стоящих перед образовательным учреждением и системой физического воспитания.

Урок является основой для :

– методов самостоятельной работы учащихся;



– методов групповой работы учащихся;



– внеклассной спортивно-массовой работы с учащимися.



# ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

оздоровительные	образовательные	воспитательные
укрепление здоровья;	формирование и совершенства прикладных и спортивных умений и навыков;	формирование моральных и волевых качеств;
совершенствование телосложения;	приобретение специальных знаний в области фк;	содействие трудовому и эстетическому воспитанию;
достижение и сохранение высокой работоспособности		формирование потребности в самостоятельных

Формирование интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом



**Средним** принято считать школьный **возраст** от одиннадцати до пятнадцати лет, когда у детей завершается процесс биологического созревания организма. Большинство исследователей называют данный возраст подростковым. Дети рассматриваемого возраста являются учениками 5-8 класса.

## Средний школьный возраст

Средний школьный возраст ребенка ограничивается пятью годами – с 11 до 15 лет.

Средний школьный возраст – переходный от детства к юности. Он характеризуется общим подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой всего организма. В этом возрасте происходит бурный рост и развитие всего организма.



# 1. Анатомо-физиологические особенности подростков

- Интенсивный рост за счет трубчатых костей конечностей
- Масса тела растет менее интенсивно, чем скелет
- Нарастает мускульная сила
- Непропорциональный рост сердца и сосудов



- Начинается активное половое созревание «гормональная буря»

**1 этап  
11-12 лет**

Изменения только в гормональной системе

**2 этап  
13-15 лет**

Появление вторичных половых признаков

Возраст (в годах)	Мальчики			Девочки		
	Вес, кг	Рост, см	Окружность груди, см	Вес, кг	Рост, см	Окружность груди, см
12	41,2	150	72,8	44	152,8	73,1
13	45,8	156,6	74,8	48,7	156,8	76,1
14	51,1	162,6	77,1	51,3	160,8	77,1
15	56,3	166,7	80,7	54,6	161,8	78,5

**Подростковый возраст** – это период бурного развития детского организма, совершенствования его физических способностей, повышения двигательных возможностей. При правильной методике спортивные занятия в подростковом возрасте оказывают положительное влияние на формирование организма занимающихся.

## Влияние физической активности на организм

- Снижается артериальное давление
- Снижается холестерин
- Стимулируются защитные силы организма
- Стимулируется умственная деятельность
- Улучшается сон
- Уменьшается раздражительность и беспокойство
- Способствует снижению веса
- Улучшается внешний вид
- Повышается самооценка и работоспособность



## Особенности организации и проведения уроков физической культуры в средней школе

Работа учителя:

- постановка задач образовательной, оздоровительной и воспитательной направленностей;
- определение места и лимита времени проведения занятия по запланированной теме, последовательности изучения и освоения учебного материала, уровня физической и образовательной подготовки, материально-технических условий образовательного учреждения (состояние спортивного зала, наличие необходимого оборудования и инвентаря);
- подбор учебного материала в соответствии с особенностями школьной программы, количества учеников в классе, их интересов и индивидуальных особенностей



## **Оперативное управление реализуется посредством:**

- \* контроля и оценки содержания тренировочных заданий и реакции организма на нагрузку;
- \* акцентирования внимания на более значимом для понимания содержания учебного материала;
- \* сохранения познавательной активности и сосредоточения внимания;
- \* применения словесных и наглядных методов при объяснении заданий;
- \* фронтального опроса на предмет понимания заданного упражнения;
- \* контроля и корректировки интеллектуальной и физической нагрузки;
- \* формирования благоприятного эмоционального фона.



## Оказание помощи учащимся при осуществлении различных видов деятельности:

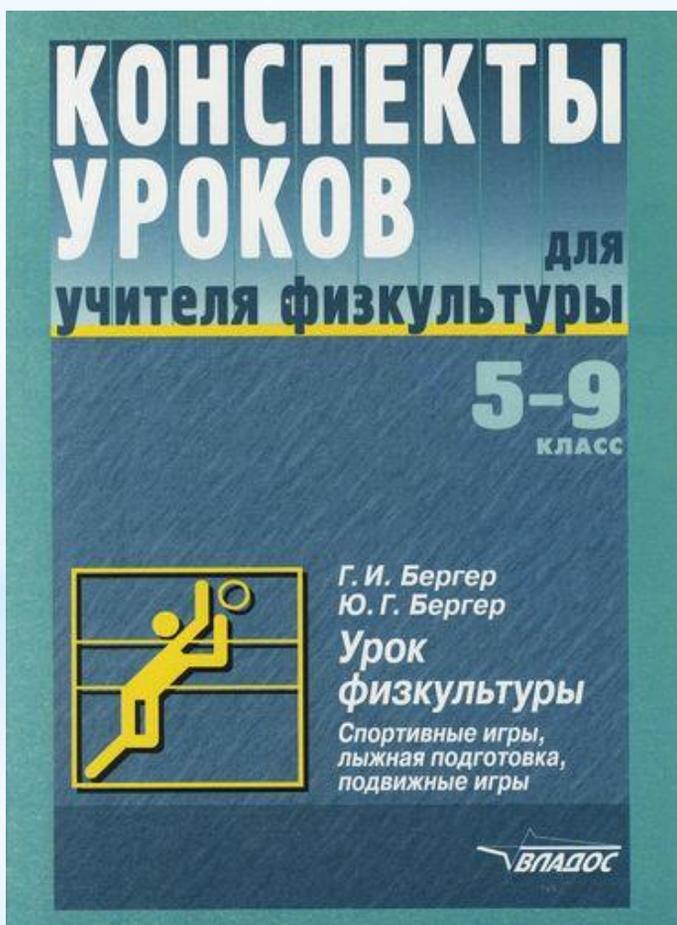
- в умственной деятельности (объяснение методов выполнения упражнения);
- при выполнении тренировочных упражнений (например, поддержка за ноги при исполнении гимнастического мостика, облегчение внешних условий решения задачи
- в поведенческой деятельности выражается (поиск способов взаимного общения, а также создание ситуации, способствующей поддержанию благоприятного микроклимата внутри класса.



Основным видом подготовки учителя к уроку физической культуры является **составление конспекта**.

***Основные мероприятия по разработке плана-конспекта урока:***

- 1) определить основные и частные задачи занятия исходя из результатов прошлого урока, наличия необходимого оборудования, инвентаря, пособия и условий (в том числе погодных);
- 2) запланировать основную часть занятий;
- 3) определить критерии и формы оценивания результатов учебного труда.



## План – конспект урока по физической культуре в 7 классе

### Тема: «Баскетбол. Ловля, передача и ведение мяча»

#### Цели урока:

- закрепление двигательных навыков;
- укрепление здоровья обучающихся, формирование потребностей в здоровом образе жизни;
  - воспитание коллективизма, взаимопомощи и взаимоподдержки, дисциплинированность, самостоятельности, активности, уверенности в своих силах
- закрепление двигательных навыков;
- укрепление здоровья обучающихся, формирование потребностей в здоровом образе жизни;
  - воспитание коллективизма, взаимопомощи и взаимоподдержки, дисциплинированность, самостоятельности, активности, уверенности в своих силах
- закрепление двигательных навыков при игре в баскетбол;

#### Задачи урока:

1. Укрепление здоровья обучающихся, формирование потребностей в здоровом образе жизни;
2. Отработать технику передач мяча.
3. Развивать координацию, скоростно-силовые качества, прыгучесть. Воспитание дисциплинированности.

Место проведения урока: Спортивный зал

Спортивный инвентарь: Свисток, баскетбольные мячи.

Дата:

Часть урока	Содержание урока	Дозировка	ОМУ
<b>Подготовительная часть 13(мин)</b>	<p>Построение. Приветствие. Сообщение задач урока. Повороты на месте.</p> <p>Ходьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- на носках</li> <li>- на пятках</li> <li>- на внешней стороне стопы</li> <li>-на внутренней стороне стопы</li> </ul> <p>Бег змейкой.</p> <p>Специально беговые упражнения:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.С высоким подниманием бедра</li> <li>2.Захлест голени</li> <li>3.Прыжки на левой</li> <li>4.Прыжки на правой</li> <li>5.Прыжки на двух</li> <li>6.Махи вперед</li> <li>7.Махи назад</li> <li>8.Подскоки</li> </ol>	<p>2мин</p> <p>2мин</p> <p>4мин</p> <p>5мин</p>	<p>Проверка спорт формы. Быстро, ясно, четко. Выполнять под счет.</p> <p>Спина прямая.</p> <p>Слушать внимательно учителя.</p> <p>Следить за правильностью выполнения.</p>
<b>Основная часть (22мин)</b>	<p>Ведение мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- змейкой</li> <li>- в присядь</li> <li>- спиной вперед</li> <li>- левым боком</li> <li>- правым боком</li> </ul> <p>Передачи мяча различными способами:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-от груди:</li> <li>-одной рукой от плеча (правой и левой поочередно)</li> <li>-снизу правой и левой рукой поочередно</li> <li>-одной рукой от плеча, с отскоком от пола (правой и левой поочередно).</li> <li>- из-за головы.</li> </ul> <p><b>Учебная игра: «Баскетбол»</b></p>	<p>5мин</p> <p>7 мин</p> <p>10 мин</p>	<p>Двигаться приставным шагом, в стойке баскетболиста, передача мяча на ход партнеру.</p> <p>В парах на месте.</p> <p>Следить за техникой выполнения.</p> <p>Класс делиться на две команды Игра проводится по упрощенным правилам игры в баскетбол.</p>
<b>Заключительная часть (5мин)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Построение.</li> <li>-Подведение итогов.</li> <li>-Домашнее задание.</li> <li>-Оценки</li> </ul> <p>Организованный уход из зала.</p>	<p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>	<p>Выделить лучших занимающихся на уроке.</p> <p>Отжимания М-20 раз Д-10 раз До свидания!</p>

Современный урок – это урок по ФГОС. В связи с введением ФГОС нового поколения к современному уроку предъявляется ряд требований:

1) на уроке должна быть выявлена и поставлена учебная проблема, которую учитель решает в сотрудничестве с учениками, при этом учитель сам направляет учеников на сотрудничество с ним и одноклассниками;

2) учитель активизирует деятельность учащихся при создании проблемно-поисковых ситуаций;

3) результаты оценивают сами учащиеся;

4) сведение к минимуму привычных школьных репродуктивных методов, акцент на творчество и сотворчество;

5) применение время-сберегающих и здоровье-сберегающих технологий;

6) основная роль детей на уроке;

7) ориентация на уровень развития и способности учащихся с учетом профиля класса, предпочтения учащихся, эмоциональный настрой детей;

8) умение учителя применять творческие способности в своих методиках;

9) планирование обратной связи



 **Федеральный  
Государственный  
Образовательный**

**СТАНДАРТ**

Неотъемлемым элементом нового стандарта являются универсальные учебные действия (УУД).

Под УУД понимают совокупность способов познавательной деятельности учащихся, направленных на усвоение ими учебного содержания.

Представлены четыре вида УУД:

## Виды УУД, формируемые на уроках физической культуры

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
1. Самоопределение	1. Целеполагание 2. Планирование 3. Самоконтроль 4. Самооценка 5. Способность к волевому усилию	1. Формулирование цели 2. Выделение необходимой информации 3. Структурирование 4. Выбор эффективных способов решения учебной задачи 5. Рефлексия 6. Анализ и синтез 7. Сравнение 8. Классификации	1. Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами 2. Постановка вопросов 3. Разрешение конфликтов

## Результаты освоения предмета «Физическая культура».

### предметные

Знания и способы двигательной деятельности, умения творческих их применять при решении практических задач связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

### личностные

Положительное отношение к занятиям двигательной деятельностью. Достижение личностно-значимых результатов в физическом совершенстве.

### метапредметные

Уровень сформированности универсальных способностей, проявляющихся в активном применении знаний и умений.



Таблица – Отличия урока по ФГОС от традиционного

Требования к уроку	Традиционный урок	Урок по ФГОС
Объявление темы урока	Преподаватель сообщает учащимся	Формулируют сами учащиеся
Сообщение целей и задач	Преподаватель формулирует и сообщает учащимся, чему должны научиться	Формулируют сами учащиеся, определив границы знания и незнания
Планирование	Преподаватель сообщает учащимся, какую работу они должны выполнить, чтобы достичь цели	Планирование учащимися способов достижения намеченной цели
Практическая деятельность учащихся	Под руководством преподавателя учащиеся выполняют ряд практических задач (чаще применяется фронтальный метод организации деятельности)	Учащиеся осуществляют учебные действия по намеченному плану (применяется групповой, индивидуальный методы)
Осуществление контроля	Преподаватель осуществляет контроль за выполнением учащимися практической работы	Учащиеся осуществляют контроль (применяются формы самоконтроля, взаимоконтроля)
Осуществление коррекции	Преподаватель в ходе выполнения и по итогам выполненной работы учащимися осуществляет коррекцию	Учащиеся формулируют затруднения и осуществляют коррекцию самостоятельно
Оценивание учащихся	Преподаватель осуществляет оценивание учащихся за работу на уроке	Учащиеся дают оценку деятельности по её результатам (самооценивание, оценивание результатов деятельности товарищей)
Итог урока	Преподаватель выясняет у учащихся, что они запомнили	Проводится рефлексия
Домашнее задание	Преподаватель объявляет и комментирует (чаще – задание одно для всех)	Учащиеся могут выбирать задание из предложенных преподавателем с учётом индивидуальных возможностей

**Методические рекомендации** по подготовке и проведению уроков физической культуры в среднем звене в соответствии с ФГОС содержат:

- основные цели изучения физической культуры;
- нормативные документы, регламентирующие введение и реализацию ФГОС общего образования;
- описание организации учебного процесса по предмету «Физкультура»;
- описание уроков физической культуры различной направленности (уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью);
- требования к организации и проведению современного урока;
- программно-методическое обеспечение по предмету «Физическая культура».



Таблица 1.3 – Федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию основных образовательных программ среднего общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2018 г. № 345 (в извлечении))

<b>Автор</b>	<b>Наименование</b>	<b>Класс</b>	<b>Издательство</b>
Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и др. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура	5-7	АО «Издательство «Просвещение»
Лях В.И.	Физическая культура	8-9	АО «Издательство «Просвещение»
Матвеев А.П.	Физическая культура	5	АО «Издательство «Просвещение»
Матвеев А.П.	Физическая культура	6-7	АО «Издательство «Просвещение»
Матвеев А.П.	Физическая культура	8-9	АО «Издательство «Просвещение»
Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С.	Физическая культура	5-7	ООО «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»
Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С.	Физическая культура	8-9	ООО «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»

**спасибо  
за внимание!**