

# **Формы организации занятий по физической культуре в школе**

Выполнил:  
студент группы 8211  
Милов Анатолий

Проверил:  
Декан факультета ФК  
Хурамшин И.Г.

# Введение

- Основной формой организации учебной работы по физическому воспитанию является учебное занятие (урок). Урок физической культуры является для всех учащихся обязательной формой занятий, обеспечивающий необходимый минимум знаний, умений, навыков, предусмотренных программой.
- Уроки физической культуры имеют свои специфические особенности. Они проводятся в спортивном зале, на открытых площадках, стадионах. Уроки физической культуры отличаются большим многообразием двигательных ощущений, воздействующих на организм учащихся, что обязывает учителя осуществлять индивидуальный подход к учащимся.

# Структура и задачи урока физической культуры

**Урок физической культуры состоит из трех частей:**

- Подготовительная
- Основная
- Заключительная

**В ходе которых решаются задачи:**

- Образовательная
- Воспитательная
- Оздоровительная

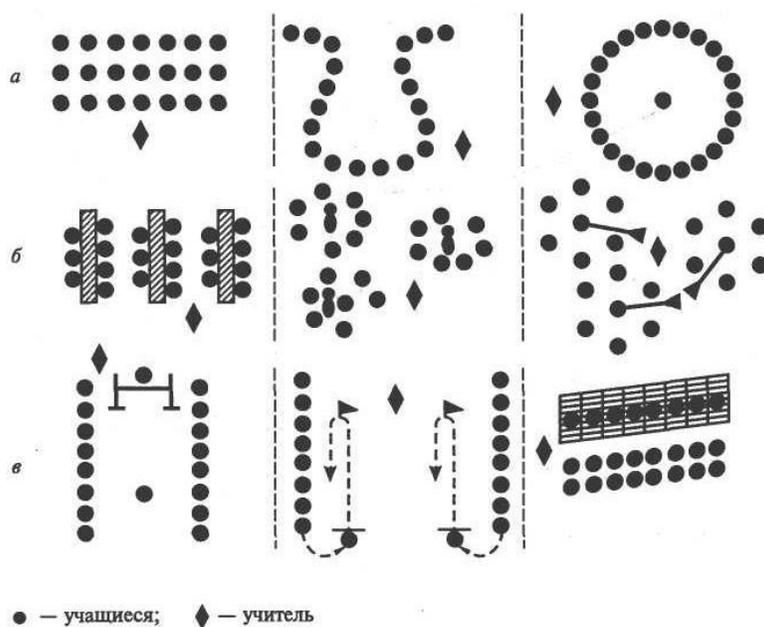
# Формы организации занятий по ФК

- В настоящее время на уроках физической культуры в общеобразовательных школах применяются следующие формы организации: фронтальная, групповая, индивидуальная.
- В то же время в теории и методике физического воспитания выделена и особая организационно-методическая форма проведения упражнений – круговая тренировка

а) фронтальная

б) групповая

в) индивидуальная



# Фронтальная форма организации

Данная форма подразумевает в себе выполнение учащимися всего класса одинакового для всех задания под руководством учителя.

Одинаковые задания могут выполняться всем классом:

- Поочередно
- По одному
- По двое
- Несколькими учениками
- Поток

Потоком можно выполнять только те физические упражнения, которые прочно усвоены учащимися.

- Положительная сторона фронтальной формы организации заключается в том, что в активные двигательные действия вовлекаются все ученики класса. Однако здесь ограничены возможности учителя внимательно наблюдать за каждым учеником, нельзя вовремя предотвратить, обнаружить и исправить ошибки учащихся. Фронтальная форма особенно рациональна на уроках физической культуры в I–IV классах, поскольку младшие школьники отличаются большей подвижностью и не могут подолгу оставаться в бездеятельном состоянии. Кроме того, содержание обучения состоит из сравнительно несложного материала, учитывающего учебные возможности данного контингента учащихся.



# Групповая форма организации

- **Групповая форма организации** - временное деление коллектива класса на несколько групп (команд, звеньев, отделений) и выполнение каждой группой «своих» заданий по указанию учителя. Группы не должны быть постоянными, поскольку в их составе учащиеся разного уровня успеваемости (подготовленности), что в последующем может затруднить реализацию принципа единства обучения, равное право на образование и на развитие способностей.
- **Учебная деятельность учащихся при этом выполняется группами:**
  - Одновременно всей группой
  - Поочередно
- По команде учителя начинается и заканчивается работа групп и смена заданий в группах. Групповая форма применяется преимущественно в основной части урока, когда изучаются два или более разнородных и сложных физических упражнений.

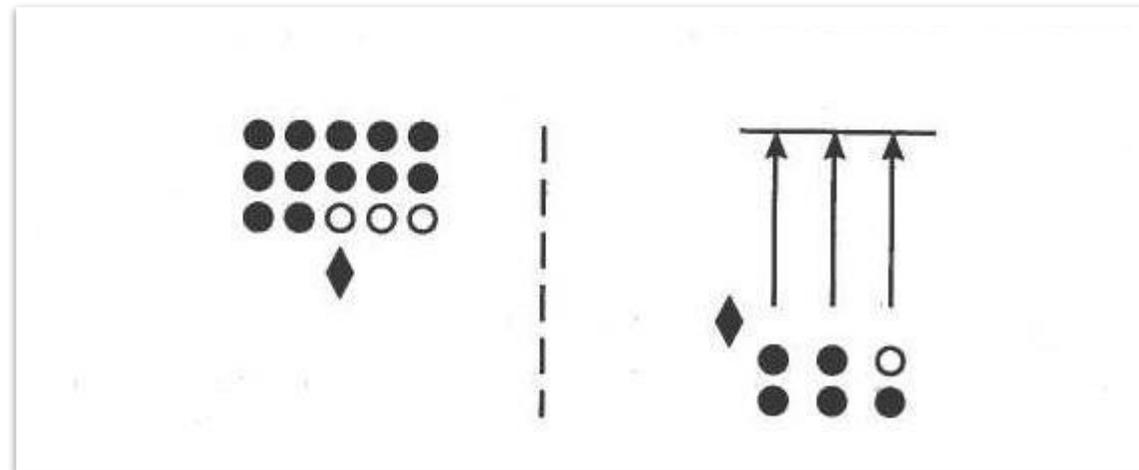
- На группы ученики распределяются с учетом пола, уровня физической подготовленности, состояния здоровья. Положительная сторона этой формы в том, что здесь стимулируется самостоятельная работа школьников, которая содействует формированию у них потребности в самообразовании, что наиболее важно на данном этапе. Учитель имеет возможность уделить больше внимания группе учащихся, выполняющих наиболее сложные упражнения, оказывать им помощь и страховать их (обеспечивать безопасность при выполнении двигательного действия).



# Индивидуальная форма организации

- **Индивидуальная форма организации** - каждый ученик выполняет индивидуальное задание независимо от других.
- Такая форма организации отвечает способностям и возможностям отдельных учащихся (и хорошо успевающих, и среднеуспевающих, и слабоуспевающих), позволяет отрегулировать темп выполнения заданий в соответствии с индивидуальными учебными возможностями учащихся при решении одних и тех же задач, например, в развитии двигательных качеств на подготовительном этапе. При этом учитель наблюдает за деятельностью каждого учащегося, помогает определить рациональный способ достижения поставленной задачи. Преимущество данной формы в том, что она содействует активизации деятельности каждого учащегося.

- Индивидуальная форма может быть применена на уроках физической культуры всех типов.
- Особую ценность они представляют на подготовительном этапе, когда в процессе самостоятельных занятий формируются двигательные и инструктивно-методические умения.
- В структуре школьного урока физической культуры индивидуальная форма организации используется во всех трех его частях, чаще всего в IX–XI классах. Однако это не исключает ее применения в младших и средних классах.



- Используя индивидуальную форму на уроках, учитель полнее удовлетворяет запросы и интересы учащихся, создает оптимальные возможности для их физической подготовки, предлагая упражнения-задания, наиболее соответствующие их учебным возможностям и потребностям, целенаправленно организуя педагогический процесс.

# Круговая тренировка

- **Круговая тренировка** - наиболее развитая ступень групповой формы организации.
- Сущность круговой формы организации заключается в том, что коллектив класса разделяется на несколько групп по 4–6 учащихся. Группы распределяются учителем по местам занятий (станциям) в зале или на площадке, где расставлены снаряды, инвентарь или специально оборудованы для таких занятий. На «станциях» очередность выполнения упражнений планируется так, чтобы по направленности воздействия они сменяли друг друга. К примеру, если на одной «станции» преимущественное воздействие оказывается на мышечную систему нижних конечностей (ног), то на последующих – на другие мышечные группы: туловища, верхних конечностей и др.

- Для школьного урока физической культуры эта форма приобретает особое значение, так как позволяет организовать учебную деятельность одновременно всего коллектива класса с относительной самостоятельностью и использованием большого количества оборудования и инвентаря.



- Круговая форма организации требует предварительной подготовки учащихся. Физические упражнения должны быть хорошо знакомы учащимся, не требовать подстраховки, избирательно воздействовать на определенные системы организма, соответствовать возрасту и подготовленности занимающихся.

# Вывод

Применяемые методы организации занятий должны обеспечивать высокую двигательную активность учащихся и необходимую нагрузку на уроке. Но при этом необходимо учитывать индивидуальные особенности детского организма.

# СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

- <https://multiurok.ru/files/dlia-svidietiel-stva-21.html>
- <https://infourok.ru/statya-formi-organizacii-uchebnoy-deyatelnosti-na-uroke-fizicheskoy-kulturi-po-fgos-ooo-1439848.html>
- <https://www.libsid.ru/teoriya-i-metodika-obucheniya-fizicheskoy-kulture/didakticheskie-printsipi-predmeta-fizicheskaya-kultura--urok-v-didakticheskoy-sisteme-predmeta-fizichesk/forma-organizatsii-deyatelnosti-pedagoga-i-uchaschichsya-na-uroke-fizicheskoy-kulturi>