

# **Методы организации учебной деятельности занимающихся на уроках физкультуры**

**Выполнила:  
Доценко Е.А.**

Для овладения сложными в координационном отношении двигательными действиями необходима строго поставленная и правильно распределённая в течение учебного года методика обучения, с применением различных методов организации учащихся на уроках физической культуры, позволяющая качественно формировать навыки и показывать результаты, отвечающие требованиям учебных нормативов.



**В практике физического воспитания  
применяются следующие методы организации  
обучающихся на уроке:**

- \*Фронтальный***
- \*Поточный***
- \*Посменный***
- \*Групповой***
- \*Индивидуальный***
- \*Круговой***



**Фронтальный метод** одно задание выполняют все одновременно. Так проводятся подготовительная и заключительная части, могут проводиться и фрагменты в основной части занятия. В младших классах этот прием применяется чаще, т.к. в основной части выполняются простые, знакомые действия.

**(+) Учитель руководит всем классом без лишних затрат времени. Достигается высокая моторная плотность, т.е. большой объем двигательной активности учащихся на уроке.**

**(-) Однако затруднено устранение индивидуальных ошибок и оказание помощи. В педагогике данный метод организации называют рассеянным управлением.**

**\* Чаще всего применяют при начальном разучивании упражнений, выполнении общеразвивающих упражнений, проверке несложных домашних заданий. Он состоит в том, что всем учащимся класса дается общее задание и они выполняют его одновременно под непосредственным наблюдением учителя. Сигнал к началу упражнений учитель дает только после того, как убедится, что задание понято. Если же упражнения известны, их можно не показывать и не объяснять. Чтобы хорошо видеть, как каждый ученик выполняет задание, учитель занимает в зале или на площадке такую позицию, которая обеспечивает хороший обзор.**

## *Поточный метод*

- все дети выполняют упражнения "поток", когда один обучающийся не закончил выполнение задания, а другой уже приступает к нему. Это могут быть упражнения с продвижением вперед (например, упражнения на равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке).



При этом таких потоков может быть 2-3.

\*Поточный способ чаще всего применяется при проведении упражнений с целью совершенствования умений и навыков, а также для увеличения нагрузки.



**Посменный метод** - применяют в тех случаях, когда нужен контроль за выполнением движений и одна половина занимающихся выполняет упражнение, а другая следит за правильностью движений и конечных поз. Например, такой способ можно применить при выполнении теста «сгибание и разгибание рук в упоре лежа», где требуется четкое выполнение требований к положению туловища, ног и касанию грудью гимнастической скамейки. Его также применяют, когда каждому выполняющему нужна помощь, например удержание за ноги во время выполнения упражнения, заключающегося в опускании и поднимании туловища сидя на гимнастической скамейке.

\* При посменном методе учитель имеет возможность лучше наблюдать за работой обучающихся.

**Групповой метод** - заключается в распределении учеников на 2-3 группы. Одна под наблюдением учителя разучивает новое упражнение, а другие самостоятельно по заданию учителя выполняют знакомые упражнения или играют. Затем дети меняются местами.



(+) Групповой метод повышает самостоятельность учащихся, способствует развитию взаимопомощи.

(-) Однако при групповом методе несколько снижается качество обучения, так как учитель не может одновременно присутствовать во всех группах, снижается также и безопасность. Эти недостатки можно уменьшить путем хорошей подготовки командиров групп, обеспечения всех мест занятий поролоновыми матами, привлечения к страховке сразу двух обучающихся.

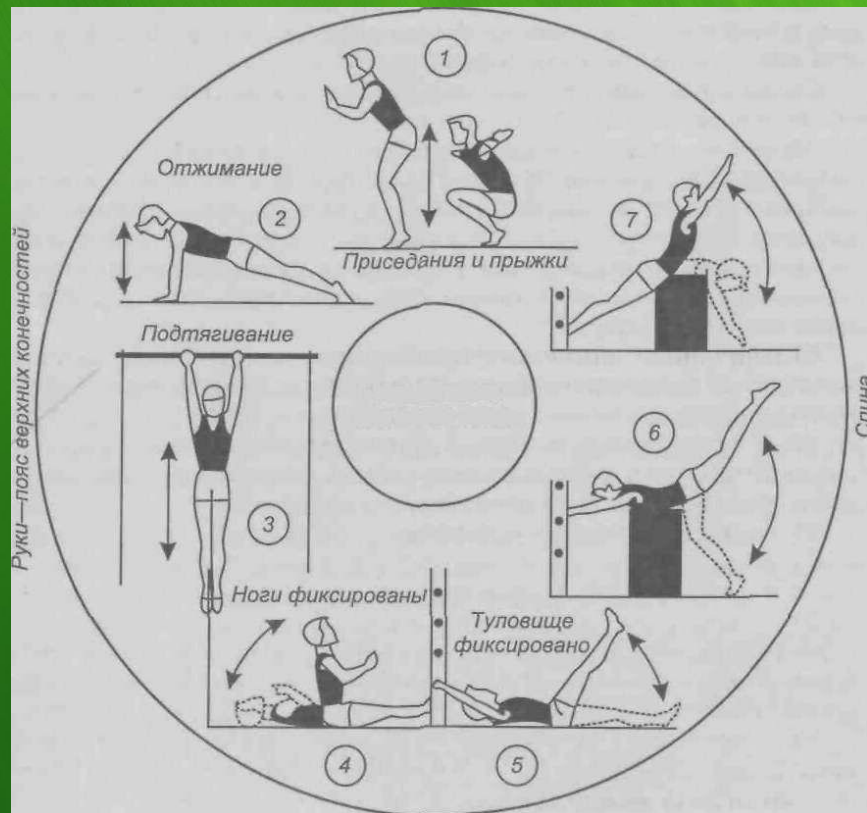


## *Индивидуальный метод –*

закключается в том, что обучающимся предлагаются индивидуальные задания, которые предназначены для занимающихся, значительно отличающихся от основного состава класса по своей подготовленности, особенностям и способностям (лучшими или худшими), а иногда по состоянию здоровья.

При этом учитель наблюдает за деятельностью каждого учащегося, помогает определить рациональный способ достижения поставленной задачи. Педагогическая ценность данной формы в том, что она содействует активизации деятельности каждого обучающегося.





**Круговой метод** - предусматривает последовательное выполнение занимающимися серии заданий (упражнений) на специально подготовленных местах («станциях»), как правило, расположенных по кругу зала или спортивной площадки. Обычно в круг включается от 4 до 10 упражнений («станций»). На каждой «станции» выполняется один вид упражнений или двигательных действий.

Основная задача использования метода круговой тренировки на уроке - эффективное развитие двигательных качеств в условиях ограниченного и жесткого лимита времени при строгой регламентации и индивидуальной дозировке выполняемых упражнений. При этом развитие двигательных качеств должно быть тесно связано с освоением программного материала. Поэтому, в комплексы круговой тренировки вводят физические упражнения близкие по своей структуре к умениям и навыкам того или иного раздела учебной программы. В результате выполнения данный комплекс будет способствовать совершенствованию умений и навыков, входящих в учебный материал. Обязательное условие - предварительное изучение этих упражнений самими учащимися.

Содержательная сторона урока определяется программой по физическому воспитанию, в которой чётко определены цели, задачи, учебные темы, требования и нормативы.

Она составлена таким образом, что бы обучающиеся усвоили её разделы на уроках за установленное количество часов ( 68 ч. в учебном году).