

# МЕТОДИЧЕСКИЙ СЕМИНАР

Учитель физической культуры  
МАОУ «Южная СОШ»  
Гурьева Марина Витальевна

# *I. Личностно – ориентированное обучение.*

*Формы работы учеников на уроке:*

- *Групповой метод,*
- *Метод индивидуальных заданий,*
- *Метод дополнительных упражнений по овладению двигательными действиями*

## *ГРУППОВОЙ МЕТОД*

*Из учащихся со сходными особенностями физической и двигательной подготовленности формирую группы:*

- *Сильная:* Отлично и быстро усваивающие двигательные действия. Они отличаются хорошим физическим развитием.
- *Средняя.* Хорошо и отлично, но более медленно усваивающие материал. Физическое развитие этих учащихся среднее.
- *Слабая.* Посредственно и плохо усваивающие материал. Физическое развитие этих учащихся низкое, плохая координация движений, отклонения в состоянии здоровья.



*ПРИМЕР ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЯ ТРЕБОВАНИЙ К УЧАЩИМСЯ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ*

<i>Группа</i>	<i>Упражнение</i>
	<i><b>Прыжок в высоту с разбега</b></i>
<i>Сильная</i>	<i>Планка установлена на уровне груди</i>
<i>Средняя</i>	<i>Планка установлена на уровне пояса</i>
<i>Слабая</i>	<i>Планка установлена на уровне груди</i>

Подобным образом можно варьировать любое двигательное задание. Постепенно усложняя задания и повышая нагрузку, можно подвести слабых учащихся к выполнению упражнений на уровне трудности, предусмотренной учебной программой.



## ПРИМЕРНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ НА УРОКАХ ГИМНАСТИКИ В 5 КЛАССЕ

I группа – учащиеся, хорошо выполнившие упражнение

Задачи:

- Выполнять упражнение без искажения техники в соревновательных условиях
- Выполнять упражнение с усложненными элементами

II группа – учащиеся, не справившиеся с заданием

Задачи:

- Ликвидировать погрешности в выполнении упражнения.
- Выполнять упражнение многократно в стандартных условиях.

Совершенствование:

- Совершенствование отдельных фаз кувырка: группировка, переворот через голову.
- Выполнение кувырка в целом – 5-6 раз.
- Выполнение усложненных упражнений: кувырок назад из стойки на лопатках в упор стоя согнувшись; несколько кувырков вперед; кувырок вперед и назад слитно.

Контроль:

- Умение выполнять кувырок в группировке
- При выполнении нескольких кувырков вперед не отклоняться от прямой.

Для сравнения с прошлыми личными результатами на протяжении всего обучения веду учет результатов по форме:

<i>Норматив</i>	<b>5 класс</b>			
		<b>вср</b>	<b>ср</b>	<b>нср</b>
	<b>Д</b>	<b>158</b>	<b>147</b>	<b>136</b>
	<b>М</b>	<b>165</b>	<b>158</b>	<b>150</b>
<b>Фамилия, имя</b>	<i>начало года</i>		<i>конец года</i>	
Клементьева Светлана				
Кутькина Тамара				
Терновая Соня				
Мухамбетбакиев Асет				
Высочкин Евгений				
Зумарев Сергей				
Ледов Никита				
Тимофеева Алена				



Для взаимного сравнения ведется таблица рекордов

## НАШИ РЕКОРДЫ

30 метров	<i>Михель Владимир</i>	4,5 сек	2009
	<i>Первакова Марина</i>	5,2 сек	2008
60 метров	<i>Михель Владимир</i>	8,2 сек	2009
	<i>Первакова Марина</i>	9,4 сек	2008
Челночный бег 3*10м	<i>Михель Владимир</i>	7,2 сек	2008
	<i>Первакова Марина</i>	8,2 сек	2008
Прыжок в длину с места	<i>Тайбусинов Нурлан</i>	265 см	20014
	<i>Первакова Марина</i>	200 см	2009
Прыжок в длину с разбега	<i>Вдовин Александр</i>	447 см	2012
	<i>Ческидова Карина</i>	354 см	2014
Прыжок в высоту с разбега	<i>Зумарев Андрей</i>	140 см	2009
	<i>Первакова Марина</i>	110 см	2008
Поднимание туловища за 1 минуту	<i>Зорков Александр</i>	60 раз	2009
	<i>Мальцева Ирина</i>	51 раз	2012
Подтягивания	<i>Тайбусинов Нурлан</i>	20 раз	2014
	<i>Дмитриева Дарья</i>	91	2014



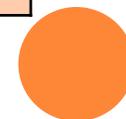
## *II. Использование ИКТ на уроках физической культуры*

Оснащение	Наименование технологии	Обоснование применения	Результат
Компьютер, проектор	Мультимедиа: Презентация	Более интересное и наглядное преподавание теоретического материала	Лучшее усвоение материала
	Видеоролик	Показ отдельных элементов техники или упражнения в целом	Более точное выполнение упражнений



продолжение

Оснащение	Наименование технологии	Обоснование применения	Результат
Видеокамера в сотовом телефоне	Видеосъемка	Наглядный показ ошибок в технике выполнения упражнений	Повышение качества выполнения упражнений
Программа «Конструктор тестов»	Компьютерное тестирование	Оценка знаний	Объективное оценивание знаний теоретического материала
Компьютер с выходом в Интернет	Поиск информации в Интернете	Написание рефератов, докладов	Умение найти в Интернете нужную информацию





Открытый урок по волейболу в 7 классе. Смотрим видеоролик «Техника приема мяча снизу»

