

# ПРЕЗЕНТАЦИЯ

На тему: «Гимнастика для 5-9 классов»

Гайдуковой Валентины  
Алексеевны  
Учителя физической культуры  
МКОУ Филиппенковская ООШ

---

# УРОКИ ГИМНАСТИКИ В ШКОЛЕ

---

**Урок является основной формой организации занятий по гимнастике в школе.**

**Урок должен содержать определенные общие задачи, выполнение которых обеспечивается всем процессом обучения, и складывается из последовательно решаемых конкретных задач:**

- ✓ **Образовательных;**
- ✓ **Оздоровительных;**
- ✓ **Воспитательных;**

# ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ ЗАКЛЮЧАЮТСЯ:

---

- ✓ В обучении детей выполнению гимнастических упражнений, предусмотренных программой;
- ✓ Получении учащимися знаний о гимнастической терминологии;
- ✓ Самоконтроле при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ✓ Правилах безопасности, страховки и помощи при выполнении упражнений на гимнастических снарядах

---

Уроки гимнастики имеют большие возможности для решения воспитательных задач, таких как дисциплинированность, внимательность, аккуратность, коллективизм, настойчивость в преодолении трудностей, эстетика движений и т. д.

Оздоровительные и воспитательные задачи должны решаться в неразрывной связи с образовательными

# ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ЗАДАЧИ:

- ✓ Формирование у детей правильной осанки;
- ✓ Соблюдение гигиенических условий проведения занятий и мер предупреждения травматизма;
- ✓ Обучение правильному дыханию при их выполнении гимнастических упражнений;
- ✓ Обучение учащихся методам самоконтроля и оценки состояния здоровья.

# УРОКИ ГИМНАСТИКИ В ШКОЛЕ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ЗАДАЧ МОГУТ БЫТЬ:

**Вводные** (в начале прохождения раздела)

Уроки на которых учитель ставит задачи учебной работы, сообщает требования к учащимся, раскрывает содержание программного материала, может проверить уровень физической подготовленности и качество выполнения основных упражнений за предыдущий класс;

# УРОКИ ИЗУЧЕНИЯ НОВОГО МАТЕРИАЛА; УРОКИ ПОВТОРЕНИЯ.

---

Уроки направленные на закрепление и совершенствование ранее освоенных упражнений или комбинаций, они могут предшествовать контрольным, **комбинированные** (смешанные) уроки, сочетающие изучение, повторение и совершенствование ранее освоенных упражнений

# КОНТРОЛЬНЫЕ УРОКИ



Уроки проводятся:

1. после прохождения части раздела программного материала

2. в конце раздела гимнастики

На таких уроках оценивается техника выполнения гимнастических упражнений или комбинаций.

Контрольный урок проводится в виде соревнований.



# КОНТРОЛЬНЫЙ УРОК - СОРЕВНОВАНИЕ



# ПРЫЖКИ

---

Прыжки способствуют развитию силы мышц (прежде всего мышц ног), укрепляют связки и суставы, развивают прыгучесть, ловкость, смелость. При выполнении прыжков формируются прикладные навыки в преодолении препятствий.

# ПРЫЖКИ СО СКАКАЛКОЙ

---

выполняются на месте толчком двух ног, на одной ноге, скрестные прыжки, прыжки в паре, прыжки через длинную скакалку

