

Методическая система учителя физкультуры Колесникова Алексея Витальевича

**Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 78
город Краснодар, 2012 г.**

Тема:

**«Комплексное использование
урочных и неурочных форм
физического воспитания в
практической работе
в МБОУ СОШ № 78»**

ИДЕЯ. Комплексное
использование
различных видов
программного
материала на уроках
физической культуры в
1 - 4 классах

Актуальность:

В СВЯЗИ С ТЕНДЕНЦИЕЙ К СНИЖЕНИЮ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ И НЕДОСТАТОЧНЫМ ОБЪЕМОМ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ, НЕОБХОДИМО ОПТИМИЗИРОВАТЬ СОДЕРЖАНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. КОМПЛЕКСНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ «ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ», «ГИМНАСТИКИ», «СПОРТИВНЫХ И ПОДВИЖНЫХ ИГР» В СОДЕРЖАНИИ УРОКОВ ПОЗВОЛЯЕТ ОБЕСПЕЧИТЬ РАЗНООБРАЗНЫЕ ВИДЫ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК С УЧЕТОМ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ ОРГАНИЗМА ДЕТЕЙ, ИХ ИНТЕРЕСОВ И МОТИВАЦИЙ, ДИФФЕРЕНЦИРОВАТЬ ПОДХОДЫ К МАЛЬЧИКАМ И ДЕВОЧКАМ, А ТАК ЖЕ К УЧАЩИМСЯ, С НИЗКИМ,

Гипотеза:

ПРЕДПОЛАГАЛОСЬ, ЧТО ШИРОКОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, ПО РАЗДЕЛАМ «ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА», «ГИМНАСТИКА», «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ», ПОЗВОЛЯЕТ ОБЕСПЕЧИТЬ ИНДИВИДУАЛЬНО-ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД В ОПРЕДЕЛЕНИИ ОБЪЁМА И ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК С УЧЁТОМ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ, ЧТО ОБЕСПЕЧИТ ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО

Цель:

ОБЕСПЕЧИТЬ

**ВЫСОКУЮ ЭФФЕКТИВНОСТЬ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 1 - 4
КЛАССОВ В УСЛОВИЯХ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ МБОУ СОШ № 78.**

Задачи:

- 1.** Определить пути повышения урочных форм физического воспитания на основе комплексного использования различных видов программного материала.
- 2.** Определить эффективность внедрения в практику МБОУ СОШ № 78., разработанной комплексной методики уроков физической культуры
- 3.** Обосновать и разработать содержание уроков физическая культура на основе средств и методов, разделов «легкая атлетика», «гимнастика», «спортивные игры».

Методическая система

Урочная форма

Неурочная форма

Воспитательное

НАПРАВЛЕНИЯ:
Образовательное

Оздоровительное

Программное
обеспечение

Педагогические
приемы и методы

Надпредметное
направление

Образовательный процесс

Формируемые

компетентности:

- умение учащихся подбирать адекватные к их текущему состоянию средства и методы физической подготовки
- умение оценивать своё физическое состояние.
- формирование знаний, умений и навыков самостоятельного применения физических упражнений по разделам «легкая атлетика», «гимнастика», «спортивные игры».
- формирование знаний о влиянии на организм физических нагрузок.

Формируемые

компетентности:

- умение определять количество, интенсивность и условия выполнения физических упражнений, направленных на развитие физических качеств у школьников
- выработка потребности к мотивации к физической активности.
- формирование здорового образа и стиля жизни у современных школьников
- формирование ценности здоровья у мальчиков и девочек

Формируемые надпредметные направления:

- **художественно – эстетическое;**
- **физкультурно-оздоровительное;**
- **гражданско – патриотическое;**
- **туристско – краеведческое.**

«Веселые старты»



Результативность и эффективность методической системы.

1. На уроках физической культуры 1 - 4 классов целесообразно применение средств и методов 3-х разделов программы: «легкая атлетика», «гимнастика», «спортивные игры», при условии комплексного решения образовательных, развивающих и воспитательных задач физического воспитания.

Результативность и эффективность методической системы.

2. При проведении уроков физическая культура необходимо:

- по разделу – «гимнастика» - в основную или заключительную часть урока включать элементы спортивных игр;
- по разделу - «легкая атлетика», в подготовительную и заключительную части необходимо включать средства и методы - «гимнастики»;
- по разделу - «подвижные игры», в подготовительную и заключительную часть целесообразно включать элементы «легкой атлетики» и «гимнастики».

Результативность и эффективность методической системы.

3. Основным требованием к содержанию методики комплексных уроков физической культуры, является получение оздоровительного тренировочного эффекта (оптимальный пульсовый режим в основной части уроков в пределах 140-180 ударов в мин.)
4. Результаты мониторинга физического развития и физической подготовленности учащихся 1-4 классов 2010 - 2012 году подтвердили эффективность внедрения в практику МБОУ СОШ №78., комплексного использования различных видов программного материала на уроках физической культуры.