

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:

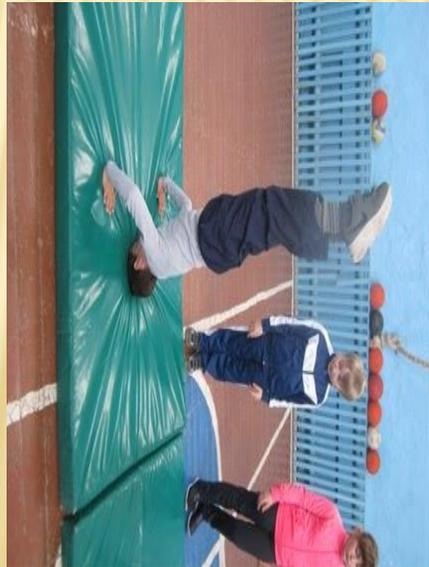
1. после прохождения части раздела программного материала

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

