Современные подходы в преподавании

физической культуры

( ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ)

Уже много лет работаю учителем,

за это я судьбу благодарю.

Мечтала с детства быть творцом, спасателем,

Сбылась мечта: учу, ищу, творю…

(из творчества коллег)

Еще в школе я поняла, что физкультура – это не только быстро бегать или прыгать дальше всех. Физкультура – это закалка характера, это сила, энергия, дисциплина, красота, здоровье – это особое состояние души. У учителей физической культуры есть оружие особой силы, способное преобразить «гадких утят» в «прекрасных лебедей», - это возможность более свободного и непосредственного общения с детьми, которое может быть, при разумном подходе, направлено на благоприятное развитие эмоционального климата, общественного мнения, статуса личности.

     Предмет «физическая культура» органически включен в школьную систему образования и воспитания - это единственный учебный предмет, который формирует у учащихся грамотное отношение к себе, к своему телу, содействует воспитанию новых волевых и морально-волевых качеств, необходимости укрепления здоровья и самосовершенствования.

Цель учебного предмета "физическая культура” состоит в том, чтобы содействовать формированию разносторонне развитой личности. Средством достижения этой цели для меня является - овладение школьниками основ физической культуры. В целом это означает совокупность потребностей, мотивов, знаний, оптимальный уровень здоровья и развития двигательных способностей, нормальное физическое развитие, умение осуществлять двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

В процессе обучения происходит постоянное взаимодействие учителя и учеников. Каждый из учащихся свои способности проявляют по-разному: один не может продемонстрировать усвоение знаний, другой на основе ранее полученного опыта, наоборот, показывает феноменальные способности, а третий усвоил определенный стиль отношения к предмету и упорно «не хочет» учиться. Нельзя отрицать и личностное восприятие (или не восприятие) учителя учеником и наоборот, что также, несомненно, оказывает влияние на прогресс в учении.

Личностный характер также носит и обучение. Передавая учебную информацию, учитель вносит в содержание предмета и свою эмоциональную и ценностную окраску. Независимо от желания учителя в процессе передачи знаний участвуют и его убеждения, приоритеты, мотивации, жизненные концепции.

В своей работе я опираюсь на современные психолого-педагогические теории обучения, воспитания и развития личности, использую активные методы обучения и воспитания с учётом личностных особенностей каждого ребёнка.

     Свою работу я строю в системе:

- урочная,

 - методическая,

- внеклассная,

- мониторинговая деятельность.

    Моя система основана на программе по физическому воспитанию В.И. Ляха и направлена на:

 - формирование и развитие физической культуры личности,

 - сохранение здоровья ученика, - привитию знаний по ЗОЖ.

Эта программа соответствует Базисному Учебному Плану, определяющему образовательную область «Физическая культура», и основана на принципах вариативности, что позволяет мне подбирать учебный материал с учетом материально-технической базы нашей школы, регионально-климатических условий и половозрастных особенностей учащихся.

     Исходя из этого, свою работу строю так - ученик должен:

«знать»- основы физкультурной деятельности, технику двигательных действий, историю развития физической культуры и спорта в России, вопросы Здорового Образа Жизни;

«уметь»- технически правильно осуществлять двигательные действия, проводить самостоятельные занятия по физической культуре, соблюдать правила безопасности при занятиях, оказывать первую медицинскую помощь;

 «демонстрировать» - уровень физической подготовленности; поэтому содержание моих уроков строится по принципу «от общего к частному», и от «частного к конкретному».

Это позволяет обеспечить перевод знаний в практические навыки и умения.

     Для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач урока:

 - развиваю и совершенствую у учащихся жизненно важные навыки и умения в ходьбе, беге, прыжках и метаниях;

- обучаю подвижным играм и упражнениям базовых видов спорта, (гимнастики, легкой атлетики, спортивных игр);

- обучаю технике двигательных действий в базовых видах спорта,

- развиваю физические качества учащихся, обучаю способам контроля за состоянием их здоровья (образовательные);

 - использую оптимальную нагрузку,

 - провожу инструктаж по технике безопасности,

- осуществляю контроль за физическим состоянием учеников,

- слежу за моторной плотностью урока;

 - на теоретических занятиях рассматриваю вопросы валеологии и здорового образа жизни (оздоровительные);

-воспитываю чувства «локтя» и товарищества на занятиях в группах, командах,

- помощи и взаимопомощи в работе в парах, тройках;

 - развиваю волевые качества.

     Для решения задач и реализации программы я использую:

методы

- словесные (рассказ, беседа, объяснение),

- наглядные (демонстрация правильного выполнения упражнений),

-практические (выполнение двигательного действия), самостоятельная , индивидуальная работа.

 приемы :

- работа в парах, тройках, группах, командах;

 -самостоятельная работа; дифференцированный выбор заданий;

 -объяснение;

-показ;

- контроль за состоянием здоровья учащихся;

 способы организации учебной деятельности:

 - фронтальный (упражнения выполняются всеми учениками одновременно),

 - групповой (упражнения выполняются одновременно несколькими группами),

 - индивидуальный (отдельные ученики получают задания и самостоятельно выполняют их),

- поточный (ученики выполняют упражнения друг за другом).

   Это позволило мне, начиная с начальной школы, постепенно вовлечь школьников в процесс совершенствования собственных физических возможностей.

     В последние годы вопросы охраны здоровья детей стали очень актуальными. Укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни подрастающего поколения являются неотъемлемой частью всего учебного процесса школы. Одним из действенных средств в этом вопросе я считаю физическую культуру. Работаю над темой самообразования «Здоровьесберегающие технологии на уроках физической культуры и во внеклассной работе».

     С 2003 года мною изучены материалы: - Технология развивающих игр (Никитин Б.П.) - Личностно-ориентированное обучение (Якиманская И.С.)

Технологии уровневой дифференциации (Фирсов В.В.)

Приоритет отдан технологии Якиманской, потому что в ней очень хорошо показан личностно-ориентированный подход к ребенку, а это направлено на сохранение здоровья, и отвечает проблеме, над которой работает школа: «Создание условий для раскрытия, развития и реализации личностного потенциала учащихся».

       Главная цель всей моей работы – сохранение и укрепление здоровья учащихся, и в том числе через повышение двигательной активности учеников и развитие мотивации к занятиям физической культурой.

     Для решения поставленной цели я применила:

 - дифференцированный и индивидуальный подход (задания подбираются в соответствии с уровнем физической подготовки учеников, оценка ставится ученику с учетом его роста относительно себя);

 - вовлекаю школьников в соревновательную деятельность (включение элементов состязаний при проведении уроков),

- развиваю самостоятельность (через привлечение учеников к подбору упражнений и проведению разминки), провожу нестандартные уроки (урок-соревнование, урок- турнир, урок- конкурс).

Происходящие изменения в современном обществе требуют развития

новых способов образования, педагогических технологий. В настоящее время популярность завоевал метод проектов который ориентирован на творческую самореализацию развивающейся личности учащегося, развитие его интеллектуальных и физических возможностей, волевых качеств и творческих способностей в процессе создания новых идей под контролем учителя, обладающих субъективной или объективной новизной, имеющих практическую значимость.

Технологию проектной деятельности использую на уроках и во внеурочной деятельности.

Работа по данной методике даёт возможность развивать индивидуальные творческие способности учащихся.

Осваиваю технологию исследовательского обучения, которая даёт возможность учащимся самостоятельно пополнять свои знания, глубоко вникать в изучаемую проблему и предполагать пути её решения, что важно при формировании мировоззрения. Формы контроля, используемые в моей практике:  презентация, участие в конкурсах исследовательских работ.

Технологию «Портфолио» - использую также на уроках и внеурочной деятельности. Портфолио» – это своеобразный «портрет» ученика. Этот «портфель достижений» представляет целый диапазон его способностей, склонностей, интересов, позволяет учитывать и оценивать результаты в деятельности учебной, творческой, социальной, коммуникативной, а также даёт возможность мне и ученику увидеть динамику развития личности.

При общении с учащимися нахожусь в постоянном поиске новых воспитательных приемов и стараюсь, предвидеть возможное их использование в общении. Обеспечение благоприятной атмосферы в общении с воспитанниками, отказ от критики в адрес ребенка, поощрение высказывания оригинальных идей.

С целью отслеживания результатов обучения, динамики изменений в учебной деятельности, определения направлений в работе с учащимися в осенне-весенний период провожу  мониторинг физической подготовленности по физическим качествам:

* упражнения на ловкость, гибкость, выносливость, быстроту, скорость;
* отслеживание результатов предметных олимпиад, конкурсов по предметам, проектам

За период 2015-2019г. мои ученики участвовали:

* В ежегодных муниципальных предметных олимпиадах с 7 по 11 классы.
* В городской научно-практической конференции с исследовательским проектом
* В областных соревнованиях по волейболу
* В районных соревнованиях по баскетболу и волейболу
* В Международном конкурсе по физической культуре 9-11 класс «Быстрее, выше, сильнее» (проект videouroki.net)
* (Международный конкурс «Здоровое питание – здоровые школьники» в рамках проекта «Путешествие к здоровью» в номинации «Накорми весь мир» -2014г).
* В Муниципальном этапе Фестиваля ВФСК «ГТО».
* Легкоатлетический кросс
* Районная спартакиада школьников по легкой атлетике
* Районные соревнования по мини-футболу

Анализируя спортивные результаты моих учеников, прихожу к выводу, что используемые мною методические приёмы и элементы педагогических технологий обучения эффективны и дают положительные результаты.

Проведя самооценку и самоанализ своей педагогической деятельности, я пришла к выводу, что результаты моей работы и опыт значимы и актуальны. А обозначенные мною подходы и технологии, равно как формы и приёмы учебной деятельности, дают положительные результаты, и значит, могут быть использованы в работе другими педагогами.