



**Воспитательные задачи и методика их решения на уроках физкультуры с учащимися младшего среднего и старшего возраста**



**Прокофьева Т.Е.**

# ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

## ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ

1. Охрана и укрепление здоровья
2. Достижение полноценного физического развития гармонического телосложения.
3. Повышение умственной и физической работоспособности

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ

1. Формирование двигательных умений и навыков.
2. Развитие двигательных способностей

## ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ

1. Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями.
2. Воспитание активности, самостоятельности и нравственно-волевых черт личности.

# Воспитательные задачи



Воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

Воспитание личностных качеств (эстетических, нравственных и т.д.)



# Решение данных задач.

- создание необходимых предпосылок к самостоятельным физкультурным занятиям учащихся;
- повышение физической грамотности школьников;
- стимулирование положительной мотивации к физической культуре;
- формирование основ правильной техники выполнения жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование умений, дающих возможность правильно построить свое самостоятельное занятие, дозировать нагрузку, применять адекватный метод воспитания физических качеств, осуществлять простейший самоконтроль;



# Методы решения воспитательных задач для учащихся младшего

## возраста

- совершенствовать естественные двигательные действия (ходьба, бег, прыжки, метания, лазание и т. п.).

*На одном уроке целесообразно решать не более 2—3 задач, связанных с усвоением или совершенствованием учебного материала.*

- больше внимания уделять укреплению мышц стоп и формированию правильной осанки.
- обязательно проводить подвижные игры.  
*Игровой материал должен занимать примерно половину общего времени занятий с детьми.*
- обращать больше внимания на правильность и точность выполнения упражнений,
- сочетать процесс обучения с воспитанием двигательных качеств.



## Особенности методики среднего возраста

- углубленное обучение базовым видам двигательных действий (гимнастика, легкая атлетика, лыжный спорт, спортивные игры);
- чаще использовать расчлененный метод;
- использовать дифференцированный подход;
- в обучении необходимо оптимально сочетать интенсивность движений и расслабление.

Объяснения должны быть краткими, образными, с указанием воздействий на организм.



# Особенности методики старшего

## возраста

- уроки физической культуры с юношами и девушками проводятся раздельно:
  - с юношами следует проводить занятия при максимальных физических и волевых нагрузках;
  - у девушек ограничить использование упражнений, связанных с сильным сотрясением тела (отрицательное влияние на отвечающие за материнство функции);
- использовать такие методические приемы как взаимопомощь и страховка;
- метод круговой тренировки.

Для решения образовательных задач в старших классах используются лекция, беседа, рассказ, команда, распоряжение, оценка и др. В тренировочных занятиях, для развития силы, используются упражнения с отягощением (гантели



**Спасибо за  
ВНИ**

