

Современный урок по предмету физическая культура

Учитель физической культуры

Миканадзе

Валентина Владимировна

МБОУ СОШ №55

г. Краснодар

Цель данной работы – помочь начинающим
учителям сделать урок физкультуры
высокоэффективным

Цель занятий - это поддержание здоровья обучающимися!

Задачи физического воспитания:

- Укрепление здоровья.
- Улучшение осанки.
- Профилактика плоскостопия.
- Овладение школой движения.
- Развитие координации.
- Скоростно-силовых качеств.
- Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
- Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам.

Урок – основная форма физического ВОСПИТАНИЯ

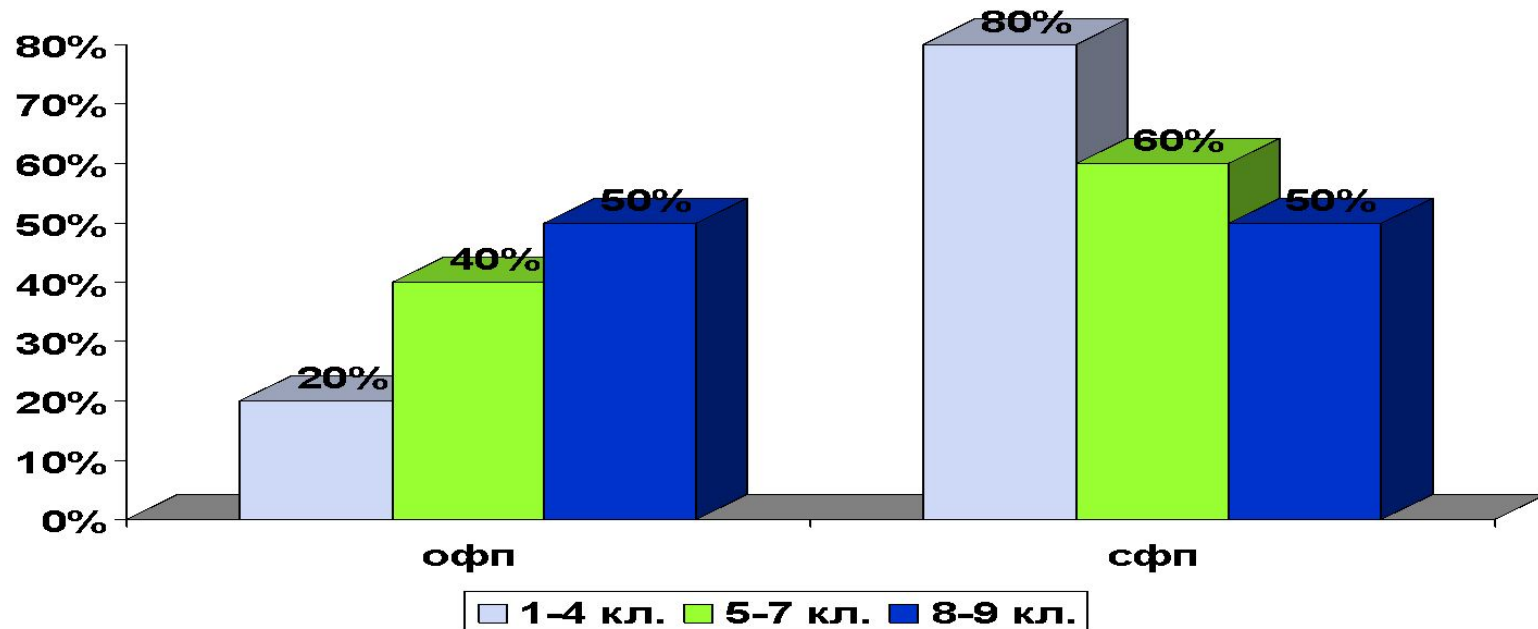
Задачи, решаемые на уроке

Таблица 1

Образовател.	Оздоровитель.	Воспитательные	Развивающие
Обучение технике различных упражнений, сочетание технических и тактических приемов	Укрепление осанки, профилактика плоскостопия.	Воспитание патриотизма, трудолюбия, дисциплинированности, самостоятельности.	Развитие физических качеств: быстроты, силы, ловкости и т. д.

Педагогика – это не только наука, это – искусство. Хороша та структура урока, когда учащиеся трудятся – работают все 40 минут. Это позволяет изжить страшную болезнь – равнодушие. Главное - не форма проведения занятий, а содержание.

Соотношение времени отведенное на развитие ОФП и СФП.



При организации занятий следует строго соблюдать правила техники безопасности:

- Надеть спортивную форму и спортивную обувь на резиновой подошве.
- Ногти на руках должны быть коротко подстрижены.
- На одежде не должно быть металлических крючков, пряжек, пуговиц.
- У играющих не должно быть колец, медальонов, сережек, очков.
- Не нарушать дисциплину во время игры, не толкать в спину, не ставить подножки – знать и выполнять правила подвижной или спортивной игры.
- Овладение правильной техникой игр – залог профилактики травм костно-связочного аппарата и мышц.





Уроки физической культуры должны проводиться в основном на открытом воздухе. При обучении двигательным действиям предпочтение следует отдавать целостному методу обучения. Для достижения оптимальной общей и моторной плотности урока необходимо широко использовать нестандартные многопропускные снаряды, доступные тренажеры.



При работе по государственной программе следует учитывать регион, в котором находится школа, и материальное состояние базы по физическому воспитанию.

Важным требованием каждого современного урока является обеспечение дифференцированного и *индивидуального подхода к учащимся* с учетом их состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности и особенностей развития психических свойств и качеств.

Оценка успеваемости должна складываться главным образом из качественных критериев оценки уровня достижений учащегося. Особого внимания должны заслуживать систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями. При оценке достижений учеником следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей, а не выполнение усредненных учебных количественных нормативов.

Основными документами в работе учителя физического воспитания является государственная программа, авторская программа, рабочая программа учителя, заверенная завучем или директором школы.

**Учащихся
нужно
готовить к
жизни, к
работе, к
учебе. Юношей
– к службе в
армии, а
девушек – к
ведению
домашнего
хозяйства.**



Спасибо за внимание!