

# Півень Сергій Михайлович



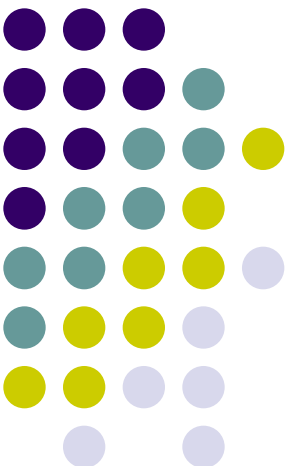
## ПОСАДА І МІСЦЕ РОБОТИ

Вчитель фізичної культури, першої кваліфікаційної категорії.

Закінчив Черкаський педагогічний інститут у 1987 р.

Педагогічний стаж – 24 роки, з 1985 року

Гадяцька гімназія ім. О.Пчілки



# Основні завдання, які вирішуються на уроках



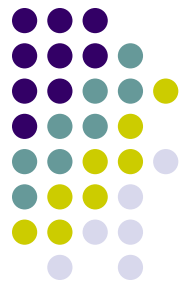
- Зміцнення здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку й загартуванню школярів
- Прищеплення учням життєво важливих рухових умінь і навичок
- Виховання сміливості, наполегливості, дисциплінованості, навичок культури поведінки, колективізму, почуття дружби й товариськості



Застосування методу

колового тренування

на уроках фізичної культури





# План реалізації методу:

1. Урок. Яким йому бути?
2. Основні вимоги щодо застосування методу колового тренування на уроках фізичної культури
3. Організація учнів на уроках фізичної культури

# Примірний комплекс вправ колового тренування (з власного досвіду роботи)



## 1. “Станція” – стрибок у довжину з місця





## *Примірний комплекс вправ колового тренування*



## 2. “Станція” – передача баскетбольного м'яча обома руками від грудей з ударом об землю в парах



# *Примірний комплекс вправ колового тренування*



3. “Станція” – вис спиною до гімнастичної стінки, хват за верхню рейку.





# Примірний комплекс вправ колового тренування



## 4. “Станція” – лазіння по канату ( без допомоги ніг, юнаки).



# *Примірний комплекс вправ колового тренування*



5. “Станція” – стрибок на двох ногах повертаючи скакалку вперед.



# Примірний комплекс вправ колового тренування



6. “Станція” – ноги на ширині плеч, руки з гантелями присівши і уставши не відриваючи п'яток від підлоги.





# *Примірний комплекс вправ колового тренування*



7. “Станція” – піднімання тулуба із положення лежачи (руки за голову).



# Посилання на наукові чи практичні дослідження



- Вивчення досвіду роботи Кириєнка М.І. – методист фізичної культури при ПОІППО
- Досвід роботи колег : Зозулі О.О., Даценка О.М. – Гадяцька гімназія ім. О.Пчілки, Сосницького А.І. – вчитель Книшівської зош І – ІІІ ст.



# Чому потрібно використовувати комплекс вправ колового тренування





1. Групова робота ( по коловій системі).
2. Задіяні всі учні одночасно.
3. Ефективність використання часу.
4. Оптимальне навантаження на уроках

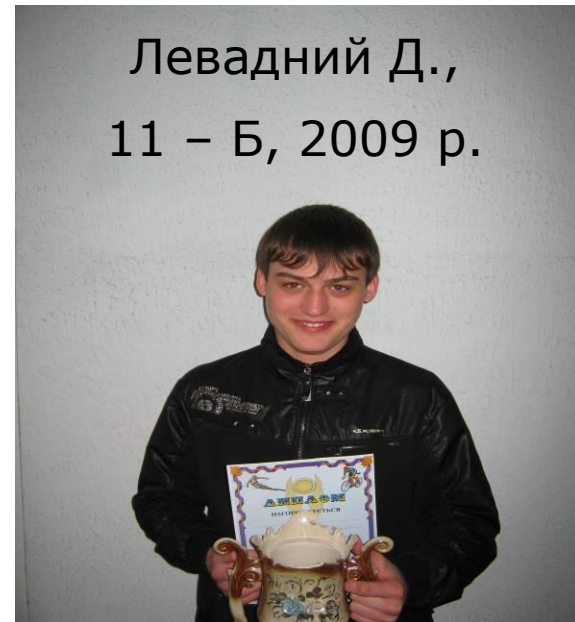
# Досягнення моїх учнів



- II місце у районних змаганнях з шахів  
(Семенюк А.-10 кл., Берус А., Таран С. Лисенко М.-  
учні 9-Б.)

 II місце в обласних  
змаганнях з ППС  
(Левадний Д. 11 –Б)

 II місце в обласних  
змаганнях з шахів,  
Коновалова Віра  
2004 – 2007 р.р.





# Проблеми, які виникають під час занять фізичною культурою

1. Матеріальна база
2. Погіршений стан здоров'я учнів

# Зміни, які необхідні для покращення роботи з учнями



1. Відновити залікову систему оцінювання у 9-11 класах
2. Зацікавленість учнів заняттями з фізичної культури

# Мої захоплення



1. Туризм
2. Спортивне орієнтування та техніка пішохідного туризму







Дякую за увагу!

Гадяцька гімназія  
ім. О. Пчілки  
2010 р.