

**Выступление на РМО учителей
физической культуры**

*«Использование новейших здоровье
сберегающих технологий
на занятиях физической культуры
в сельской школе»*

Клименко А.В.
учитель физической культуры
МБОУ Холмовская №1 ОШ

2017г

Актуальность темы:

Совершенствование качества обучения и воспитания в школе напрямую зависит от уровня подготовки педагогов. Неоспоримо, что этот уровень должен постоянно расти, и в этом случае эффективность различных курсов повышения квалификации, семинаров и конференций невелика без процесса самообразования учителя. Самообразование - есть потребность творческого и ответственного человека любой профессии, тем более для профессий с повышенной моральной и социальной ответственностью, каковой является профессия учителя.

Самообразование - процесс сознательной самостоятельной познавательной деятельности.

Вот как определяет понятие «самообразование» педагогический словарь: «САМООБРАЗОВАНИЕ~ целенаправленная познавательная деятельность, управляемая самой личностью; приобретение систематических знаний в какой-либо области науки, техники, культуры, политической жизни и Т.п. В основе самообразования - интерес занимающегося в органическом сочетании с самостоятельным изучением материала».

Самообразование учителя есть необходимое условие профессиональной деятельности педагога. Общество всегда предъявляло, и будет предъявлять к учителю самые высокие требования. Для того, чтобы учить других, нужно знать больше, чем все остальные. Учитель должен знать не только свой предмет, и владеть методикой его преподавания, но и иметь знания в близлежащих научных областях, различных сферах общественной жизни, ориентироваться в современной политике, экономике и др. Учитель должен учиться всему постоянно, потому что в лицах его учеников перед ним каждый год сменяются временные этапы, углубляются и даже меняются представления об окружающем мире. Способность к самообразованию не формируется у педагога вместе с дипломом педагогического ВУЗа. Эта способность определяется психологическими и интеллектуальными показателями каждого отдельного учителя, но не в меньшей степени эта способность вырабатывается в процессе работы с источниками информации, анализа и самоанализа, мониторинга своей деятельности.

Цели:

1. Повышение профессиональной подготовленности и как следствие, повышение эффективности обучения физической культуре.

Задачи:

- планировать учебно-воспитательный процесс по физическому воспитанию, физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с учетом конкретных условий данного заведения;

- творчески применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей учащихся;

- формировать интерес учащихся к занятиям физической культурой;

- организовать учебно-воспитательную работу с учащимися на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;

- выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы учебной, воспитательной, физкультурно-оздоровительной и других видов деятельности учащихся в соответствии с решаемыми задачами;
- формировать знания, умения и навыки, необходимые учащимся для самостоятельного использования средств физической культуры в процессе своего самосовершенствования.
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися, преподавателями, администрацией учебного заведения;
- учитывать и оценивать результаты работы с целью определения новых задач;
- аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида деятельности.

Основные направления	Действия и мероприятия
Профессиональное	<ol style="list-style-type: none"> 1. Постоянно знакомиться с современными исследованиями ученых в области преподавания предмета «Физическая культура». 2. Знакомиться с новыми примерными и авторскими программами по физической культуре, концепциями обучения, их оценками. 3. Изучать новую литературу по физической культуре и методике преподавания. 4. Своевременно повышать квалификацию на курсах для учителей физической культуры 5. Принимать активное участие в работе МО учителей физической культуры. 6. Принимать участие на научно-практических конференциях, конкурсах, фестивалях различных уровней. 7. Посещать уроки коллег и участвовать в обмене опытом. 8. Периодически проводить самоанализ своей профессиональной деятельности. 9. Проводить открытые уроки для анализа со стороны коллег. 10. Организовывать кружковую и внеклассную деятельность по предмету. 11. Систематически просматривать спортивные телепередачи. 12. Посещать семинары, конференции, организованные на разных уровнях.
Психолого-педагогическое	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовать свои знания в области классической и современной психологии и педагогики. 2. Изучать современные психологические методики. 3. Создание пакета психолого-педагогических материалов для учителя.
Методическое	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомиться с новыми педагогическими технологиями, формами, методами и приемами обучения через предметные

	<p>издания.</p> <p>2. Изучать прогрессивный опыт коллег по организации различных форм уроков физической культуры.</p> <p>3. Посещать библиотеки, изучать научно-методическую и учебную литературу.</p> <p>4. Проводить мастер-классы для коллег по работе, учителей района.</p> <p>5. Разрабатывать разные формы уроков, внеклассных мероприятий, учебных материалов.</p> <p>6. Внедрять в учебный процесс новые формы оценивания физического состояния учащихся: - оценка физической подготовленности 2 раза в течение учебного года;</p> <p>7. Создавать комплект дидактики по предмету (индивидуальные планы тренировок, оптимально-минимальный уровень (стандарт) физической подготовленности учащихся, контрольные тесты-упражнения).</p> <p>8. Проектировать личную методическую веб-страницу.</p> <p>9. Создавать пакет сценариев уроков с применением информационных технологий.</p>
ИКТ	<p>1. Пройти курсы повышения квалификации для получения пользовательских навыков работы на компьютере.</p> <p>2. Обзор в Интернете информации по преподаваемому предмету, психологии, педагогике, педагогических технологий.</p> <p>3. Изучать информационно-компьютерные технологии и внедрять их в учебный процесс.</p>
Охрана здоровья	<p>1. Своевременно обновлять инструкции по ТБ на уроках физической культуры, на занятиях секции.</p> <p>2. Внедрять в образовательный процесс здоровьесберегающие технологии.</p> <p>3. Вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, физическими упражнениями.</p>

Предполагаемый результат:

1. Повышение качества преподаваемого предмета
2. Доклады и выступления.
3. Разработка дидактических материалов.
4. Разработка и проведение уроков по инновационным технологиям.
5. Создание комплектов педагогических разработок уроков и внеклассных мероприятий.
6. Личная методическая веб-страница.
7. Пакет бланков и образцов документов для педагогической деятельности.
8. Личный пример учащимся через участие в спортивных мероприятиях.

Способ демонстрации результата проделанной работы

Презентация результатов работы перед педагогическим коллективом, на заседаниях районного МО учителей физической культуры.

Форма отчета по проделанной работе

Обобщение опыта работы на уровне школы.

Выступления по обмену опытом работы на методических заседаниях.

Учитель – это уникальная профессия, вне времени, моды и географии. Я с удовольствием отношу себя к самой социально-необходимой части человеческого общества – педагогам!

Чему учит физическая культура? Она должна, по моему мнению, учить искусству быть здоровым, вести здоровый образ жизни. В нашей работе, надо исходить из интереса и потребности ребёнка, которому с рождения нужно двигаться, резвиться, падать, кричать и быть здоровым. На занятия по физической культуре дети ходят ради укрепления здоровья и физического развития.

Как же сделать так, чтобы ребёнок трудился, не принуждая его к этому? Вот в чём проблема!

«Как сделать, чтоб ученье в пользу шло?

Гармония нужна - здесь нет сомнений!

От умственной нагрузки - под крыло

Физических активных упражнений!», - П.Ф.Лесгафт.

Как инструктор по физической культуре в основу её я ставлю формирование универсальных учебных действий школьников. Развитие разносторонне, гармонически, физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры возможно через игровые виды деятельности.

Учитель или педагог дополнительного образования должен постоянно искать и находить новые формы, методы, приёмы работы, для повышения интереса к занятиям. Я постоянно в поиске новых идей, мыслей, а иногда и простых слов, которые западут ребёнку в душу, и будут вести его вперёд к своей вершине, преодолевая все преграды на своём пути. Исключительно важно применять средства наглядности, разные по своей сущности игры и личный пример. На своих занятиях я с ребятами играю в подвижные игры, бегаю, показываю каждое упражнение – это очень нравится моим ученикам, придает им дополнительный стимул.

2.Здоровьесберегающие технологии на занятиях физической культуры.

Проблема здоровья учащихся становится все более актуальной в связи с неблагоприятными социально-экономическими условиями в обществе.

Таким образом, здоровьесбережение выступает как одна из задач образовательного процесса в школе. Достижение названной цели может быть осуществлено с помощью технологий здоровьесберегающей педагогики, которые рассматриваются как совокупность приемов и методов организации учебно-воспитательного процесса без ущерба для здоровья школьников и педагогов. Владея современными педагогическими знаниями, в тесном взаимодействии с учащимися, с их родителями, с медицинскими работниками и коллегами я планирую и выстраиваю свою работу с учётом приоритетов сохранения и укрепления здоровья участников педагогического процесса.

За 25-летний педагогический стаж накоплен опыт педагогической деятельности, апробировано много методик, сложилась своя методическая система. Ключевая идея моей методики: каждый урок физкультуры должен приносить пользу здоровью каждого ребенка. Основное направление моей работы – это физкультурно-оздоровительное, которое реализуется использованием рабочей программы развития, диагностикой уровня знаний, умений и навыков, учета личностных достижений учащихся, представлением свободы выбора способов участия во внеурочной деятельности. Контрольные срезы, проводимые администрацией школы, подтверждают, что уровень обученности соответствует уровню обучаемости.

Здоровьесберегающие технологии, используемые на моих уроках:

1. Чередование видов деятельности. Разнообразие форм организации урока, чередование умственной и физической нагрузки учащихся - один из способов повышения эффективности урока. Чередую теорию и практику.

2. Благоприятная дружеская обстановка на уроке. Урок должен быть развивающим, интересным. На уроке я обязательно обращаю внимание на физическое и психологическое состояние детей, смотрю, как они воспринимают задания учителя, как оценивают его работу. Предъявляю требования и замечания только в дружественной форме.

3. Дозировка заданий. Главное при выполнении упражнений - не допускать перегрузки учащихся.

4. Индивидуальный подход к каждому ребенку. Дети очень разные, но учитель должен сделать свои уроки интересными. Для этого я предлагаю создать для каждого ученика ситуацию успеха.

5. Занятия на свежем воздухе. Известно, что дети очень сильно подвержены простудным заболеваниям, поэтому одной из моих задач является повышение устойчивости детского организма такого рода болезням. Эффективным средством против простудных заболеваний становится закаливание организма. Я опираюсь на естественные факторы закаливания. Уроки на свежем воздухе включают бег по пересеченной местности, лыжную подготовку, футбол.

6. Воспитательная направленность занятия. Воспитательный эффект уроков физкультуры достигается и за счет возможностей индивидуально-дифференцированного подхода к развитию качеств каждого ученика и формированию ценностного отношения к своему здоровью. Мой девиз: « Нет способных и неспособных, а есть трудолюбивые и ленивые в физическом воспитании».

В формировании всесторонне развитой личности ребенка в воспитательном процессе важное место принадлежит организации и проведению спортивных праздников. Данные мероприятия направлены на формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни, воспитание положительных нравственных качеств, семейных ценностей.

Формирование у школьников здорового образа жизни и устойчивых здоровых привычек, а также сознательного отношения к собственному здоровью и уровню физической подготовленности, является самой главной социальной задачей всего школьного сообщества, которая в нашей школе осуществляется через совокупность инноваций и инновационных подходов к организации учебно-воспитательного процесса.

Принципиальное обновление системы научно-методического обеспечения образовательного процесса связано с перестройкой организации уроков физической культуры и внеклассной спортивно-массовой и оздоровительной работы в целом. Ведущими инновационными технологиями в моей работе являются:

Технология спортивно-ориентированного физического воспитания.

В основе этой технологии лежит использование спортивных игр и других видов спорта для управления процессом целенаправленного изменения физического состояния и работоспособности обучающихся посредством использования спортивной тренировки. Эта технология обеспечивает высокий уровень качества физического воспитания, проявляющийся в опережении нашими учениками уровня физической подготовленности учащихся других школ, серьезном улучшении показателей их здоровья, поведения, психологической устойчивости и активного отказа от вредных привычек и зависимостей.

Технология олимпийского образования

В основе этой технологии лежит олимпийское образование, целью которого является приобщение школьников к идеалам и ценностям и идеалам олимпизма, которые ориентированы на общечеловеческие, гуманистические духовно-нравственные ценности, связанные со спортом. В технологии олимпийского образования осуществляется комплексный подход воздействия на обучающихся по трём направлениям - на сознание, чувства и поведение. В практике работы по олимпийскому образованию применяются разнообразные формы и методы. Центральное место среди них занимает работа по разъяснению и пропаганде идей олимпизма, олимпийского движения как во время учебного процесса в рамках учебных дисциплин, так и во внеурочное время (физическая культура, музыка, ИЗО, география). Систематически проводятся олимпийские уроки, уроки олимпийских знаний, познавательные и этические беседы.

Технология формирования здорового образа жизни.

Эта технология основана не только на охране здоровья учащихся, но и на формировании, укреплении их здоровья, на воспитание у них культуры здоровья и на содействие в стремлении грамотно заботиться о своем здоровье. Формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся начинается в начальных классах. Знакомство с правилами здорового образа жизни, укрепления здоровья происходит в ходе различных мероприятий: спортивные праздники, подвижные игры, занятия в спортивных секциях, туристические походы, классные часы, беседы. Использование технологии формирования здорового образа жизни в учебном процессе позволяет учителю сформировать ответственность у обучающихся по отношению к своему здоровью, эффективно проводить профилактику асоциального поведения. Для учащихся эти технологии полезны тем, что обучают их планировать индивидуальное развитие своего здоровья на основе навыков саморегуляции, понимания физических и психических процессов, происходящих в их организме, на основе рационального, здоровьесозидающего поведения.

Внедрение и использование инновационных технологий способствует повышению эффективности системы физкультурного образования в школе, обеспечению комфортных, бесконфликтных и безопасных условий в школе, развитию основных физических качеств и способностей у обучающихся. Благодаря применению инновационных технологий мы воспитываем устойчивый интерес и положительное эмоционально-ценностное отношение к урокам

физической культуры, к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, что в наш век высоких технологий, очень важно. Эти технологии позволяют школьникам расширять функциональные возможности организма, приобретать умения и навыки в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, формировать культуру движений, приобретать знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии. Понимать ценность роли здорового образа жизни и устойчивых здоровых привычек, и наряду с этим формировать сознательное отношение к собственному здоровью.

Технология проведения разновозрастных занятий.

Уроки физической культуры в малокомплектной школе проводятся по общепринятой структуре – с вводной, основной и заключительной частями.

Подготовительная часть урока (8-10 минут) направлена на организацию учащихся, сосредоточенность их внимания, подготовку к предстоящей двигательной нагрузке в основной части.

В беговых упражнениях впереди находятся старшие ребята, а позади младшие с небольшим интервалом от них. Физическая нагрузка регулируется в соответствии с программными нормативами и по внешним признакам утомления всех учащихся.

В основной части урока (25 минут) решаются наиболее сложные задания обучения – прохождение нового программного материала по развитию движений, повторение пройденного с целью совершенствования двигательных навыков и умений в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся каждого класса.

При обучении упражнениям общеразвивающего характера наряду с общепринятыми требованиями к методике и организации их проведения желательно находить способы и приёмы, позволяющие шире учитывать специфику работы с детьми разного возраста.

Как правило, используют единый комплекс гимнастических упражнений, который одновременно выполняют все дети, однако дозировка (количество повторений) упражнений, требования к технике (качеству) должны быть различны. Ведущее место на уроке физической культуры занимает обучение жизненно важным видам движений – ходьбе, бегу, прыжкам, метанию.

При обучении основным видам движений в малокомплектной школе могут применяться различные методы организации и их сочетания.

В работе с учащимися малокомплектной школы наиболее удачным можно считать именно поточный метод. В зависимости от количества классов упражнения выполняются первым потоком с участием детей 3-4 классов, а затем выполняют задание младшие дети. При выполнении упражнений двумя-тремя потоками появляется большая возможность к дифференцированному подходу в обучении учащихся разного возраста.

Подвижная игра является обязательным компонентом практически каждого урока, но проводить подвижные игры на уроках физической культуры в малокомплектной школе сложно. Предложенные варианты игры (разработанные учителем) должны быть посильны и доступны для младших ребят, занимательны для старших и

младших одинаково, а также нести смысловую и двигательную нагрузку без искажения правил игры.

Принципы организации разновозрастных занятий.

В условиях малой школы педагогу предоставляется прекрасная возможность вникнуть до мельчайших деталей в жизнь каждого ученика, рассчитать обучение на каждого школьника, включить всех детей в многообразную деятельность по интересам, увлечь их любимым делом. В процессе такой деятельности и тесного общения учащихся с товарищами, у них развиваются такие качества, таких как дружелюбие, взаимопомощь, отзывчивость. Малочисленность класса создаёт условия для привития на уроках физической культуры каждому учащемуся любви к конкретному виду спорта. Зачастую в малокомплектных школах многие ученики становятся «спортсменами-универсалами», защищая честь школы на соревнованиях муниципального, регионального и даже всероссийского уровней. Малая наполняемость предоставляет учителю такую возможность, и, естественно, он должен использовать её полностью.

Организация учебных занятий в разновозрастных группах проходит с учетом следующих общедидактических принципов:

1. Принцип интеграции и дифференциации задач, содержания, средств обучения учащихся разного возраста.

В зависимости от дифференциации содержания, связанной с возрастом детей, могут быть проведены уроки для учащихся разных классов, либо организована совместная работа под руководством старших. Последнее имеет смысл в том случае, если старшие повторяют, закрепляют, актуализируют материал, необходимый им для усвоения новых знаний и способов деятельности.

2. Принцип педагогизации учебной деятельности детей

Данный принцип означает поручение старшим ученикам ряда педагогических функций (контроль, объяснение нового материала, помощь младшим в преодолении учебных трудностей и др.), а также приобретение учащимися допрофессионального опыта педагогической деятельности.

3. Принцип взаимообучения

Принцип взаимообучения означает овладение знаниями, умениями, навыками, способами деятельности и отношений в процессе взаимного влияния учащихся друг на друга. В зависимости от ситуации каждый член группы может временно выполнять роль учителя, обучая своего товарища. При этом ученик не только передает информацию, но в процессе общения применяет имеющиеся знания, осмысливает их по-новому, воспринимает с другой стороны. В данном смысле взаимообучение можно рассматривать как обучение другого и самого себя.

4. Принцип регулирования взаимодействия учащихся разного возраста.

Как показал анализ опыта проведения разновозрастных занятий, организация совместной деятельности и общения детей разного возраста — это один из самых сложных для решения вопросов. Часто такое занятие представляет собой объединение двух или нескольких классов, где каждый ученик выполняет свою часть работы; при этом взаимодействие, общение старших и младших по существу

отсутствует, что снижает воспитательную эффективность занятия. В то же время организация совместной деятельности детей не является самоцелью, а реализует воспитательный и образовательный потенциал занятия.

5. Принцип оптимального подбора учащихся по возрасту на учебном занятии.

Педагогу важно решить, учащихся какого возраста лучше всего объединить на занятии. Психологи считают, что оптимальный возрастной диапазон для эффективного взаимодействия учащихся не должен превышать 3—4 года (Е.И. Дымов и др.). При таком диапазоне ученики могут сотрудничать, достаточно высока взаимопомощь детей в группе. Большой диапазон может привести к излишней опеке, а иногда и подавлению инициативе младших старшими, создать дополнительные проблемы в организации совместной работы учащихся разного возраста.

В то же время возможны занятия, когда возрастной диапазон учащихся увеличивается. Это целесообразно в том случае, когда старшие заменяют учителя или помогают при проведении занятия в младшем классе. Возрастной диапазон зависит от того, какие задачи являются приоритетными на конкретном занятии, как соотносится содержание материала в различных классах и сочетаются способности и подготовленность детей разных классов по конкретному предмету и по данной теме, какими педагогическими средствами и методиками пользуется учитель.

Все вышеизложенные принципы взаимосвязаны и должны быть реализованы в комплексе. От этого зависит эффективность разновозрастного занятия.

Результаты сравнительного анализа позволяют сделать вывод: реализация идеи спортивно ориентированного физического воспитания в условиях сельской малокомплектной школы может иметь свои способы решения. Одним из способов может быть вариант организации спортивно ориентированного физического воспитания.

Важное место в укреплении здоровья детей отводится урокам физической культуры. Как сделать эти занятия, с одной стороны, интересными и увлекательными для школьников, а с другой — эффективными с точки зрения физического совершенствования учащихся, повышения воспитательного потенциала урока? Решение этих вопросов связано с организацией учебных занятий.

В условиях обучения учащихся разного возраста и не одинакового уровня физической подготовленности в пределах одного класса организация и проведение уроков физической культуры требуют от учителя тщательной подготовки. По существу, учителю необходимо подготовиться одновременно к нескольким урокам.