**Представление педагогического опыта**

**учителя физической культуры**

МОУ «Центр образования «Тавла» –

Средняя общеобразовательная школа №17» г.о. Саранск

**Байбикова Дамира Азатовича**

**Тема: «Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков на уроках физической культуры»**

**Актуальность.** Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков способствуют реализации социально обусловленных задач: всестороннему и гармоничному развитию личности, повышению адаптивных свойств организма, достижению высокой устойчивости организма к социально-экологическим условиям. Включаясь в комплекс педагогических воздействий, направленных на совершенствование физической природы подрастающего поколения, воспитание физических качеств, способствует развитию физической и умственной работоспособности, более полной реализации творческих сил человека в интересах общества.

**Основная идея.** Разработка и включение в процесс обучения физической культуре теоретических сведений и практических упражнений, влияющих на развитие и совершенствование двигательных умений и навыков, способствуют формированию гармонично развитой личности обучающегося, способной адаптироваться в современном, высокотехнологичном и конкурентном мире.

**Теоретическая база.** Двигательные умения – способность на моторном уровне справляться с новыми задачами поведения. Двигательный навык – это освоенные и упроченные действия, осуществляющиеся автоматически, обеспечивая оптимальное решение двигательной задачи.

Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков на уроках физической культуры строится с учетом общенаучных принципов методологии педагогики:

* *принцип систематичности и последовательности* – это регулярность занятий, рациональное чередование нагрузок и отдыха, постепенное увеличение физической нагрузки (переход от простых упражнений к более сложным упражнениям). То есть данный принцип обеспечиваетнепрерывность образовательного процесса при оптимальном чередовании нагрузок и отдыха, последовательностьв освоении учебно-тренировочных заданий и учебного материала в практике преподавания и как следствие совершенствование функциональных систем организма;
* *принцип наглядности* – это формирование представлений у обучающихся образа двигательного элемента перед попыткой выполнить посредством совокупности ощущений, поступающих от органов чувств: зрения, слуха, вестибулярного аппарата, рецепторов мышц. Данный принцип реализуется через: демонстрацию изучаемых двигательных действий педагогом или наиболее подготовленным обучающимся; использование схем, видео с образцами техники изучаемых двигательных действий; использование звуковых сигналов и др.;
* *принцип воспитывающего обучения* – в ходе учебного процесса педагог должен давать ученику не только знания, но и формировать его личность;
* *принцип сознательности и активности* – формирование у обучающихся устойчивого познавательно интереса, стимулирования стремления к самопознанию. Осуществляется посредством применения на занятиях различных технологий, форм и методов обучения, способствующих активизации внимания и знаний у обучающихся;
* *принцип научности* – в содержание обучения можно включать только объективные научные факты, теории и законы, отражающие современное состояние науки или направление творческой деятельности;
* *принцип доступности* – соответствие объема изучаемого материала, средств, форм и методов обучения с возрастными и индивидуальными особенностями обучающихся и уровнем их подготовленности. В практике преподавания данный принцип обеспечивает, прежде всего, соответствие объема движений и степени трудности в процессе обучения с возрастными и индивидуальными особенностями занимающихся и уровнем их подготовленности. Реализация принципа осуществляется путем анализа уровня знаний, умений и навыков обучающихся и на основании полученных данных составления рабочей программы, ориентируясь при этом на утвержденные программные и нормативные требования;
* *принцип динамичности* – постепенное повышение требований к обучающимся, применение новых, более сложных упражнений. Например, увеличение физической нагрузки и координационной сложности двигательных действий, т. е. разучивание новых упражнений или совершенствование техники;
* *принцип связи теории с практикой* – закрепление теоретических основ в практической деятельности. Например, изначально изучается теория техники двигательных действий, а после происходит ее освоение на практике.

На сегодняшний день в педагогике уделяется повышенное внимание к развитию и совершенствованию двигательных умений и двигательных навыков, есть множество методов и приемов в организации обучения. Равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, соревновательный и круговой методы, это лишь небольшая их часть.

**Новизна.** Разработка собственной системы теоретических сведений и практических упражнений, влияющих на развитие и совершенствование двигательных умений и навыков в процесс обучения физической культуре.

**Технология опыта.**

В методической копилке каждого педагога есть множество методов и приемов обучения, но их эффективность применения зависит от планирования, траектории реализации учебного процесса.

На уроках физической культуры, изучая технику выполнения отдельных движений, комплексов или комбинаций физических упражнений, важно акцентировать внимание обучающихся на теоретические знания, формирование двигательных умений и навыков.

Совершенствование двигательного навыка осуществляется за счет многократного повторения движения, делая приобретенные навыки более прочными.

Для теоретического ознакомления детей с двигательными движениями с их последующим освоением я применяю технологию критического мышления. Приведу примеры.

Задание 1. Пройдите по ссылке и просмотрите фрагмент футбольного матча (URL: https://www.youtube.com/watch?v=7GsaScSto04), разработайте комбинацию, чтобы предотвратить ситуацию и обыграть соперника. Можно продумать несколько комбинаций, а не одну. Придуманную комбинацию нужно записать и быть готовым показать на практике.

При выполнении обучающимися подобных заданий развивается также креативность, как ключевая компетентность обучающихся.

Задание 2. Прочитайте текст и подчерните одной чертой знакомую информацию и двумя чертами – новую информацию. Опишите трудности, которые могут возникнуть при выполнении данного броска.

Бросок крюком – эффективный, но сложный вид броска, выполняемый круговым движением руки снизу-вверх на близких и средних расстояниях при плотной опеке противником. Обычно применяется упрощенный вариант этого броска – полукрюк. При полукрюке бросок выполняется из положения полубоком к кольцу, бросок используется на близких расстояниях. В прыжке игрок совершает круговое движение рукой с мячом от плеча вверх, направляя его в корзину.

Данное задание направлено на изучение навыков броска, опираясь на уже имеющие знания и навыки обучающихся, развитие познавательных и регулятивных универсальных учебных действий.

Проанализировав полученный результат, учитель строит траекторию формирования и развития двигательных умений и навыков обучающихся.

Для обучающихся начальной школы эффективно применение игрового метода, как для комплексного совершенствования движений, так и при их первоначальном разучивании.

К игровому методу относятся подготовительные упражнения, вспомогательные игры и упражнения, где присутствуют элементы соперничества. Вспомогательные игры включают: простые, сложные, переходные и командные игры. Упражнения, выполняемые в игровой форме – подвижные игры, игровые задания, использование различных снарядов, стендов и т. д. отличаются глубиной и разносторонностью воздействия на физические качества занимающихся.

Подготовка и участие обучающихся в физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях также играет огромную роль в развитии и совершенствование двигательных умений и навыков. При этом очень важно акцентировать внимание детей на взаимосвязь этапов подготовки и подведение итогов, уловить динамику в результативности, провести рефлексию.

**Результативность опыта.**

Результатами развития и совершенствования двигательных умений и навыков является:

* повышение уровня мотивации обучения обучающихся,
* повышение уровня обученности обучающихся,
* формирование и развитие универсальных учебных действий,
* ориентация обучающихся на ведение здорового образа жизни,
* позитивные достижения обучающихся во внеурочной деятельности.