**Представление педагогического опыта**

**учителя физической культуры МОУ «СОШ №28»**

**Шалаевой Нины Васильевны**

**«Повышение двигательной активности учащихся** **средствами физической культуры»** **Содержание:**

# Условия формирования ведущей идеи опыта, условия возникновения, становления опыта.

# Теоретическая база опыта.

# Технология опыта. Система конкретных педагогических действий, содержание, методы, приёмы воспитания и обучения.

# Анализ результативности.

# Трудности и проблемы при использовании данного опыта.

# Адресные рекомендации по использованию опыта

**Условия формирования ведущей идеи опыта, условия возникновения, становления опыта.**

Как учитель физической культуры, я считаю своей важнейшей задачей создание оптимальных условий для гармоничного развития индивидуальности каждого моего ученика. Воспитание направленности на формирование двигательной активности, их подготовленность к сохранению здоровья формирую на основе образовательных компетенций: учебно-познавательной, ценностно-смысловой, общекультурной, информационной, коммуникативной, личностной. Образовательный процесс строю так, чтобы были решены следующие задачи:

* Формирование гармонично развитой личности, активного приобщения к физической культуре, к регулярным занятиям физическими упражнениями;
* Укрепления здоровья средствами физического воспитания и самостоятельными формами занятий физической культурой;
* Обучение жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам;
* Развитие двигательных качеств;
* Воспитание потребности в здоровом образе жизни, нравственных и волевых качеств;
* Формирование основ знаний о физической культуре и спорте;
* Создание условий и содействие к раскрытию, развитию физических и духовных способностей.

Применение данной технологии помогает мне организовать деятельность учащихся по формированию здорового образа жизни. Стараюсь делать так, чтобы обучающиеся были здоровы, чтобы на уроке всегда присутствовал здоровый психологический климат, чтобы они с желанием спешили на урок. Каждый свой урок начинаю с улыбки, чтобы видели, что хочу им помочь научиться всему тому, что знаю и умею сама. Соблюдение режима труда и отдыха, смена форм и видов деятельности помогают урок проводить продуктивно и интересно. Считаю, что активная пропаганда по внедрению здорового образа жизни в жизнь каждого человека и общества должна лежать в основе обучения привития и формирования у подрастающего поколения основных принципов, форм и факторов здорового образа жизни.

**Теоретическая база опыта**

В поисках путей, форм и методов активизации процесса физического обучения, воспитания и оздоровления, повышения двигательной активности школьников, опираюсь на передовой опыт доктора педагогических наук В.И. Ляха, кандидата педагогических наук А.А. Зданевича, доктора педагогических наук А.П.Матвеева и др.

 Важной   проблемой   в  осуществлении  физического    воспитания является формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом.

В основном свою работу строю на формировании мотивации обучения. Мотивации учения подразделяю на внешние, исходящие от учителя, родителей, класса и внутренние, или истинные мотивы, имеющиеся у самого ученика.

  Для меня оптимальна технология физического воспитания школьников, направленная на формирование двигательного режима ученика выглядит так:

* утренняя гимнастика;
* динамическая перемена;
* спортивный час в ГПД;
* занятия в группе ОФП, секциях;
* общеобразовательный урок физической культуры;
* физкультурно – оздоровительные и спортивно – массовые мероприятия.

 Поскольку потребности в двигательной деятельности объективны и определяются ощущениями, стремлюсь превратить объективное в субъективное через мотивационную систему личности, т.е. установки, интересы, желания, убеждения и т.д. Мотивирую поиском форм, методов, соревновательными условиями. На уроках использую нестандартное оборудование и инвентарь для повышения моторной плотности, в зависимости от темы, варьирую методы: групповой, фронтальный, круговой тренировки, личностно-ориентированный. Обучаю детей контролю и самоконтролю по частоте сердечных сокращений, соблюдению техники безопасности, страховке и самостраховке.

Повышая двигательную активность детей, создаю ситуации успеха на занятиях: оценка двигательных умений методом сравнительного анализа: когда дети не комплексуют - им комфортно, они стремятся к улучшению личного результата.

      Воспитывая устойчивый интерес к урокам физической культуры, стараюсь осуществлять обучение так, чтобы школьники видели плоды своего учебного труда.

# Технология опыта. Система конкретных педагогических действий, содержание, методы, приёмы воспитания и обучения.

 Считаю важнейшим условием работы четкое планирование учебного процесса. Стараюсь правильно и последовательно спланировать прохождение материала программы, исходя из воспитательных и дидактических задач, климатических условий, подготовленности учащихся, оснащенности учебно-воспитательной базы, личного опыта.

        Основные документы планирования разрабатываю в соответствии с программным материалом, при этом стремлюсь к современным методикам оздоровительных систем. Структура поурочного планирования предусматривает следующие рубрики: конкретные учебные задачи урока; соответствующий материал по теоретическим сведениям, навыкам и умениям, упражнения для развития двигательных качеств; дозировка; методические указания и  соблюдение преемственности между предыдущим и последующим материалом.

      Эффективностьурока в первую очередь зависит от того, насколько буду претворять намеченный  план, применять наиболее рациональные формы организации учебного процесса и методические приемы, использовать имеющееся оборудование, инвентарь, технические средства обучения, учитывать специфику места проведения занятий.

В своей работе много внимания уделяю развитию практических навыков, необходимых в разных физических ситуациях, сознательному, активному отношению обучающихся  к урокам физкультуры, разъясняю при этом важность регулярных и систематических занятий физическими упражнениями. Чтобы достичь эффективности урока, ориентируюсь на личный подход к учащимся, на создание ситуации, в которой обучающийся нацелен на творческий поиск и самоопределение. Личностно-ориентированная технология обучения помогает в создании творческой атмосферы на уроке, а так же создает необходимые условия для развития индивидуальных способностей. Для выработки у обучающихся объективной оценки своих достижений, формирования ответственности использую технологию самооценки, где они определяют свою оценку по выполненному заданию, по усвоенной теме. При самооценке проводится анализ результатов деятельности и не оцениваются свойства личности. В процессе преподавания физической культуры я стараюсь побуждать у обучающихся самостоятельность в решении поставленных задач, умело опираясь на ранее изученный материал программы. На уроках уделяю большое внимание индивидуальной работе с учащимися. Работа по проблеме развития двигательной активности требует подбора соответствующих методов обучения, знание которых позволит правильно ориентироваться и отбирать наиболее эффективные методы для решения учебных задач. Целесообразность применения того или иного метода в каждом конкретном случае обеспечивается соблюдением ряда требований. Основные методы:

* фронтальный;
* поточный;
* групповой;
* индивидуальный;
* диагностика;
* тестирование;

Форма организации учебной деятельности:

* урок физической культуры (урок-игра, урок-соревнование, урок-турнир, интегрированный урок);
* физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня;
* спортивные соревнования и праздники;
* занятия в спортивных секциях и кружках;
* самостоятельные занятия физическими упражнениями.

**5. Анализ результативности.**

Ежегодно мои ученики активно принимают участие в школьном, муниципальном этапах Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре, являются победителями и призёрами муниципального этапа. Большое внимание уделяю внеклассной работе, провожу дни здоровья и праздники спорта, школьные соревнования. На протяжении многих лет веду спортивную секцию по лыжным гонкам и стрельбе. Мои учащиесястановятся высококлассными спортсменами, имеют спортивные звания и спортивные разряды, являются победителями и призерами городских, республиканских и всероссийских соревнований, входят в состав сборных команд Республики. Таким образом, данная работа помогает мне и моим ученикам совместными усилиями достигнуть общей цели - стремление к двигательной активности, воспитание физически развитой личности через свой предмет.

# 6.Трудности и проблемы при использовании данного опыта.

Нельзя не сказать о тех проблемах и трудностях, которые возникают при введении урока физической культуры. Несомненный минус - недостаточная материально-техническая база общеобразовательных учреждений. После введения третьего урока физической культуры выросла наполняемость зала в связи с отсутствием дополнительных мест для проведения уроков физической культуры, в спортивном зале занимаются одновременно по 2-3 класса. В школах, где есть несколько спортивных залов, бассейн и другие современные условия, проблем с организацией уроков нет, а в школах старой постройки возникают объективные сложности.

Просто представьте, когда в спортивном зале находится в два-три раза больше детей, чем положено, то урок получается качественно не полноценным.

Еще одна проблема – **это незаинтересованность старшеклассников в уроках физической культуры.**

 Особого беспокойства этот факт у родителей не вызывает, поскольку физкультура не относится к тем предметам, которые считаются важными, т.к. не сдают ЕГЭ по этому предмету. Считают, что физкультура им в дальнейшем не понадобится. К большому сожалению, примерно так рассуждают родители, которые "идут на поводу" у своих детей и тем или иным способом освобождают их от занятий физкультурой и спортом. При этом они забывают, что занятия спортом - это, прежде всего, здоровье, от состояния которого зависит не только будущее их детей, но и его жизнь. Поэтому недооценивать значение уроков физкультуры в жизни школьников недальновидно и опасно.

Именно поэтому специалисты призывают родителей активно заниматься не только духовным, психологическим и интеллектуальным развитием своих детей, но и физическим.

# Адресные рекомендации по использованию опыта

Я считаю, что данный опыт могут использовать в своей работе учителя физической культуры, работающие в 1-11 классах по любой программе. В целях обмена опытом с коллегами, я провожу открытые уроки, выступаю на заседаниях методического объединения учителей школы, педсоветах, Для родителей обучающихся провожу беседы на родительских собраниях, групповые и индивидуальные консультации. Старюсь повышать свой методический уровень. Изучаю опыт работы других педагогов школы, города, республики, а также использую Интернет-ресурсы, где представлен опыт педагогов других регионов. Опыт моей работы был обсужден на заседании методического объединения учителей физкультурно-культурологического цикла и получил положительную оценку. Я стремлюсь идти в ногу со временем, строить свою педагогическую деятельность так, чтобы мой урок отвечал не только современным требованиям, но и запросам образовательной среды, в частности, запросам моих учеников. Таким образом, данная работа помогает мне и моим ученикам совместными усилиями достигнуть общей цели - стремление к повышению двигательной активности, воспитанию физически развитой личности через свой предмет.