

Конкурсная работа

"Урок физкультуры XXI века"



"Чтобы зажечь сердца других, самим гореть нам нужно!"



Хочу представить Вашему вниманию методику игрового способа организации урока физической культуры на примере конкурсного урока.

Одно из основных направлений в моей работе – это УРОК. Его структура, разнообразие, преобразование, поиск в использовании различных форм, методов, приемов, направленных на повышение его эффективности. Этот путь в моей работе помогает получить новое качество и удовлетворение в педагогическом процессе.

Игровой способ организации урока – это создание положительной атмосферы на уроке, повышение его эмоционального характера, снятие негативных эмоций, стрессов. Совместная двигательная игровая деятельность сближает учащихся, раскрепощает их, помогает преодолевать комплексы в их непосредственной учебной деятельности и физическом состоянии. Помогает почувствовать радость пребывания в школе и классе.

В настоящее время очень важна проблема повышения эффективности урока физической культуры, который должен проводиться с оптимальной моторной плотностью, динамично, с использованием спортивного оборудования, инвентаря, тренажеров, мелкого нестандартного инвентаря, технических средств обучения и обязательно с учетом состояния здоровья учащихся. А также эффективное повышение уровня физической подготовленности.

Как проверено на практике, для достижения этой цели большое значение имеет применение на уроках игрового способа организации. Игровой способ – это не новое направление в работе, но всегда было востребовано и актуально на данном этапе, так как этот способ используется на уроках физической культуры для комплексного совершенствования двигательной деятельности в усложненных условиях. Приобретаются и закрепляются навыки, повышающие роль физического воспитания. Они содействуют не только укреплению здоровья, но способствуют развитию логического мышления, памяти, инициативы, стремлению к преодолению трудностей, повышают интерес к физической культуре. Игровой способ представляет простор для творческого решения двигательных задач.

Главный критерий методики проведения урока физической культуры - это
чтобы ученику на уроке было интересно.

Для активизации урока, создания положительного эмоционального фона, повышения интереса к уроку использую нетрадиционные формы и методы обучения. Нетрадиционные формы уроков применяю в различных частях урока, не притесняя традиционную форму обучения, а только дополняя ее.

Нестандартные уроки очень нравятся учащимся. А там, где есть интерес - есть желание. Поэтому нетрадиционные формы проведения уроков или их элементов, являются одним из важных средств обучения, формирующих у учащихся устойчивый интерес к учебной деятельности.

Вот один из таких уроков для учащихся начальной школы 2 класса.

"Путешествие в мир разнообразных упражнений"

Это нетрадиционная форма проведения урока с использованием игрового и соревновательного методов, направлена

- на совершенствование физических качеств в нестандартных условиях,
- повторение двигательных действий в упражнениях с баскетбольным мячом,
- развитие мышления, творческих способностей, чувства товарищества, коллективизма в игровых командных действиях.

Сигнал фанфар повествует о начале урока. Учащиеся выходят в зал под музыку и выполняют упражнения под речитатив учителя.

В подготовительной части урока используются ОРУ по карточкам – заданиям, которые подготавливают учеников к более сложным движениям и нагрузкам основной части урока. Произвольное выполнение знакомых упражнений, не требующее объяснения учителя, развивает у детей самостоятельность, уверенность в себе, быстроту реакции при смене упражнений, чувство ритма при выполнении упражнений под музыку. Элементы игры в чередовании с выполнением заданий помогают сосредоточить внимание учащихся, организуют их, не вызывая резкого возбуждения.

Также в подготовительной части урока используется игровой метод в виде сюжетной полосы препятствий, которая



состоит из 14 снарядов:

- Лазание по скамейке на животе
- Прыжки через скамейку с опорой рук
- Проход через обручи (туннель)
- Ходьба на четвереньках по наклонной скамейке
- Переправа по шведской лестнице
- Прыжки в мешках
- Прыжки по кружкам
- Мышеловка
- Обводка стоек баскетбольным мячом
- Ползание по-пластунски через туннель
- Прыжки через классики
- Соскок и приземление
- Ходьба по гимнастическому бревну с перешагиванием набивных мячей
- Ходьба в равновесии по наклонной скамейке.

Данная полоса препятствий способствует комплексному развитию физических качеств учащихся в нестандартных условиях. А сам сюжет, предложенный ученикам в начале урока, вызывает интерес и побуждает более активно преодолевать различные препятствия.

В подготовительной части урока используется фронтальный, поточный способы организации урока, а также для его выполнения необходимый мелкий нестандартный инвентарь и имеющееся спортивное оборудование:

1. Стойки
2. Гимнастические палки
3. Набивные мячи
4. Классики
5. Кружки
6. Мешки



7. Обручи
8. Скамейки
9. Баскетбольные мячи
10. Шведская лестница
11. Гимнастическое бревно
12. Гимнастические маты



Сюжет урока продолжается, и следующая станция **«СПОРТИВНАЯ»**. Задания на этой станции приурочены к основной части урока и построены на работе учащихся в командах. При выполнении упражнений в командах, действия отдельных учеников подчинены интересам всей команды, где конечная цель достигается согласованными действиями учащихся. А в условиях противоборства или соперничества, без которых не обойтись, в действиях двух или нескольких команд развиваются не только физические способности учащихся, но и нравственные качества. Это чувство товарищества и коллективизма, дисциплинированности, раскрывается творческий потенциал каждого ученика. При выполнении учебного материала в командах у учащихся присутствует дух соперничества, борьбы, понимания ответственности за свою команду, что помогает подготавливать ребят к дальнейшим соревнованиям. Учащиеся очень любят соревноваться. Соревнования приносят им радость движений и эмоциональный подъем. Поэтому выполнение упражнений в командах - самый доступный и эффективный метод воздействия на ученика.

Игровой метод в основной части урока помогает совершенствованию техники ведения мяча, простейших передач и ловле мяча на этапе начального обучения.

В процессе урока идет оценка выполнения упражнений команды в целом:

- за правильное выполнение упражнений
- за быстроту выполнения заданий
- за наименьшую потерю мячей
- за дисциплинированность команд



В конце выполнения упражнений с мячом учащимся было предложено две игры, используя непосредственно соревновательный метод. Игра «передай мяч»

рассчитана на развитие ловкости, внимания, быстроты реакции и снятия излишней двигательной активности.



В другой игре необходимо с окончанием музыкальной фразы подбежать и схватить мячи, лежащие между двух команд. Отвлекающее действие в этом задании – повторение шагов, подскоков, импровизированных танцевальных движений. В данной возрастной группе учащихся интересует не столько результат игры, сколько сам процесс выполнения движений.



После насыщенной соревновательной деятельности наш маршрут лежит на

«ДЕТСКУЮ ПЛОЩАДКУ», где командные игровые действия сменяются работой в парах. На данной станции выбор упражнений происходит по интересу и желанию самих учащихся, где они самостоятельно выбирают необходимый им игровой снаряд.

В комплекс детской площадки входит разнообразный подбор игровых заданий, не вызывающий сложности при выполнении и быстрой смене упражнений, так как дети не выносят монотонного их выполнения. Задания на данной станции создают условия для активного отдыха учащихся, которые должны меняться, дополняться в зависимости от поставленных задач. Обязательно должен быть элемент новизны, который будет создавать интерес и ожидание в его выполнении. Например:

Моталка



Набрасывание колец



Набивание теннисного шарика



Прыжки через скакалку



Велосипед



Ведение мяча в упоре лежа



Качели



Перебрасывание г/палок



Удовольствие, получаемое во время выполнения упражнений, эмоциональность, привлекательность разнообразными снарядами и мелким инвентарем, способствуют формированию устойчивого положительного интереса к урокам физической культуры. При расстановке и уборке снарядов воспитывается аккуратность, бережное отношение к школьному инвентарю. Музыкальное сопровождение упражнений способствует улучшению настроения, ритмичному выполнению заданий, обогащает и насыщает игровой процесс, являясь элементом эстетического воспитания.

Последняя станция в нашем путешествии «УГАДАЙКА». Это заключительная командная игра с незначительной подвижностью, с простыми правилами организации, которая содействует отдыху после насыщенной нагрузки основной части урока. Это игровое задание направлено на развитие логического мышления, познавательности, творческих способностей, а соревновательный характер активизирует действия учащихся.



В основной и заключительных частях урока использовались посменный, коллективный (командный), парный способы организации урока, в соответствии с дидактическими принципами доступности, сознательности и активности учащихся, систематичности и последовательности, постепенности, наглядности.

После проведения урока важно, чтобы ученик уходил в хорошем настроении, с зарядом бодрости и энергии. Когда ученики, уходя с урока, говорят «спасибо», тогда ты понимаешь, что урок удался и задачи, поставленные на нем, выполнены.

Эффективное повышение уровня физической подготовленности, формирование физических способностей, приобретение двигательных умений и навыков, воспитание интереса к занятиям физической культурой и спортом свидетельствуют о более широком применении на уроках физической культуры игрового и соревновательного методов.



Директор школы
И. Сидорова

В.А. Ткачовичев