

**Основные условия и факторы  
продуктивной педагогической  
деятельности в сфере  
физической культуры и спорта.**

**Михайлин Антон Геннадьевич  
учитель физической культуры  
МАОУ СОШ №45 Калининград**



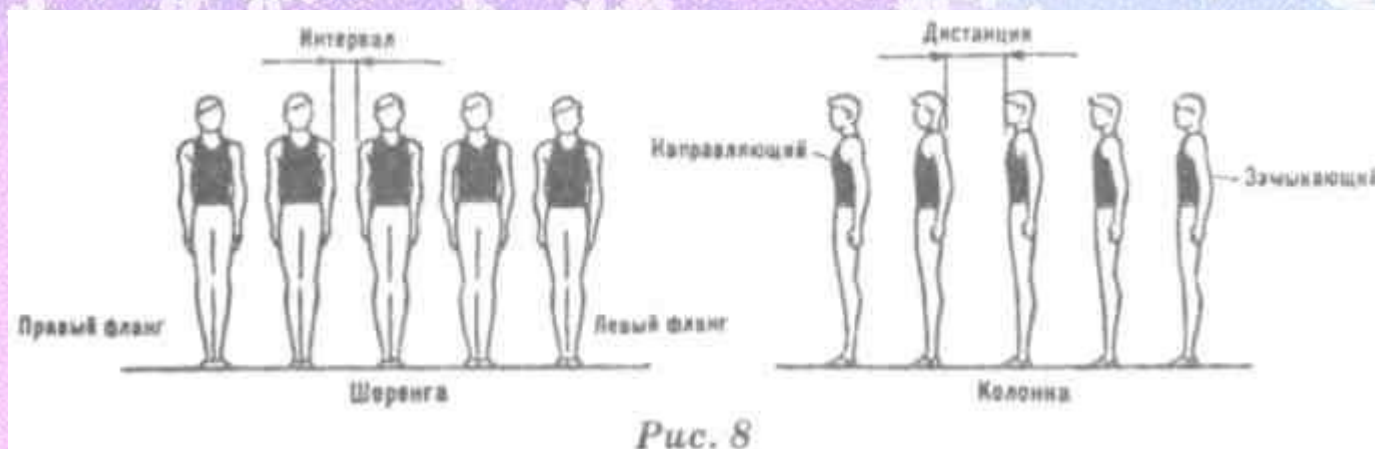
# Управление деятельностью учащихся

обеспечить максимальную занятость  
каждого на протяжении всего времени  
урока, дать всем четкие задания,  
контролировать работу и оказывать  
помощь, следить за порядком и  
дисциплиной.





Фронтальный способ является лучшим для коллективного выполнения упражнений, когда все дети одновременно выполняют распоряжение или команду учителя.





Фронтальный способ — упражнения выполняются одновременно всеми учащимися. Его преимущество — большой охват детей, достижение высокой плотности урока и большой нагрузки.





# Фронтальным способом можно пользоваться при обучении большинству упражнений школьной программы

- гимнастические построения и перестроения ходьба,
- бег
- некоторые виды прыжков, метания,
- упражнения на осанку, с мячами, палками, короткими скакалками,
- игры, передвижение на лыжах и элементы лыжного строя).







#перезагрузкажизни



# Фронтальный метод

начальное разучивание упражнений, выполнение общеразвивающих упражнений, проверка несложных домашних заданий. Он состоит в том, что всем учащимся класса дается общее задание и они выполняют его одновременно под непосредственным наблюдением учителя. Сигнал к началу упражнений учитель дает только после того, как убедится, что задание понято.





Темп и ритм движений учитель задает голосом (подсчетом), хлопками, ударами в пол гимнастической палкой, ударами в бубен, метрономом (лучше электрическим) или через мегафон, а также посредством записи музыкального сопровождения на магнитофон (рекомендуется пользоваться четырехдорожечным или кассетным).





# Посменный метод

применяют в тех случаях, когда нужен контроль за выполнением движений и одна половина занимающихся выполняет упражнение, а другая следит за правильностью движений и конечных поз. Например, такой способ можно применить при выполнении теста «сгибание и разгибание рук в упоре лежа», где требуется четкое выполнение требований к положению туловища, ног и касанию грудью гимнастической скамейки.



# Посменный метод

Его также применяют, когда каждому выполняющему нужна помощь, например удержание за ноги во время выполнения упражнения, заключающегося в опускании и поднимании туловища сидя на гимнастической скамейке.

Применяют и в тех случаях, когда снарядов хватает только на половину занимающихся.



# Групповой метод

применяют тогда, когда на уроке нужно организовать обучение двум-трем упражнениям и каждое из них требует достаточно много времени. Работой каждого отделения руководит командир. Как правило, он же и оказывает помощь, выполняет страховку. Учитель же находится в том отделении, которое выполняет наиболее сложное задание. По сигналу учителя отделения меняются местами.



# Групповая работа.



- знакомство с материалом,
- распределение заданий внутри группы;
- индивидуальное выполнение задания;
- обсуждение индивидуальных результатов работы в группе;
- обсуждение общего задания группы (замечания, дополнения, уточнения, обобщения);
- подведение итогов группового задания.





# Групповой метод



Групповой метод повышает самостоятельность учащихся, способствует развитию взаимопомощи.

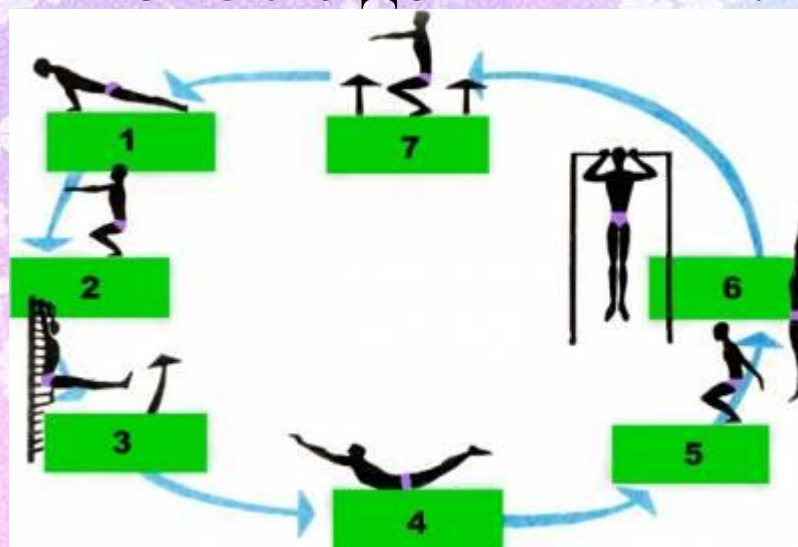
Однако при групповом методе несколько снижается качество обучения, так как учитель не может одновременно присутствовать во всех отделениях, снижается также и безопасность





# Круговой метод

Упражнения выполняют или в произвольном темпе с интенсивностью 50—70% от максимума в течение 2—3 мин (метод экстенсивной тренировки) или в максимальном темпе, до отказа, в течение 30—40 с (метод интенсивной тренировки). Всего проходят 2—3 круга, отдых между сериями — от 30 с до 1—2 мин.





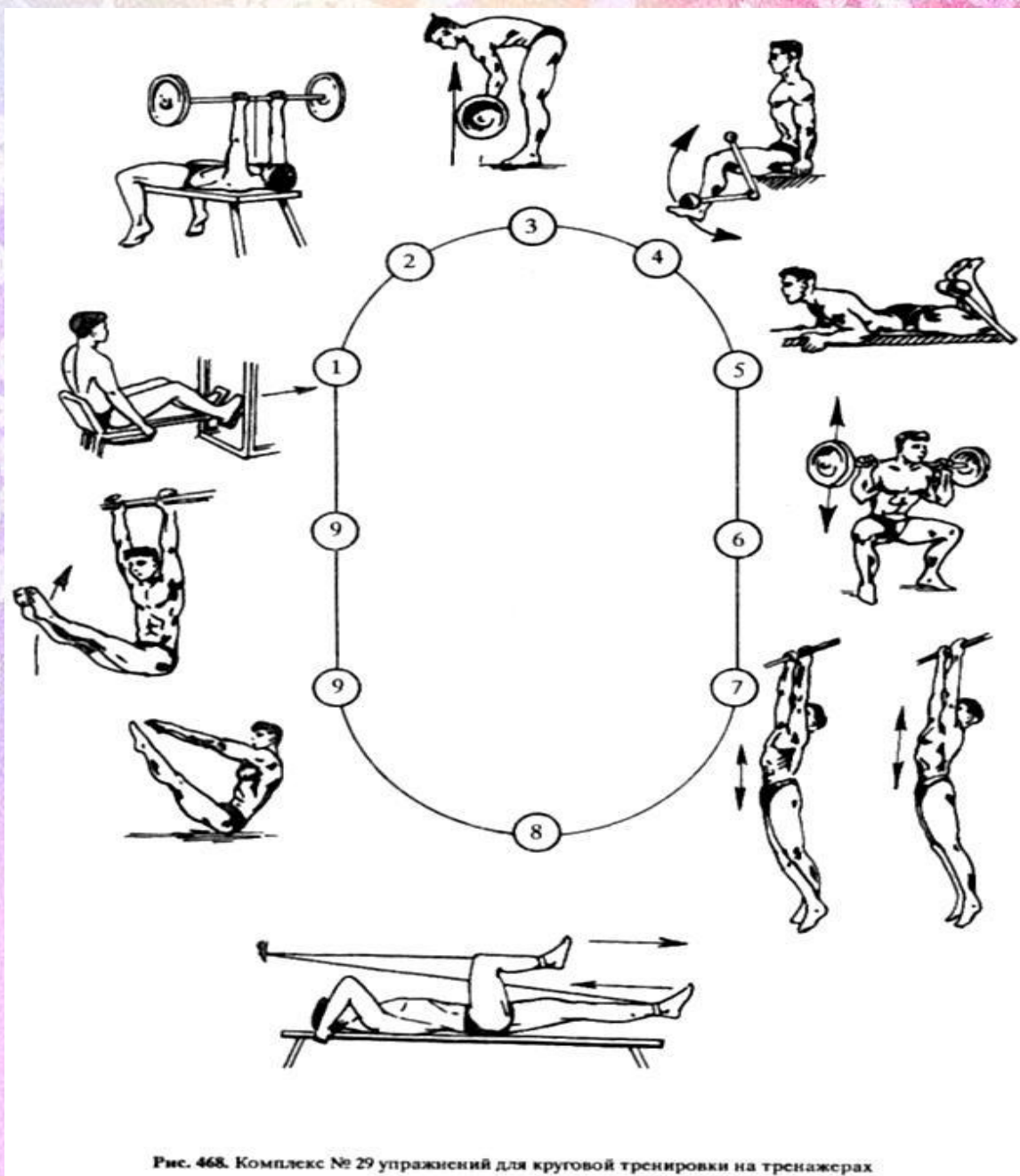


Рис. 468. Комплекс № 29 упражнений для круговой тренировки на тренажерах



<p>В висе на высокой или низкой перекладине (количество раз)</p>	<p>(Время 30 сек.)</p>	<p>стигание и разгибание туловища (количество раз)</p>
--	------------------------	--

**Станция № 4.**  
Прыжок обеими ногами через гимнастическую скамейку (количество раз).

**Станция № 5.**  
В висе на гимнастической стенке, поднимание ног (количество раз).

**Станция № 6.**  
Приседание на одной ноге «пистолетик» с опорой (количество раз).



При групповом, в том числе круговом, методе задания группам желательно записывать на карточки. То же делается и при программированном обучении.

Сущность кругового метода заключается также в индивидуальном планировании нагрузок и контроле за ростом достижений и пульсовой реакцией.



# Индивидуальный метод

предполагает задания каждому ученику, но  
обычно

такие задания дают не всем, а лишь  
некоторым отстающим в овладении тем  
или иным

упражнением или, наоборот, сильнейшим,  
которые занимаются в спортшколе.



Руки—пояс верхних конечностей

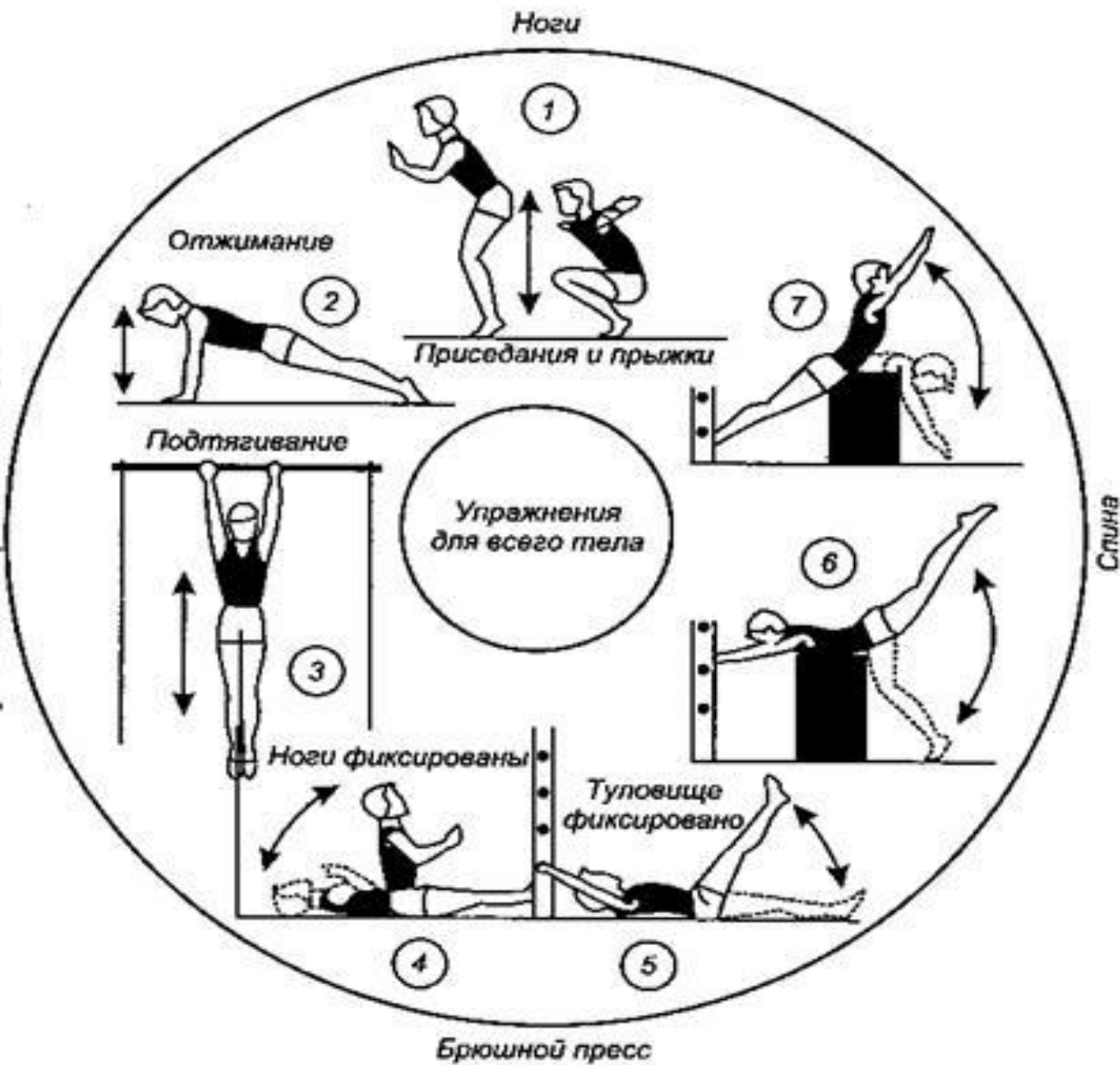


Рис. 5. Метод круговой тренировки

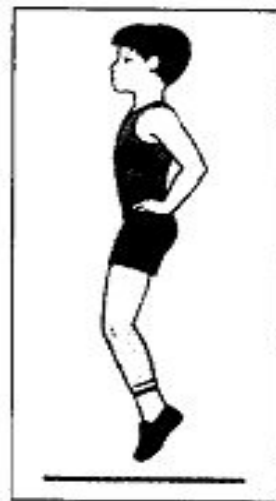
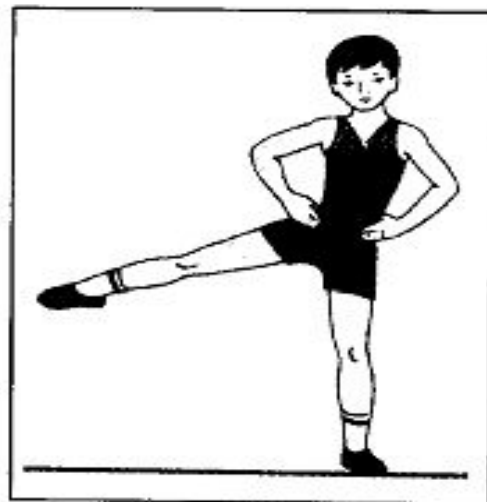
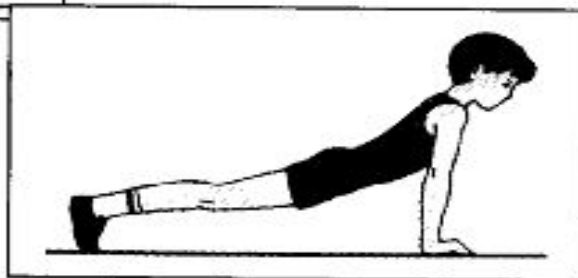
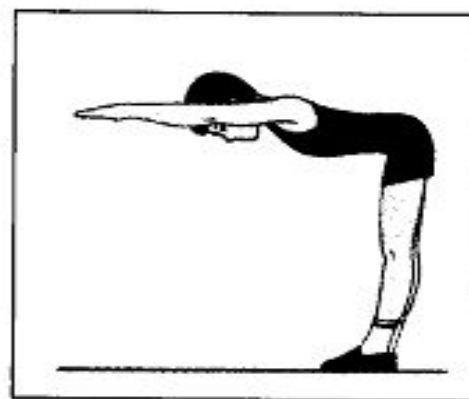
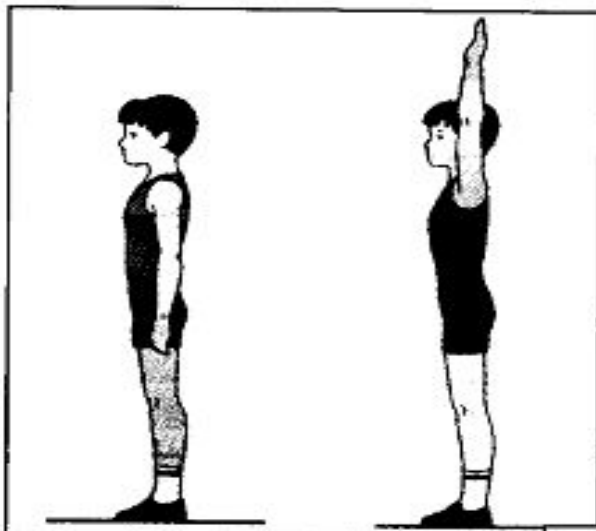


Признаки групп риска	Направленность технологий	Направление тренингов	Группы видов спорта	Преимущественное развитие качеств	Организация занятий	Управление пед. процессом
Биологические Социальные	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие личностных ресурсов;</li> <li>- знание систем организма;</li> <li>- специалисты по дезадаптации, педагоги;</li> <li>- клубы и секции по интересам.</li> </ul>	развитие «Я-концепции», «копинг-стратегия»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- спортигры</li> <li>- по интересам</li> </ul>	комплексное развитие двигательных качеств	<ul style="list-style-type: none"> <li>- фронтальная</li> <li>- поточная</li> <li>- индивидуальная</li> </ul>	авторитарно-демократическое

**Л и ч н о с т н ы е п р и з н а к и**

Фрустрированность	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие индивидуальной компетентности;</li> <li>- формирование адаптивных стратегий поведения;</li> <li>- специалисты по дезадаптации;</li> <li>- руководители и организаторы, спортсмены;</li> <li>- спортивно-массовые мероприятия;</li> <li>- ДЮСШ.</li> </ul>	развитие «Я-концепции»	<ul style="list-style-type: none"> <li>- единоборства</li> <li>- циклические</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сила</li> <li>- выносливость</li> <li>- ловкость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальная</li> <li>- фронтальная</li> </ul>	авторитарно-демократическое
Раздражительность	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие личностных ресурсов;</li> <li>- спортсмены-волонтеры;</li> <li>- формирование адаптивных стратегий поведения;</li> <li>- специалисты по дезадаптации, педагоги;</li> <li>- клубы и секции по интересам.</li> </ul>	«копинг-стратегия» (совладающее поведение)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- циклические</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выносливость</li> <li>- ловкость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальная</li> <li>- групповая</li> </ul>	авторитарно-демократическое
Уступчивость	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие индивидуальной компетентности;</li> <li>- формирование положительного стиля и поведения;</li> <li>- СМИ;</li> <li>- ДЮСШ;</li> <li>- специалисты по дезадаптации;</li> <li>- студенты-спортсмены высокого класса;</li> <li>- секции по интересам.</li> </ul>	формирование умений противостоять давлению среды	<ul style="list-style-type: none"> <li>- единоборства</li> <li>- спортигры</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сила</li> <li>- ловкость</li> <li>- выносливость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- индивидуальная</li> <li>- групповая</li> </ul>	авторитарное
Склонность к риску	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие личностных ресурсов;</li> <li>- формирование адаптивных стратегий поведения;</li> <li>- специалисты по дезадаптации;</li> <li>- студенты-спортсмены;</li> <li>- альтернативные программы;</li> <li>- правовая база.</li> </ul>	«копинг-стратегия» (совладающее поведение)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- единоборства</li> <li>- спортигры</li> <li>- нетрадиционные</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выносливость</li> <li>- ловкость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- фронтальная</li> <li>- индивидуальная</li> </ul>	авторитарное
Самооценка	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие индивидуальной компетентности;</li> <li>- знание систем организма;</li> <li>- СМИ;</li> <li>- системное обучение в общеобразовательных заведениях;</li> <li>- спортивно-массовые мероприятия;</li> <li>- секции по интересам.</li> </ul>	повышение самооценки	<ul style="list-style-type: none"> <li>- единоборства</li> <li>- циклические</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сила</li> <li>- быстрота</li> <li>- ловкость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- фронтальная</li> <li>- поточная</li> <li>- индивидуальная</li> </ul>	демократическое
Физические	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Развитие личностных ресурсов;</li> <li>- здоровый образ жизни;</li> <li>- педагоги;</li> <li>- студенты-волонтеры;</li> <li>- ДЮСШ;</li> <li>- спортивно-массовые мероприятия.</li> </ul>	повышение физических кондиций, формирование потребности в ФК	<ul style="list-style-type: none"> <li>- по интересам</li> </ul>	комплексное развитие двигательных качеств	<ul style="list-style-type: none"> <li>- групповая</li> <li>- индивидуальная</li> <li>- поточная</li> </ul>	авторитарное







При индивидуальной работе с учениками на уроках физической культуры необходимо учитывать психологический тип школьника. Так, у неуравновешенного, легко возбудимого, с резкими переменами настроения и частыми нервными срывами ученика можно наблюдать скачкообразный характер усвоения материала. Совсем по-другому идет работа у спокойного, уравновешенного ребенка: он равномерно, относительно быстро и прочно от урока к уроку усваивает учебный материал, в то время как неуравновешенный ученик – гораздо медленнее и не столь прочно.



# Выделяют три характерные группы школьников:

- 1) быстро и отлично усваивающие материал, имеющие хорошую физическую подготовленность и, как правило, отличную или хорошую успеваемость по всем предметам;
- 2) хорошо и отлично, но медленно усваивающие материал, имеющие средние показатели физического развития;
- 3) посредственно усваивающие материал на уроках физкультуры. Причины этого, как правило, кроются в недостаточном физическом развитии и отклонениях в состоянии здоровья.







# Особенности методики индивидуального подхода

Осуществление индивидуального подхода требует изучения личности учащихся, выявления их индивидуальных особенностей.

2. Индивидуальный подход к учащимся должен обеспечивать рост показателей всех школьников, а не только отстающих.

3. Особое значение имеет выбор формы организации детей на уроке.

4. Распределение учащихся по отделениям на уроках физической культуры целесообразно проводить с учетом их подготовленности.



# Индивидуализация методики обучения на уроках физической культуры должна предусматривать:

- создание доступных условий для выполнения упражнений в зависимости от особенностей развития двигательных качеств;
- методическую последовательность изучения учебного материала в соответствии с уровнем подготовленности каждого отделения.

