

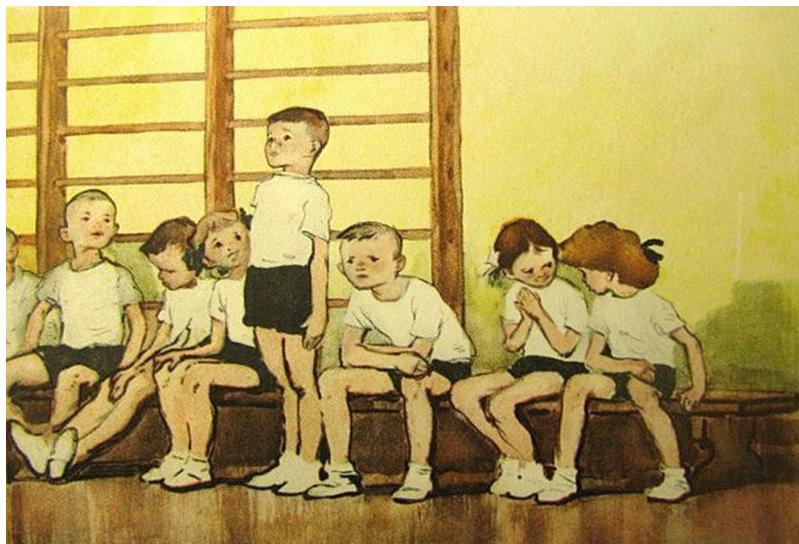
Работа с детьми, освобожденными от урока физической культуры

Учитель физической культуры
Николаева Ирина Михайловна
ГБОУ СОШ № 252
Г.Санкт-Петербург

- Физическая культура относится к тем учебным дисциплинам, которые являются обязательными. Освобождение от физкультуры как от предмета, от учебной дисциплины, невозможно. На сегодняшний день освобождение от физкультуры может быть лишь ограниченным, частичным. Полное и окончательное освобождение допускается только для лиц с ограниченной дееспособностью, которые *не могут проходить обучение на общих основаниях в рамках стандартных учебных заведений*. В разных случаях освобождение от физкультуры может предполагать разные формы облегчения занятий, начиная с отмены некоторых упражнений и заканчивая переходом на теоретическое освоение предмета. Все зависит от серьезности диагноза, от текущего состояния здоровья школьника

Рекомендации по организации занятий с учащимися, освобожденными от уроков физической культуры:

- Ученик присутствует на уроке в спортивной форме. Выполняет задания учителя в облегченной форме.



Находится в специально отведенном для освобожденных месте и читает теоретический материал заданный учителем



Отвечает на вопросы по карточкам к определенной теме

- Правила соревнований по легкой атлетике.
- 1. На какие дистанции проводятся соревнования по бегу?
- 2. Какие правила соревнований по бегу на короткие дистанции вы знаете?
- 3. Какие правила эстафетного бега вы знаете?
- 4. Из кого состоит судейская коллегия по бегу?
- 5. Какие правила по бегу на средние и длинные дистанции вы знаете?

Отвечает на вопросы теста по данной теме

- **1. Бег на короткие дистанции – это:**
 - а) 200 и 400 метров;
 - б) 30 и 60 метров;
 - в) 800 и 1000 метров;
 - г) 1500 и 2000 метров.
- **2. Какие физические качества развивают легкоатлетические упражнения? (ответьте самостоятельно)**
- **3. Способность человека длительно выполнять какую-либо работу без утомления мышц называется....**
 - а) координация
 - б) выносливость
 - в) гибкость
 - г) сила
- **4. Способность человека выполнять движения с максимальной скоростью за счет быстрого напряжения мышц называется...**
 - а) координация
 - б) выносливость
 - в) гибкость
 - г) быстрота

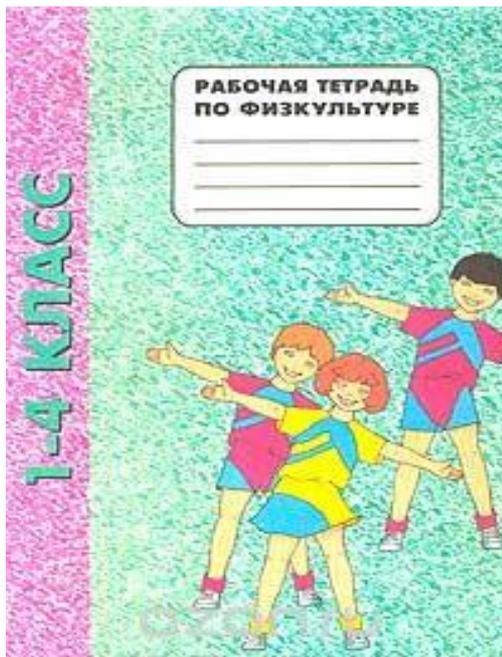
Разгадывает кроссворд по теме или придумывает свой кроссворд.

КРОССВОРД

1. Вид лёгкой атлетики
2. Какие бывают дистанции
3. Назовите фазу при прыжке в длину с разбега.
4. Назовите команду при низком старте.
5. Назовите вид старта.
6. Какой снаряд используется при метании.



Оформляет рабочую тетрадь по физической культуре



Раз в четверть готовит реферат или презентацию по изучаемой теме

Темы для рефератов и презентаций по легкой атлетике.

- История возникновения легкой атлетики
- Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой
- Развитие скоростных качеств для бега на короткие дистанции.
- Развитие выносливости для бега на длинные дистанции
- Развитие скоростно-силовых качеств

Помогает учителю в судействе и организации соревнований и игр



Осуществляет оценочно-диагностическую деятельность учащихся остального класса (или группы школьников, по заданию учителя).

- Оценивает:
- технику выполнения упражнений
- дисциплину на уроке
- соблюдение техники безопасности

Интернет-источники

- <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library?page=1>
- <http://fiz-ra-ura.jimdo.com/>
- <https://yandex.ru/images/search?text=картинки>