



Методическое портфолио

**учителя физической культуры
МБОУ «Оссорская СОШ»**

**Храмовой Натальи
Александровны**



Учитель физической культуры – профессия особенная. Кажущаяся обывателю простота: «Подумаешь, очки, голы, секунды, побегали, попрыгали, подышали» - таит в себе огромную кладовую широких знаний и умений. Двадцать лет я работаю учителем физкультуры. Вся моя жизнь связана с этой профессией, которую очень люблю и не представляю себя в другом качестве. Избрав эту профессию, учитель становится в ответе за здоровье детей, их физическое, психическое, нравственное и социальное развитие.



У учителей физической культуры есть оружие особой силы, способное преобразить «гадкого утенка»



в «прекрасного лебедя» - это возможность более свободного и непосредственного общения с детьми, которое может быть, при разумном подходе, направлено на благоприятное развитие эмоционального климата, общественного мнения, статуса личности.

Моя методическая система



Учебная деятельность

Уроки физкультуры – основное звено в цепочке оздоровления учащихся в школе. Они содействуют укреплению здоровья, правильному физическому развитию и закаливанию организма, а также умственной и физической работоспособности, формированию правильной осанки, ликвидации или стойкой компенсации нарушений, вызванных различными заболеваниями.



Основными принципами в своей деятельности считаю

- «Не навреди!»
- «Непрерывность и преемственность»
- «Успех порождает успех»
- «Ответственность за свое здоровье»

Цели уроков физической культуры

- воспитание у детей стойкой и активной жизненной позиции, формирование у детей навыков здорового образа жизни, приобретение знаний и умений в области физической культуры и спорта, формирование у детей навыков самостоятельного выполнения физических упражнений, формирование у детей навыков самостоятельного выполнения физических упражнений в различных формах занятий в условиях активного отдыха и досуга;



Основные задачи

- сохранение и укрепление здоровья учащихся (разработка и внедрение здоровьесберегающих и здоровьесформирующих техник);
- повышение интереса учащихся к предмету;
- обучение специальным знаниям, двигательным умениям и навыкам;
- повышение индивидуального уровня двигательной подготовленности, с учетом возможностей, способностей и развития каждого ребенка.



Методы

- Фронтальный;
- Поточный;
- Посменный и групповой;
- Круговой;
- Игровой;
- Индивидуальный;
- Развивающий;
- Соревновательный;
- Метод проблемного обучения.



Формы обучения

- Применяя нетрадиционные формы уроков такие как. Уроки – путешествия, уроки здоровья, уроки соревнования, уроки Знаёние старшего. Используют физические упражнения которые направляет не только на физическое развитие, детей, но и стимулирует познавательную активность учащихся, повышает интерес к теме, негосударственный эффект, развивающие, коррекционные упражнения образа жизни;



Учебно-методическая работа

- Разрабатываю рабочие программы по предмету «Физическая культура» дополнительного образования: «Фитнес-аэробика», мероприятия в оздоровительном лагере,
 - «Подвижные игры», «Волейбол», «Пионербол», «Ритмика»;
 - Применяю на уроках презентации, DVD-фильмы,
 - Музыкальные детские современные композиции;
 - Имею различные формы и методы организации учебного процесса, разработки уроков;
 - Сохраняю видеозаписи открытых и внеклассных мероприятий,
 - Имею в методической копилке олимпийские викторины, фоторепортажи,
 - Спортивные кроссворды, тесты по физической культуре;
 - Каждые полгода обновляю стенды по физической культуре.
- Разрабатываю комплексы физкультминуток, комплексы общеразвивающих упражнений под музыкальное сопровождение;



Внеклассная работа

физкультурные мероприятия в режиме учебного дня

спортивные соревнования

творческая деятельность

занятия в спортивных секциях и кружках

индивидуальная работа с одаренными детьми

Основные задачи внеклассной работы

- увеличение числа занимающихся (массовость);
- формирование устойчивого интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, как к самостоятельным, так и к организованным;
- выявление одаренных детей;
- привлечение к занятиям детей «группы риска».



В нашей школе сформировалась целая система проведения спортивных мероприятий





Вовлекаются родители в соревнования с детьми. Весёлые старты для 1-х классов «Неразлучные друзья – спорт, родители и я»



Весёлые старты





Тематические мероприятия: «Зов тундры», посвящённые 85-летию КАО



Кружковая работа включает в себя проведение занятий «Подвижные игры» с 1-4 классами, секция «Волейбол» для 4-6 классов

Наша команда!



Наши будни!



Самообразование

The screenshot shows the profile page of a teacher on the infourok.ru website. The header includes navigation links like 'Сайты учителей', 'Блоги', and 'Материалы'. The profile name is 'учительский.сайт/81437'. There is a photo of the teacher, Natalia Alexandrovna Khramova, and a bio: 'Храмова Наталья Александровна, учитель физической культуры'. The page lists 'Авторские разработки' (author's works) with three items: 'Презентация по физической культуре на тему "Виды спорта"', 'Презентация "История паралимпийского движения"', and 'Технологическая карта открытого урока по акробатике для 2 класса'. Each item has a 'скачать материал' (download material) button and a 'свидетельство о публикации' (certificate of publication) button. A balance notification shows 'Внимание! Ваш баланс пополнен на 380 руб.'.

The certificate is titled 'СЕРТИФИКАТ' (Certificate) and states: 'Настоящим подтверждается, что Храмова Наталья Александровна, учитель физической культуры МБОУ "Оссорская СОШ" создал(а) свой персональный сайт.' (It is hereby confirmed that Natalia Alexandrovna Khramova, teacher of physical education at MBOU "Ossorskaya SOSh" created her personal website). The address of the site is given as 'учительский.сайт/81437'. The certificate is signed by 'Жаборовский И. В.' (I.V. Zhaborovskiy) as the author of the 'Инфоурок' project, dated '05.01.2015'. The 'Инфоурок' logo is visible in the top right and bottom right corners of the certificate area.

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте
учительский.сайт

Настоящим подтверждается, что
Храмова
Наталья Александровна

опубликовал(а) на образовательном
интернет-ресурсе

Учительский сайт

методическую разработку
Технологическая карта открытого урока по акробатике для 2 класса

web-адрес публикации:

http://учительский.сайт/81437/материалы/технологическая_карта_открытого_урока_po_акробатике_dlya_2_klassa-420987.htm

Руководитель проекта
«Учительский сайт»



Жаборовский И. В.

04.03.2015

№0420987



Свидетельство

о публикации
на сайте Infourok.ru

Настоящим подтверждается, что
Храмова

Наталья Александровна
учитель физической культуры
МБОУ "Оссорская СОШ"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru

(Проект "Инфоурок"; Свидетельство о регистрации СМИ: Эл №ФС77-60625 от 20.01.2015)

методическую разработку

Презентация "История паралимпийского движения"

web-адрес публикации:

http://infourok.ru/prezentatsiya_istoriya_paralimpiyskogo_dvizheniya-422454.htm

Главный редактор



Жаборовский И. В.

05.03.2015

№ 422454

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации на сайте
учительский.сайт

Настоящим подтверждается, что
Храмова
Наталья Александровна

опубликовал(а) на образовательном
интернет-ресурсе

Учительский сайт

методическую разработку
Презентация по физической культуре на тему "Виды спорта"

web-адрес публикации:

http://учительский.сайт/81437/материалы/prezentatsiya_po_fizicheskoj_kulture_na temu_vidy_sporta-441503.htm

Руководитель проекта
«Учительский сайт»



Жаборовский И. В.

14.03.2015

№0441503

ИНФОУРОК

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации
на сайте infourok.ru

Настоящим подтверждается, что
Храмова

Наталья Александровна
учитель физической культуры
МБОУ "Оссорская СОШ"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru

(Проект «Инфоурок»; Свидетельство о регистрации СМИ: Эл №ФС77-60625 от 20.01.2015)

методическую разработку

САМОАНАЛИЗ КОМПЛЕКСНОГО УРОКА ПО ФИЗИКУЛЬТУРЕ

web-адрес публикации:

http://infourok.ru/samoonaliza_kompleksnogo_uroka_po_fizikulture-751289.html

Главный редактор



Жаборовский

11.01.2016

№ ДВ-324846

kopilkaurokov.ru – сайт для учителей

СВИДЕТЕЛЬСТВО

Настоящим удостоверяется, что автор(ы)
Храмова Наталья Александровна
учитель физической культуры, МБОУ "Оссорская СОШ"
опубликовал(а) свой авторский материал **03.02.2015**

История паралимпийского движения

на странице
<http://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/166178>
интернет-проекта "Копилка уроков – сайт для учителей"

Руководитель проекта  Л. А. Тарасов

№ 166178
проверить подлинность
документа можно по его
номеру на сайте
<http://kopilkaurokov.ru>

ИНФОУРОК

СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации
на сайте infourok.ru

Настоящим подтверждается, что
Храмова

Наталья Александровна
учитель физической культуры
МБОУ "Оссорская СОШ"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru

(Проект «Инфоурок»; Свидетельство о регистрации СМИ: Эл №ФС77-60625 от 20.01.2015)

методическую разработку

УРОК РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В 3 КЛАССЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ
ФИТНЕС-ТЕХНОЛОГИЙ

web-адрес публикации:

http://infourok.ru/urok_razvitiya_fizicheskikh_kachestv_v_klasse_s_primeneniem_fitnes_tekhnologii-751288.html

Главный редактор

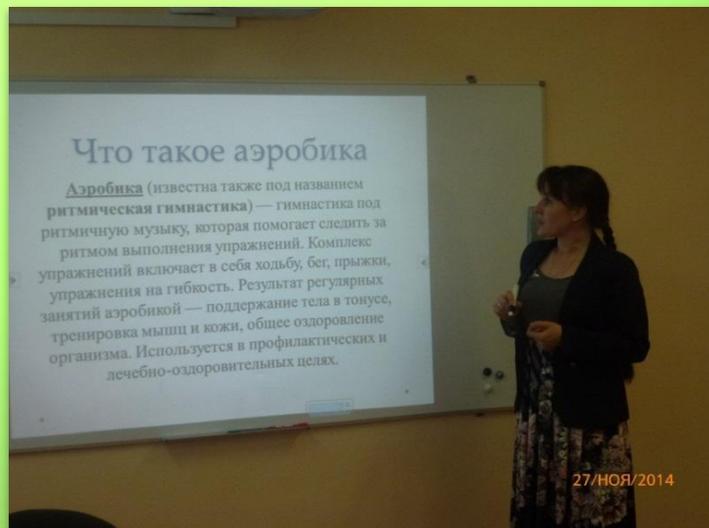


Жаборовский

11.01.2016

№ ДВ-324845

Участие в семинарах и курсах повышения квалификации



Творческая деятельность



Личное участие в общешкольных мероприятиях



Общественная деятельность

Пропагандирую личным примером
здоровый образ жизни
Турнир по волейболу к 75-летию нашей
школы «Учителя», «Ученики» и
«Выпускники»



Участие в «Краевых зимних сельских спортивных играх» - 2014 Полиатлон – 3 место



Заккрытие «Краевых сельских спортивных игр» - 2014



Районные соревнования по волейболу. Декабрь 2014



**Соревнования по волейболу с. Ивашка,
посвящённые 70-летию победы в
Великой Отечественной войне 1941-1945 гг.**



Летние сельские игры сентябрь 2015. г.Елизово. 2 место по волейболу



**Районные соревнования по волейболу 12.03.2016 г.
с. Тымлат**



Вывод

Главное для меня учителя физической культуры – править ученику привычку к регулярным и самостоятельным занятиям физической культурой и сохранению и укреплению здоровья детей остается спортом на основе необходимых для этого знаний и очень много. Только сообща, объединив усилия здорового образа жизни. В свете этого, конечно, (учитель + ученик + родители) можно подготовить надо обязательно менять в лучшую сторону психически, физически, развитого, отношение, некоторых учеников, их родителей, социальноадаптированного человека, подоити к учителям других дисциплин, да и многих других созданию. В школе, здоровьесохраняющих и людей к физической культуре, потому, что без нее здоровьесохраняющих условий обучения, немислимо физическое и нравственное здоровье человека.

***Чтобы быть настоящим Учителем,
надо любить то, чему учишь
и любить тех, кого учишь***



**Кому-то из нас суждено, вероятно,
На чемпионате сражаться горой,
И вспомнить потом будет очень приятно,
Что всё начиналось любимой
ФИЗРОЙ!!!**





Методическое портфолио
учителя физической культуры
МБОУ «Оссорская СОШ»
Храмовой Натальи
Александровны

