Выступление на районном методическом объединении

 учителей физической культуры на тему

# **Особенности применения современных образовательных технологий в процессе преподавания физической культуры в школе**

**Подготовила: учитель физической культуры**

**МКОУ СЕЛЕЗЕНЕВСКОЙ ШКОЛЫ**

**Лебедева И.В**

 **19.03.2019г**

В настоящее время в образовательном процессе активно формируется возможность применения современных технологий, в основе достижения научно – технического процесса.

 **Актуальность современных технологий**на уроках физической культуры определяется особой ролью здорового образа жизни на современном этапе развития человечества в целом и каждого отдельного ученика школы в частности.

Формирование здорового образа жизни требует дальнейшего совершенствования учебного процесса в школе и перехода на другой более высокий качественный уровень обучения с помощью применения современных обучающих средств. Это предполагает не только внедрение результатов интеллектуальной деятельности (разнообразные эллиптические тренажеры, обучающие научно – популярные видеофильмы, Интернет – ресурсы т.д.) на уроках физической культуры, но и формирование положительной мотивации к процессу обучения в целом.

Это означает, что при всем многообразии образовательных программ для уроков физической культуры, именно результаты интеллектуальной деятельности, определяют различия в полученных результатах обучения, зачастую весьма существенные, даже среди учеников школы.

В силу этих обстоятельств можно со всей уверенностью утверждать, что именно применение современных технологий на уроках физической культуры, несомненно, является ключом к формированию здорового образа жизни ученика в школе.

Вместе с этим особо значимой профессией в школе является учитель физической культуры, который в ответе за здоровье детей, их физическое и нравственное воспитание. Поэтому важное место в деятельности учителя необходимо отводить современным технологиям обучения.

**Цель работы**: теоретически разработать и практически обосновать использование современных технологий на уроках физической культуры в школе.

**Объектом работы** является процесс обучения детей на уроках физкультуры в условиях применения современных образовательных технологий

**Предмет исследования**: современные технологии как средство сохранения и укрепления здоровья учащихся в процессе обучения.

**Задачи работы:**

1. Изучить сущность современных образовательных технологий.

2. Выявить цели, функции современных образовательных технологий.

3. Рассмотреть средства и формы технологий в процессе обучения на уроках физической культуры.

 Что понимают под современной образовательной технологией? Определений довольно много, на наш взгляд, наиболее удачным является следующее

*образовательная технология*  – система средств, форм и способов организации образовательного взаимодействия, обеспечивающих эффективное управление и реализацию образовательного процесса на основе комплекса целей и определенным образом сконструированных информационных моделей осваиваемой реальности – содержания образования. Переход к компетентностно - ориентированному образованию усиливает роль образовательных технологий в реализации образовательных программ. Привычные знания-умения-навыки не отрицаются, но акцент переносится на***знание – понимание - навыки,*** в результате интегрирования которых формируются компетенции, универсальные и профессиональные.

     Анализируя существующие определения, можно выделить критерии, которые и составляют сущность педагогической технологии:

* однозначное и строгое определение целей обучения (почему и для чего);
* отбор и структура содержания (что);
* оптимальная организация учебного процесса (как);
* методы, приемы и средства обучения (с помощью чего);
* учет необходимого реального уровня квалификации учителя (кто);
* объективные методы оценки результатов обучения (так ли это).

   Существенными признаками, присущими именно педагогической технологии являются следующие утверждения:

* диагностическое целеполагание и результативность предполагают гарантированное достижение целей и эффективности процесса обучения;
* экономичность выражает качество педагогической технологии, обеспечивающее резерв учебного времени, оптимизацию труда учителя и достижение запланированных результатов обучения в сжатые промежутки времени, целостность и управляемость отражают различные стороны идеи  воспроизводимости педагогических технологий;
* корректировка предполагает возможность постоянной оперативной обратной связи, последовательно ориентированной на четко определенные цели.

  **Применение современных образовательных технологий на уроках физической культуры**

В школьной практике используются различные педагогические технологии, обеспечивающие активизацию творческих способностей учащихся.

1. Проектная деятельность.

2. Личностно-ориентированное обучение.

3. Игровые технологии

4. Здоровьесберегающие технологии.

5. Соревновательная технология;

6. Технология дифференцированного физкультурного образования

7. Информационные технологии.

8. Технология активного обучения

9. Технология проблемного обучения

Я остановлюсь на некоторых из них

***Здоровьесберегающие технологии***

 На уроках физической культуры данная технология – это основа основ.

Урок физической культуры построен оптимально комфортно для учащихся, учебная нагрузка не противоречит нормативно – правовым требованиям, методы обучения подбираются с учетом сохранения психоэмоционального и физического здоровья учащихся. С целью поддержания здоровья учащихся и формирования у них необходимых навыков здорового образа жизни учитель выполняет санитарно – гигиенические требования (проветривание спортивного зала, соблюдение светового режима и т.д.); проводит физкультминутки, спортивные праздники, «Дни здоровья».

Деятельность учителя физической культуры по сохранению здоровья детей является одной из составляющих качеств результата.

Сейчас практически не встретишь абсолютно здорового ребенка.

Интенсивность учебного труда учащихся   очень высокая, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни (гиподинамия), накапливание отрицательных эмоций без физической разрядки, вследствие чего происходят психоэмоциональные изменения: замкнутость, неуравновешенность, чрезмерная возбудимость. Тревога за результат и его ожидание приводят к росту  психической нагрузки, нервным потрясениям, школьным стрессам и отбивают желание быть активным.

Все вышеперечисленные причины приводят к тому, что ребенок не только имеет проблемы со здоровьем, но у него появляются еще и проблемы личностного плана. Отсутствие стойких интересов  и увлечений, связанных с расширением своего кругозора, апатия, закрытость – это те немногие симптомы, которые связаны с малоподвижным образом жизни. В связи с ухудшающимся уровнем здоровья подрастающего поколения, существует необходимость организации урока физической культуры с акцентом на решение оздоровительных задач физического воспитания, не нарушая при этом образовательной составляющей процесса.

**Для достижения целей здоровьесберегающих   технологий применяются следующие группы средств:**

·        гигиенические факторы;

·        оздоровительные силы природы;

·        средства двигательной направленности.

Первое условие оздоровления это создание на уроках физической культуры гигиенического режима

 Второе использование оздоровительных сил природы, которое оказывает существенное влияние на достижение целей здоровье сберегающих технологий на уроках. Проведение занятий на свежем воздухе способствует активизации биологических процессов,  повышают общую работоспособность организма, замедляют процесс утомления и т.д.

Самым важным условием   является обеспечение оптимального двигательного режима на уроках физической культуры, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего учебного дня, недели и года.

Только комплексное использование этих средств поможет решить задачу оздоровления.

 Прекрасно понимаем, что нельзя насильно заставить всех школьников заниматься  физической культурой и своим здоровьем, для этого нужны определенные стимулы, мотивы.

Для создания условий  мотивации к занятиям физической культурой используем:

На родительских собраниях широко освещаю вопросы, связанные с состоянием здоровья, условиями его сохранения и укрепления.  Включаю родителей в процесс обсуждение проблем, приводим статистические данные.

На уроках  практикуем беседы о здоровом образе жизни. При выполнении  различных упражнений  объясняю детям значение каждого из них. С целью более наглядного представления о здоровом образе жизни используются компьютерные презентации. Это особенным образом стимулирует познавательную активность учащихся, повышает интерес к теме, способствует усвоению основных правил соблюдения здорового образа жизни.

***Информационные технологии***

В настоящее время учитель физической культуры сталкивается с проблемой снижения уровня двигательной активности, познавательной деятельности учащихся на уроке, да и просто нежеланием учится. Один из способов развития двигательной активности и познавательной деятельности учащихся – это применение видеофильмов, мультимедиа технологий, компьютера.

**Цель использования технологии:**повышение качества образования через

использование информационных технологий на уроках и внеклассных

занятиях наряду с традиционными формами обучения

Сегодня компьютерная грамотность учителя и ученика достаточна для того, чтобы свободно работать на персональном компьютере и получать необходимую дополнительную информацию из различных источников. В образовательном процессе широко применяю цифровые образовательные и Интернет-ресурсы, а именно:

в качестве подготовки рабочих программ, поурочных планов, дидактических материалов (тестовые задания), различных докладов, методических разработок. Использование электронных учебников и образовательных ресурсов на электронных носителях в качестве наглядных пособий, с их иллюстративными, анимационными возможностями использование программных ресурсов для создания собственных учебных пособий к урокам с помощью программ MicrosoftWord, MicrosoftPowerPoint, MicrosoftExcel.

Важно отметить и тот факт, что используется на уроках и методики устного опроса, как условия развития устной и письменной речи учащихся. Одним словом, учитель должен сочетать в своей педагогической практике инновационные технологии и традиционные. Это позволяет устранить все те риски, которые возникают при использовании информационных технологий.

**На каждом уроке физической культуры применяются элементы информационно-коммуникационной технологии**:

-при рассказе об истории волейбола и объяснении правил игры используется презентация «Волейбол»,

-для объяснения учебного материала об оказании первой медицинской помощи

при несчастных случаях презентация «Первая медицинская помощь» позволяет продемонстрировать не только картинки, но и видеоролики, что позволяет ученикам лучше усвоить материал,

информация о ближайших спортивных мероприятиях в гимназии и районе,

информация о спортивных достижениях наших учеников,

**Результат использования технологии:** интенсификация всех уровней учебно-воспитательного процесса за счет применения средств современных информационных технологий. ИКТ позволило значительно расширить и разнообразить содержание обучения на уроке.

**Игровые технологии** на уроках физической культуры занимает важное место в образовательном процессе. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам. Игра формирует типовые навыки социального поведения, специфические системы ценностей, ориентацию на групповые и индивидуальные действия, развивает стереотипы поведения в человеческих общностях. Игровая деятельность на уроках в школе дает возможность повысить у обучающихся интерес к учебным занятиям. Позволяет усвоить большее количество информации, основанной на примерах конкретной деятельности, моделируемой в игре, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях. Использование игровых форм занятий ведет к повышению творческого потенциала обучаемых и к более глубокому, осмысленному и быстрому освоению материала. Самоценность игры заключается в том, что она осуществляется не под давлением жизненной необходимости, а от физиологической необходимости обучающихся двигаться, играть. Игра – это проявление желания действовать.

**Игровые формы работы в учебном процессе могут нести ряд функций:**

- обучающая;

- воспитательная;

- коррекционно-развивающая;

- психотехническая;

- коммуникативная;

- развлекательная;

- релаксационная.

         Убыстрение темпа современной жизни ставит задачу более активно использовать игру для воспитания подрастающего поколения. Сейчас очевидно, что игры необходимы для обеспечения гармоничного сочетания умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния. Исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умений ориентироваться в окружающей действительности.

 **Технология успеха предполагает создание ситуации успеха на уроке:**

1.     Первое обязательное условие – атмосфера доброжелательности в классе на протяжении всего урока. ( Слагаемые доброжелательности: улыбка, добрый взгляд, внимание друг к  другу, интерес к каждому, приветливость, расположенность, мягкие жесты.)

2.     Второе условие – снятие страха – авансирование успеха (объявить о положительных результатах до того, как они получены, это увеличивает меру уверенности в себе ребенка и повышает активность.)

3.     Ключевой момент – высокая мотивация предлагаемых действий: Во имя чего? Ради чего? Зачем? Мотив сильнейший механизм.

4.     Реальная помощь в продвижении  к успеху – скрытая инструкция деятельности, посылаемая субъекту  для инициирования мыслительного образа предстоящей деятельности и пути ее выполнения.

5.     Краткое экспрессивное воздействие – педагогическое внушение, собранное в яркий фокус (За дело! Приступаем!)

6.     Педагогическая поддержка в процессе выполнения работы (краткие реплики или мимические жесты).

7.     Использование игровых и соревновательных методов: повышается эмоциональное состояние, элемент соревнований всегда создает приподнятое настроение, воспитываются стремление к победе и коллективизм.

 **Проектная деятельность**

Использование проектов позволяет строить на уроках физической культуры обучение на активной основе, через целенаправленную деятельность ученика, сообразуясь с его личным интересом. Составляя проект, он превращается из объекта в субъект обучения. Такая работа даёт возможность осознать, что уроки физической культуры развивают не только физически, но и интеллектуально.

Создание условий для развития способности школьников к самообучению путем исследовательской творческой учебной работы учащихся, направленной на интеграцию и актуализацию знаний; для познавательной активности учащихся на уроках физической культуры используется видеометод, который обеспечивает:

- возможность дать ученикам более полную, достоверную информацию об изучаемых спортивных элементах;

- повысить роль наглядности в учебном процессе;

- удовлетворить запросы и интересы учащихся; наладить эффективную обратную связь.

Использование мультимедийных презентаций при создании проектов, обучение в сотрудничестве, дискуссий, что обеспечило более эффективное соприкосновение физической культуры и внешних информационных потоков, взаимодействие с учащимися.

**Виды проектов**

1. Исследовательский

2. Обзорный

3. Продукционный

4. Проекты инсценировки

 Метод проектов, как наиболее перспективная педагогическая технология, которая позволяет раскрыть творческие способности школьников, сформировать умение ориентироваться в огромном море информации, выделять главное, брать ответственность на себя и принимать решения; позволяет интегрировать в себе обучение в сотрудничестве, групповые методы, рефлексивные.

**Технология** **дифференцированного физкультурного образования**

 . Важнейшее требование современного урока – обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола.

Физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств.

Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры.

 Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика по физической культуре. А учащемуся с высоким уровнем неинтересно на уроке, рассчитанном на среднего ученика. Помимо этого обучающиеся физической культуре делятся на основную, подготовительную и специальную группы. Поэтому и необходимо дифференцирование и задач, и содержания, и темпа освоения программного материала, и оценки достижений. Исходя из всего перечисленного, в педагогической деятельности применяются технологии дифференцированного физкультурного образования.

**Под дифференцированным физкультурным образованием понимается** целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. ТДФО – это способ реализации содержания дифференцированного физкультурного образования посредством системы средств, методов и организационных форм, обеспечивающий эффективное достижение цели образования. Содержание ТДФО – это совокупность педагогических технологий дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний, методических умений, технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства. Данная технология используется в общеобразовательном процессе на уроках физической культуры.

***Обучение двигательным действиям***

Обучение проводиться целостным методом с последующей дифференциацией (выделяются детали техники и разделяются по сложности) и затем интеграцией этих частей разными способами в зависимости от уровня технической подготовленности обучающихся, с целью более качественного выполнения упражнения. Обучение двигательным действиям предусматривает возможность выбора операций для решения тех или иных двигательных задач.

 В этом случае каждый обучаемый может освоить двигательное действие в предпочтительном для себя составе операций, что станет основой для формирования его индивидуального, самого эффективного, стиля деятельности. Так, например, при закреплении учебного материала, условно делю детей в классе на группы, в зависимости от подготовленности. Одной группе даю подготовительные или подводящие упражнения в облегчённых условиях, другой – усложнённые подводящие упражнения, третей – действие в целом, но в облегчённом варианте и т.д. Обучающиеся сильных групп, внутри класса, осваивают учебный материал в среднем на два урока быстрее средних и слабых учеников, поэтому обучение двигательному действию заканчивается для них выполнением изучаемого упражнения в соревновательных условиях, а учащиеся слабых и средних групп продолжают выполнять упражнение по частям или многократно повторяют его в стандартных условиях. Бывает и так, что для школьников, подготовленных наиболее слабо, этапа совершенствования вообще не бывает, так как они не достаточно хорошо освоили учебный материал. Например, ученики не могут освоить передачу мяча в волейболе, и поэтому они не могут полноценно проявить себя в учебной игре, и в то время, когда весь класс играет, эти ребята отрабатывают это упражнения в парах.

На занятиях по гимнастике рекомендуется хорошо подготовленным детям добавлять в комбинации свои элементы, в опорном прыжке изменять высоту снаряда, тогда как менее подготовленные работают в стандартных условиях. Обязательно проводится индивидуальная работа с обучающимися, у которых не получается выполнение того или иного двигательного действия. Эти учащиеся получают индивидуальные задания, как на уроке, так и для домашнего выполнения.

***Дифференцированное выставление отметки по физической и технической подготовленности обучающихся***

 При оценке физической подготовленности учитывается как максимальный результат, так и прирост результата. Причем индивидуальные достижения имеют приоритетное значение. При выставлении отметки по физической культуре учитываются и теоретические знания, и техника выполнения двигательного действия, и прилежание, и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. Широко применяются методы поощрения, словесные одобрения. Одних учащихся надо убедить в собственных возможностях, успокоить, приободрить; других – сдержать от излишнего рвения; третьих – заинтересовать. Всё это формирует у школьников положительное отношение к исполнению заданий, создаёт основу для общественной активности. Временно освобождённые обучающиеся, присутствуют на уроках: помогают в подготовке инвентаря, судействе, знакомятся с теоретическими сведениями, с техникой выполнения двигательных действий. Постоянно ориентирую подготовленных учащихся на то, что они должны помогать менее подготовленным. Всесторонне изучение школьника, сопоставление различных данных позволяет нам выявить причины отставания детей, установить главные из этих причин и осуществить педагогическое воздействие, основанное на методике дифференцированного обучения.

Обеспечение дифференцированного подхода к обучающимся с учётом их физического развития и двигательной подготовленности. Достижение высокой моторной плотности, динамичности, эмоциональности, образовательной и инструктивной направленности уроков; формирование у обучающихся навыков и умений самостоятельных занятий физическими упражнениями – всё это важнейшие черты современного урока физической культуры.

 **Соревновательная технология**

**Цель использования технологии:**стимулировать максимальное проявление двигательных способностей.

**Применения технологии в практической профессиональной деятельности:**

На каждом уроке физической культуры применяются элементы соревновательной технологии:

-при совершенствовании различных двигательных действий применяются соревновательные методы – ученик применяет разученное действие для повышения показателей физической подготовленности. Так, например, освоенная техника высокого старта, стартового разгона, бега по дистанции и финиширования позволяет повысить скорость прохождения своего этапа на соревнованиях в эстафете.

-на занятиях по волейболу, баскетболу и т.д. обязательно применяется соревновательный метод в процессе учебной игры для:

повышения эмоциональной направленности урока,

увеличения интереса к игре,

повышения мотивации к совершенствованию технико-тактических навыков и развитию физических качеств.

-соревновательный метод очень эффективен в привлечении учеников к занятиям физической культурой и спортом во внеурочное время – дети охотно участвуют в соревнованиях между классами гимназии, активно болеют за команды одноклассников, что способствует более ответственному отношению к предмету «физическая культура» и повышению стремления детей к самосовершенствованию

-во время сдачи контрольных тестов применение соревновательной технологии позволяет добиться более высоких показателей физической подготовленности, помогает ученикам обрести уверенность в своих силах.

 ***Технология активного обучения.***

Среди активных форм выделяются:

1. Проблемные диспуты и беседы. Сколько детей, столько и вопросов возникает на уроке. На все «Зачем?» и «Почему?» сразу не ответишь, поэтому я предлагаю всем обдумать этот вопрос, а на следующем уроке мы его обязательно обсуждаем, каждый из детей может высказать свое мнение. Освобожденные от физической нагрузки учащиеся являются главными докладчиками по этим вопросам.
2. Сообщения по теории физической культуры также готовят учащиеся, временно освобожденные от урока, это частично решает проблему сидящих на скамейке.
3. Урок-собеседование. Это также теоретический урок, на котором происходит защита сообщений или индивидуальных домашних заданий по определенным вопросам.
4. Урок-консультация. Это в основном урок, на котором учитель отвечает на вопросы учащихся по самоподготовке, по выполнению каких-либо упражнений или комплексов вместе с учеником подбираются подводящие упражнения и упражнения общей и специальной физической направленности.
5. Урок-соревнование. Соревнования необходимо включать на всех этапах урока и на разных стадиях обучения. Соревновательные моменты на уроке способствуют развитию физических качеств, развитию познавательного интереса, повышает степень эмоционального воздействия, стимулирует активность на уроке.

 **Технология проблемного обучения**

Сущность проблемного обучения состоит в создании учителем цепи проблемных ситуаций и управлении деятельностью учащихся по самостоятельному решению учебных проблем. Соответственно важнейшим понятиями в проблемном обучении являются проблемная ситуация и учебная проблема.

Проблемная ситуация заключается в противоречии между известными школьнику сведениями и новыми фактами, явлениями, для понимания и объяснения которых прежних знаний недостаточно. Действия ученика при создании учителем проблемной ситуации проходят в следующей логической последовательности:

-анализ проблемной ситуации;

-формулировка (постановка) проблемы или осознание и принятие формулировки учителя;

-решение проблемы: выдвижение предположений; обоснование гипотезы; доказательство гипотезы (теоретическое или экспериментальное);

-проверка правильности решения.

Проблемные вопросы: они должны быть сложными настолько, чтобы вызвать затруднение учащихся, и в то же время посильными для самостоятельного нахождения ответа. Например, предлагаются задания-схемы, предусматривающие поисковую деятельность учащихся: 1) Выбрать один из способов прыжка в высоту и разобрать его минусы и плюсы в сравнении с другими; 2)применить хорошо освоенный навык в нестандартных условиях. Задания поискового характера всегда связаны с постановкой проблемы. Осознание проблемы зависит от уровня знаний учащихся, его интересов и подготовленности. Начинается поиск решения. При этом педагог отслеживает информацию о промежуточных результатах. Основным средством контроля являются ответы и действия школьников, аналитическая деятельность учителя по определению степени их правильности, количества и характера ошибок.

Таким образом, длительное использование проблемного обучения служит залогом самообразования, самовоспитания, укрепления здоровья и физического совершенствования.

**Вывод:**

Физкультура должна стать универсальным средством оздоровления. В настоящее время, ведущими направлениями в работе по физическому воспитанию являются:
- создание условий, содействующих формированию навыков здорового образа жизни, сохранению и укреплению физического и психологического здоровья учащихся средствами физической культуры и спорта;
- формирование физической культуры личности с учетом их индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации;
- совершенствование врачебно-педагогического контроля, за организацией физического воспитания.

Педагогический анализ по реализации современных, требований, обеспечивающих развитие физической культуры.
Работа по этим направлениям социально значима, так как физически здоровый человек защищен, активен, уверен в себе. Он конкурентоспособен и в плане физическом и как следствие, в плане интеллектуального развития.
Вот так день за днем, шаг за шагом в своей работе необходимо применять здоровье сберегающие образовательные технологии. Учить детей охранять свое здоровье, заботиться о нем.

Выступление на районном методическом объединении

учителей физической культуры на тему

 **«Мотивация обучающихся общеобразовательных организаций к занятиям физической культуры»**

**Подготовила: учитель физической культуры**

**МКОУ СЕЛЕЗЕНЕВСКОЙ ШКОЛЫ**

**Лебедева И.В**

28.092017г.

Одним из самых старейших проблем школьного обучения является формирование мотивации к учению. Эта проблема рассматривается многими известными психологами и педагогами, как А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович и т.п. Именно ими была поднята проблема: как повысить у ребенка интерес к учению, т.е. формировать мотив.

В настоящее время политика образования Российской Федерации направлена на переход к развивающему обучению, где меняются цель, содержание и методы обучения. И в новой ситуации организации обучения эта проблема стоит на повестке дня. По Российской Федерации и Республике Саха переход на развивающее обучение осуществляется постепенно. Массовые школы организуют свою деятельность в основном по традиционной системе обучения, но по-прежнему остро стоит вопрос: как формировать мотивацию учения.

Школьный возраст, как и все возрасты, является переломным. Он определяется моментом поступления ребенка в школу. У школьника начинается новая, по-своему содержанию и по всей функции деятельность - деятельность учения. Переход к новому положению, отношению с взрослыми и сверстниками, а также в семье определяются, тем как они выполняют свои первые и важные обязанности, и все это ведет к тем проблемам, которые связаны не только с семьей, но и с учебой.

Наряду с вопросами формирования у учащихся мотивации к учению, также необходимо решать вопросы формирования потребности к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой на базе создания представлений о здоровом образе жизни. Приобретение данных знаний способствует изменению отношения учащихся к физической культуре, побуждая стать сильными, хорошо физически развитыми.

Младший школьный возраст характеризуется первичным вхождением ребенка в учебную деятельность, овладением видами учебных действий. Каждое из учебных действий претерпевает свои процессы становления.

Младший школьный возраст среди других этапов жизни выделяется наименьшей заболеваемостью и наибольшим накоплением сил для перехода к следующему периоду. Продолжается активный рост развитие и укрепление мышечной ткани, связок, костей скелета, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, а главное - нервной системы, управляющей сложнейшим из механизмов - человеческим организмом. ЧСС в этот период колеблется между 84 и 90 ударами в минуту, частота дыхания от 20 до 22 раз. ЖЕЛ доходит до 2000 мл. Начинается процесс совершенствования движений, в частности, рабочих движений кисти и пальцев. Позвоночник, хотя уже приобрел свою характерную форму, все еще мягок и подвижен, поэтому легко поддается всевозможным искривлениям под воздействием односторонней нагрузки или неправильного положения тела в течение длительного времени (48).

Этот возраст благоприятный для развития координационных и кондиционных способностей, выносливости к умеренным нагрузкам и скоростно-силовых качеств. В связи недостаточности развития ЦНС ребенка его организм не способен работать в длительном мышечном напряжении, поэтому у детей быстро наступает утомление. В этот период нельзя допускать переутомление у детей.

С первых же дней требования в школе у детей возникают позиция общественно значимой и общественно оценивающей деятельности. Однако такая широкая мотивация, определяемая новой социальной позицией, не может поддерживать учебу в течение длительного времени и постепенно теряет свое значение.

Занятия физической культурой на школьных уроках позволяют лишь поддерживать нормальное физическое состояние, но не улучшают физическое развитие учащихся. Для этого необходимы и большая частота занятий, и большая физическая нагрузка. Сделать это можно либо путем привлечения школьников к занятиям в спортивных секциях, либо путем самостоятельных занятий учащихся физической культурой в свободное время.

Учитель физкультуры должен развивать у учащихся потребность самостоятельно заниматься физической культурой на базе создания у них представления о здоровом образе жизни. Приобретение этих знаний меняет отношение учащихся к физической культуре и спорту, побуждая их стать сильными, хорошо физически развитым.

Мотивы занятий физической культурой условно делят на общие и конкретные, что впрочем, не исключает их сосуществования. К первым можно отнести желание школьника заниматься физической культурой вообще, чем же заниматься конкретно - ему безразлично. Ко вторым можно отнести желание заниматься любимым видом спорта, определенными упражнениями. В начальных классах почти все ученики отдают предпочтение играм: мальчики - спортивным, девочки - подвижным. Затем интересы становятся более дифференцированным: одним нравится гимнастика, другим легкая атлетика, третьим - вольная борьба (21).

Мотивы посещения уроков физкультуры у школьников тоже разные: те кто доволен уроками ходят на них ради своего физического развития и укрепления здоровья, а те кто не удовлетворен уроками физкультуры (в основном девочки), посещают их ради отметки и чтобы избежать неприятностей из-за прогулов (3).

Мотивы занятий физической культурой могут быть связаны с процессом деятельности и с ее результатом. В первом случае школьник удовлетворяет потребность в двигательной активности, в получении впечатлений от соперничества (чувство азарта, радость победы). Во втором случае он может стремиться к получению следующих результатов:

* Самосовершенствование (улучшение телосложения, развитие физических и психических качеств, укрепление здоровья).
* Самовыражение и самоутверждение (быть не хуже других, стать привлекательным для противоположного пола и т.д.)
* Подготовка себя к труду и службе в армии.
* Удовлетворение духовных потребностей (через общение с товарищами, через чувство принадлежности к коллективу и т.д.)

Привычка - это действия и поступки, выполнения которых стало для человека потребностью (С.Л. Рубинштейн).

Говоря о роли положительных привычек, К Д. Ушинский писал: ":Самое убеждение только тогда делается элементом характера, когда переходит в привычку. Привычка и есть тот процесс, посредством которого убеждение делается наклонностью и мысль переходит в дело" (Собр. соч. - М; Л., 1950. Т 8). Он выделял два пути воспитания привычек: организация жизненного опыта и убеждение, разъяснение. Первый более пригоден для младших школьников.

Привычки формируются в результате многократного длительного использования определенных действий или форм поведения. Поэтому их выработка проходит через ряд этапов, каждый из которых должен быть организационно обеспечен учителем физической культуры.

Первый этап формирование положительного отношения к физической культуре. С первого класса учитель должен ненавязчиво подчеркивать положительную роль занятий физическими упражнениями в развитии детей и укреплении их здоровья.

Второй этап - формирование у учащихся самостоятельно заниматься физической культурой. Намерение, по определению Л.С. Рубинштейна, является внутренней подготовкой отсроченного действия или поступка. Это зафиксированная решением направленность на осуществление цели. На этом этапе задача учителя физкультуры - пробудить у учащихся желание самостоятельно и регулярно заниматься физической культурой. Он может предположить школьникам ежедневно выполнять дома зарядку. Сформировав у учеников это желание, учитель может переходить к следующему этапу.

Третий этап - осуществление школьником намерения самостоятельно заниматься физической культурой. Этот этап связан с созданием условий для самостоятельного выполнения школьниками физических упражнений. К таким условиям относятся: приобретение родителями необходимого спортивного инвентаря, разработка учащимися вместе с учителем физкультуры режима дня, в котором нашлось бы место и для самостоятельного выполнения физических упражнений; разучивание на уроке комплекса упражнений, которые ребята будут выполнять дома.

Четвертый этап - превращение желания школьников самостоятельно и регулярно заниматься физическими упражнениями в привычку. В силу возрастных психологических особенностей младших школьников и подростков (легкая смена интересов и желаний, недостаточное развитие настойчивости, целеустремленности) регулярное, самостоятельное выполнение ими физических упражнений представляют значительные трудности. Ребенок может 3-4 раза встать пораньше и сделать зарядку, но потом это ему надоест и он найдет для себя много оправданий, которые освободят его от угрызений совести в том, что он не осуществил задуманное (например, "поздно лег спать, поэтому проспал, и на зарядку не осталось времени" и т.д.).

В связи с этим учителю необходимо осуществлять ряд мероприятий, которые поддерживали бы сформированные намерения учащихся самостоятельно заниматься физической культурой.

Учитывая, что младшие школьники часто выполняют задания не столько для себя, сколько для других и что у них быстро теряется интерес к выполнению любого задания, если они не видят на себе заинтересованного взгляда родителей или старших братьев или сестер, лучшим вариантом на первых порах было бы совместное выполнение физических упражнений младшими школьниками и старшими в семье, или необходимо просто присутствие старших.

Интерес учащихся к самостоятельному систематическому выполнению физических упражнений будет стимулироваться и в том случае, если учитель обеспечит постоянный контроль за тем, выполняют школьники дома физические упражнения или нет. Этот контроль иногда оказывается даже действеннее, чем контроль родителей, так как авторитет учителя для младших школьников часто весомее слов и увещеваний родителей.

Необходимое условие для создания у учащихся интереса к содержанию обучения и к самой учебной деятельности - возможность проявить к учению умственную самостоятельность и инициативность. Чем активнее методы обучения, тем легче заинтересовать ими учащихся. Основное средство воспитания устойчивого интереса к учению - использование таких вопросов и заданий, решение которых требует от учащихся активной поисковой деятельности.

Большую роль в формировании интереса к учению играет создание проблемной ситуации, столкновение учащихся с трудностью, которых они не могут разрешить при позиции, имеющегося у них запаса знаний или применение старых в новой ситуации. Интересна только работа, которая требует постоянного напряжения. Легкий материал не требующий умственного напряжения, не вызывает интереса. Преодоление трудностей в учебной деятельности - важнейшее условие возникновения интереса к ней.

Цель поставленная учителем должна стать целью ученика, между мотивами и целями существует весьма сложные отношения. Наилучший путь движения - от мотивов к цели, т.е. когда ученик уже имеет мотив, побуждающий его стремиться к заданной учителем цели.

Можно сделать следующие выводы:

1. Для формирования мотивов к занятиям физической культурой, а также в целях экономии учебного времени, можно с успехом интегрировать уроки;

2. Соревновательные игры вызывают повышенный интерес со стороны младших школьников, так как способствуют полнейшему удовлетворению потребности в движении;

3. Теоретические занятия по физической культуре необходимы для расширения общего кругозора, в частности дают углубленные знания о здоровье, гигиене, своем теле и др.

4. Тесная связь с родителями помогает в формировании потребности в здоровом образе жизни у учащихся.

Выступление на районном методическом объединении

учителей физической культуры на тему

**Современные подходы к формированию культуры здоровья школьников в результате совместной деятельности школы и семьи**

**Подготовил: учитель физической культуры**

**МКОУ СЕЛЕЗЕНЕВСКОЙ ШКОЛЫ**

**Лебедева И.В**

 **19.10.2018г**

 Среди целей, перечисленных в образовательной реформе, на первое место можно поставить подготовку сегодняшних школьников к жизни в современном обществе. Для этого необходимо создание оптимальных условий для физического развития и сохранения здоровья учащихся при обеспечении целостности и преемственности учебно-воспитательного процесса на всех ступенях образования. Исходя из данных статистики, отклонения в психофизическом развитии детей проявляются уже у новорожденных, среди которых только 14 % рождаются физиологически здоровыми. В возрасте до 7 лет практически здоровы только 23 % детей, а за период обучения в школе это число сокращается в четыре раза, при этом в два раза возрастает частота хронической заболеваемости.
Ухудшение здоровья детей обусловлено экономической нестабильностью, нарастающими масштабами загрязнения окружающей среды, широким распространением вредных социальных привычек, слабым внедрением здорового образа жизни и рядом других причин, а это, несомненно, отразится и на здоровье последующих поколений.
 На формирование культуры здоровья детей оказывают влияние различные по набору и взаимодействию социальные факторы, среди которых определяющими является семья, ее образ жизни, привычки, традиции. Семья ─ один из главных факторов развития и воспитания личности. Ребенка должны воспитывать родители, а все социальные институты могут лишь содействовать им в обеспечении условий для саморазвития, помогая показать свои индивидуальные задатки, склонности и реализовать их в приемлемой форме, полезной для него самого и общества. Поэтому современная школа должна быть крайне заинтересована в образовании и формировании культуры здоровья прежде всего родителей. Образование родителей, в отличие от детей, в первую очередь призвано оказать им помощь в сохранении и укреплении здоровья детей.
 В работе педагога по формированию культуры здоровья школьников приобретает особое значение педагогическое просвещение родителей как традиционная составная часть совместной деятельности семьи и школы.
Сущность совместной деятельности семьи и школы как педагогической категории позволяет нам представить ее в формировании культуры здоровья детей как целостный процесс практики воспитания, выражающийся в совокуп­ности взаимообусловленных действий субъектов взаимодействия, направленных на формирование таких личностных качеств и свойств ребенка, которые позволили бы ему приобрести высокий уровень культуры здоровья и занять активную жизненную позицию.
 Целенаправленное организованное взаимодействие педагога и родителей осуществляется поэтапно и имеет своей задачей формирование активной здоровьесберегающей позиции родителей.
 Первым и решающим условием такого положительно направленного взаимодействия являются доверительные отношения между педагогами и родителями. Контакт должен строиться таким образом, чтобы у родителей возник интерес к процессу формирования культуры здоровья, потребность добиться успеха, уверенность в своих силах.

 Вторая, не менее важная задача педагога заключается в вооружении семьи знаниями и умениями по вопросам укрепления и сохранения здоровья, в их усвоении непосредственно теоретической и практической, определенным образом организованной здоровьеориентированной деятельности. Следствием такой организации педагогического взаимодействия станет активное участие родителей в формировании культуры здоровья не только своего ребенка, но и класса в целом.
 На мой взгляд, совместная работа школы и семьи должна вестись в следующих направлениях:

* просветительская работа с родителями учащихся;
* обучение родителей формам и методам формирования у детей и подростков здоровьесохранных умений и навыков;
* вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс, внеклассную и внешкольную воспитательную работу;
* пропаганда опыта семейного воспитания культуры здоровья.

Несомненно, что основная роль в формировании культуры здоровья детей отводится школе (учителю). Однако ни один навык культуры здоровья учитель не сможет полностью сформировать без поддержки семьи. Только при совместных усилиях школы и семьи можно получить положительный результат, и тогда каждый представитель (родитель, ребёнок, учитель) будет являться активным участником процесса формирования культуры здоровья. Учителя и родители в формировании культуры здоровья школьников как партнёры должны дополнять друг друга. Отношения партнёрства предполагают равенство сторон, взаимную доброжелательность и уважение.
Совместная и согласованная работа школы и семьи обеспечивает единые взгляды на сущность и значение основных требований и норм поведения в жизни человека и позволяет уже в семейных условиях продолжать обучение и закреплять полученные в школе здоровьесохранные знания, а приобретенные умения трансформировать в навыки и привычки. Формы работы с родителями многообразны: групповые и индивидуальные беседы, лекции на родительских собраниях, специальные лектории или факультативы по формированию культуры здоровья у родителей, участие родителей в оздоровительных мероприятиях и т.д.

Главное в этой работе, чтобы родители понимали, что только единство требований к ребенку в школе и семье может дать положительные результаты в формировании культуры здоровья детей.
Работа по взаимодействию педагогов и родителей вызвана заботой об индивидуальном развитии каждого ребенка. Необходимо, чтобы в семье были созданы благоприятные условия, семейное воспитание находилось в гармонии с системой школьного воспитания, и воспитательные результаты школы не "стирались" семьёй, чтобы не было педагогического противостояния семьи и школы, от которого страдает в первую очередь ребёнок и его развитие.
 Особую актуальность проблема совместной деятельности учителей и родителей по формированию культуры здоровья учащихся приобретает при смене различных ступеней обучения. Так, при переходе учащихся из начальной в среднюю школу трудности при организации совместной деятельности обусловливаются сменой учителей, что нередко ведет к нарушению преемственных связей в формировании культуры здоровья учащихся между начальной и средней школой. Часто в средней школе учитель начинает вести работу с семьей по формированию культуры здоровья детей заново, не учитывая накопленного родителями опыта в начальной школе, дублирует работу начальной школы, а нередко и вовсе ее не проводит.

 В результате родители теряют ориентиры в подходах к проблеме сохранения и укрепления здоровья своих детей, от чего страдают как дети, так как уровень их культуры здоровья падает, так и сам учитель, поскольку нарушается целостность педагогического процесса.
 Объединение педагогических усилий семьи и школы способствует осознанию и скорейшему выбору путей формирования культуры здоровья учащихся. Результатом такой совместной деятельности учителей и родителей явилась выработка единого подхода к реализации целевых установок и повышение содержательности формирования культуры здоровья учащихся, родители осознали исследуемую проблему, а также поставленную цель.
 Процесс формирования культуры здоровья школьников протекает успешно, если учителя и родители являют собой образцы культуры здоровья и здоровьесохранного поведения. В таких случаях их слова и дела имеют большой вес и побуждают учащихся подражать взрослым, формируя тем самым свою культуру здоровья.