

## Рекомендации по проведению уроков физической культуры в зимний период.

Рекомендации составлены на основе письма Министерства образования Российской Федерации от 27 ноября 1995г. N1355/1 "О занятиях по физической культуре в зимний период", требований САНПиН 2.4.2.2821-10.

1. Возможность проведения уроков физической культуры на открытом воздухе определяется совокупностью показателей метеоусловий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха).
2. Проведение занятий по лыжной подготовке возможно при соблюдении следующих условий: - наличия лыжных трасс (лыжни) в непосредственной близости от образовательного учреждения, - наличия в образовательном учреждении необходимого количества единиц лыжного инвентаря, оборудованных мест для его хранения, - соблюдения необходимых гигиенических процедур при обработке лыжного инвентаря
3. Разрешается проводить занятия по лыжной подготовке во второй половине дня, в субботу
4. При отсутствии необходимых условий лыжная подготовка может быть заменена иными видами двигательной активности: - в начальной школе - катанием на санках, коньках, подвижными играми на воздухе, пробежками по утоптаным снежным дорожкам и т.д. В основной школе- общеразвивающими и силовыми упражнениями, подвижными и спортивными играми, катанием на коньках, пробежками по утоптаным снеговым дорожкам, игрой в хоккей с мячом и шайбой. В средней школе - спортивными играми, катанием на коньках, кроссами, игрой в хоккей с мячом и шайбой.
5. В случае несоответствия погодных условий занятия переносятся в спортивный зал

### ***Требования к организации и проведению уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях***

в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения

Требования представляют собой систему обязательных правил к уроку физической культуры, основанных на реализации личностно-ориентированных и здоровьесформирующих технологий, обеспечении повышения качества урока за счет рационально организованного учебного процесса, оценки результатов деятельности обучающихся по предмету, включения разнообразных видов двигательной активности, повышающих интерес к занятиям физической культурой.

В ходе занятий по физической культуре дети учатся выбирать наиболее эффективные способы достижения результата, сотрудничать и распределять роли для решения учебной задачи, планировать и действовать в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.

- Основные предметные результаты на ступени начального общего образования<sup>1</sup>:

**1** Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования»;

1. формирование представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья, её позитивном влиянии на развитие человека, о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
2. овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
3. формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья, показателей развития основных физических качеств.

- Основные результаты на ступени основного общего образования<sup>2</sup>:

**2** Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

1. понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2. овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, формирование интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;
3. освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий
4. освоение умений планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
5. освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;
6. обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
7. формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой
8. формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений;
9. овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;
10. расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Какие условия должна обеспечивать администрация образовательного учреждения?

1. Администрация образовательного учреждения должна обеспечить наличие необходимого инвентаря и оборудования для прохождения программы по физической культуре. (Письмо Министерства образования и науки РФ от 16.05.2012г. № МД-520/19 «Об оснащении спортивных залов и сооружений общеобразовательных учреждений»).
2. Регулярно проводить испытания спортивного оборудования с составлением соответствующих актов.
3. Обеспечить комфортные условия для занятий в спортивном зале на основе требований СанПиН 2.4.2.2821-10 (температурный режим, освещение, санитарное состояние спортивного зала, раздевалок, санитарную обработку спортивного инвентаря и оборудования).
4. Организовать качественное медицинское обслуживание в соответствии с совместным Приказом Департамента образования г. Москвы и Департамента здравоохранения г. Москвы от 25.10.2012 № 1156/682.
5. Оформить к началу учебного года лист здоровья, в классном журнале в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10.
6. Утвердить к началу учебного года учебную документацию учителя физической культуры.
7. Организовать внутришкольный контроль по предмету «Физическая культура».
8. При составлении расписания учитывать гигиенические рекомендации к расписанию уроков на основе требований СанПиН 2.4.2.2821-10.
9. Обеспечить образовательное учреждение УМК по предмету «Физическая культура» в соответствии с количеством обучающихся.

Какие учебники рекомендованы (допущены) для использования в рамках предмета «Физическая культура»?

*Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2012/2013 учебный год на уроках физической культуры*

Начальное общее образование (1 – 4 классы) №	Название	Классы	Издательство
Барышников В.Я., Белоусов А.И. / Под ред.		1 - 2	Русское слово
Виленского М.Я. Физическая культура			
Барышников В.Я., Белоусов А.И. / Под ред.		3 – 4	Русское слово
Виленского М.Я. Физическая культура			
Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д. / Под ред. Винер И.А. Физическая культура. Гимнастика		1 – 4	Просвещение
Егоров Б.Б., Пересадина Ю.Е. Физическая культура		1 – 4	Баласс
Лисицкая Т.С, Новикова Л.А. Физическая культура		1	Астрель
Лисицкая Т.С, Новикова Л.А. Физическая культура		2	Астрель
Лисицкая Т.С, Новикова Л.А. Физическая культура		3 – 4	Астрель
Литвинов Е.Н., Анисимова М.В., Торочкова Т.Ю. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура		1 – 2	Мнемозина
Литвинов Е.Н., Анисимова М.В., Торочкова Т.Ю. / Под ред. Виленского М.Я. Физическая культура		3 – 4	Мнемозина
Лях В.И. Физическая культура		1 – 4	Просвещение

## 1.1 Примерная схема анализа урока физической культуры

Дата: Класс: Вид урока: Тип урока: Вел урок: Вел анализ Задачи урока:

1. \_\_\_\_\_

(образовательные )

2. \_\_\_\_\_

(оздоровительные)

3. \_\_\_\_\_

(воспитательные)

**Подготовка к уроку** предполагает большую предварительную работу, связанную с разработкой и написанием конспекта урока. Очень важно подобрать задачи конкретного урока, выбрать наиболее эффективные средства и методы для решения поставленных задач. В процессе педагогического наблюдения необходимо выполнить ряд действий.

1. Проверить наличие плана-конспекта, его соответствие рабочему плану, правильное оформление и внешний вид, грамотность и аккуратность.

2. Оценить задачи урока, их разносторонность и соответствие программным требованиям (обеспечение всестороннего и гармоничного развития), конкретность, посильность, грамотность.

3. Оценить содержания конспекта в подборе средств, их многообразие и соответствие назначению подготовительной, основной, заключительной частей урока, учет психофизиологических, педагогических закономерностей обучения, уровня физического развития и физической подготовленности, использование круга методов в соответствии с задачами урока и стадией обучения.

4. Оценить содержательность организационно-методических указаний.

**Организация урока** предполагает анализ непосредственной подготовки к занятию, связанной с материально-техническим обеспечением мест занятий, организацию учителем учащихся, помощников из числа учеников, освобожденных от занятия. При этом необходимо обратить внимание на следующие моменты:

- подготовленность мест занятий, оборудования, инвентаря, их санитарно-гигиеническое состояние;

- внешний вид учителя и учащихся;

- рациональность распределения времени в уроке по его частям и видам упражнений, целесообразность использования площади зала, имеющихся снарядов и инвентаря;

- целесообразность используемых размещений, построений, перестроений, передвижений, применяемых методов организации работы и методов выполнения упражнений в каждой из частей урока (фронтальный, групповой, индивидуальный, поточный, одновременный), их соответствие содержанию и задачам урока, возрасту учащихся, влияние на нагрузку, плотность урока, воспитательная ценность и др. Подтверждение примерами.

Эффективность использования помощников из числа учащихся (физорга, дежурных, групповодов), степень их подготовленности к выполнению своих обязанностей, соблюдение «Правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах». Контроль и оценка педагогом работы помощников, освобожденных от занятий.

**Характеристика средств**, используемых в уроке. Подбор средств - одна из главных сторон урока, определяющих его содержание. При анализе применяемых средств целесообразно обратить внимание на их соответствие:

- подготовительной части, ее назначению (наличие специально-подготовительных и подводящих упражнений, заданий для организации учащихся и др.), контингенту занимающихся, виду урока, условиям проведения и т.д.;

- основной части урока и решаемым задачам (правильно ли осуществлялся подбор подводящих упражнений, рациональная последовательность предложенного материала, использование облегченных заданий, упрощение условий выполнения, положительный перенос навыка, эффективная повторность, вариативность заданий, учитывались ли возможности учащихся и др.);

- заключительной части урока (учитывался ли характер работы в основной части урока, как обеспечивалось восстановление организма и др.).

- домашнему заданию, их правильность и характер, соблюдение основных требований к их применению. Все подтверждается примерами.

**Использование методов обучения.** Анализ этой стороны методики предполагает оценку качества применения достаточно широкого круга методов и приемов, основными из которых являются:

- методы передачи знаний (словесный, наглядный);

- методы практического разучивания упражнений (расчлененный, целостный);
- методы предупреждения и исправления ошибок.

В последующем анализе следует выделить качество владения и рациональность использования метода слова (какие формы слова использовались в уроке, их многообразие, соответствие задачам, контингенту учащихся; содержательность передаваемой информации). Использование методических приемов, усиливающих воздействие слова (сравнение, повторение, интонация и т.д.) Общая культура речи педагога (грамотность речи, ее богатство, ясность, эмоциональность и т.д.).

Умение пользоваться методом показа (применение различных форм, соответствие контингенту учащихся, содержанию и конкретным задачам урока).

Использование методических приемов, усиливающих действие показа (быстро, замедленно и т.д.), качество и выразительность показа. Примеры.

Использование сочетаний слова, показа и различных действий преподавателя (слово и показ одновременно, показ с коллективным обсуждением), их влияние на решение поставленных перед уроком задач.

Качество применения в уроке методов практического разучивания физических упражнений: целостного, расчлененного и целостно расчлененного (учет особенностей учащихся, решаемых задач, особенностей физического упражнения; соблюдение типичной последовательности при использовании каждого метода). Методические приемы, используемые в целях освоения техники упражнений (акцент на основе техники движений, выполнение в упрощенной форме, в облегченных условиях и т.д.).

Качество применения на уроке методов предупреждения и исправления ошибок техники физических упражнений, их многообразие (подводящие упражнения, изменения техники основного упражнения, использование ориентиров и пр.).

**Методика воспитания физических качеств.** Этот раздел анализа урока предполагает оценку качества развития физических качеств, улучшения телосложения:

- какое внимание уделяется формированию, корректировке, совершенствованию осанки, борьбе с лишним весом, закаливанию организма;
- содержание работы по воспитанию физических качеств, какие задания предлагались учащимся, какие методы физического воспитания применялись (повторный, переменный и др.), их целесообразность и соответствие особенностям занимающихся, задачам урока, условиям проведения и др.;
- нагрузка в уроке (по внешним признакам), по данным пульсо-метрии, их соответствие возрастным особенностям учащихся, задачам урока, условиям проведения;
- рациональность используемых приемов регулирования объема и интенсивности нагрузки, пауз для отдыха, их частота и продолжительность.

**Воспитательная работа педагога** направлена на формирование активной жизненной позиции и стремления к самосовершенствованию и осуществляется на протяжении всего урока. Оценка содержания воспитательной работы проводится в следующем порядке:

- выделение заданий, предлагаемых для решения воспитательных задач в различных частях урока, умение оценить действия учащихся;
- что и как делается для решения задач умственного (мыслительной активности), нравственного (ответственности, организованности), эстетического (эстетических чувств и вкусов) и трудового (дисциплинированности) воспитания школьников;
- характер формирования навыков культурного поведения, чувства дружбы и товарищества и др.;
- побуждение учащихся к самостоятельным усилиям, создание в уроке проблемных и поисковых ситуаций, участие школьников в наблюдении, исправлении ошибок, организации взаимообучения, воспитания;
- умение педагога владеть классом, формировать сознательное отношение, обеспечивать заинтересованность учащихся.

## **1.2 Выводы и предложения**

1. Образовательная ценность урока.
2. Оздоровительная ценность урока.
3. Воспитательная ценность урока.
4. Положительные стороны деятельности преподавателя.
5. Основные недостатки на уроке и конкретные практические рекомендации по совершенствованию педагогического мастерства.
6. Оценка в баллах.

Фамилия студента, проводившего наблюдение на уроке \_\_\_\_\_

Оценка методиста \_\_\_\_\_

Таким образом, в данном пособии изложены наиболее простые и объективные методы педагогического контроля деятельности учеников и учителя. Сбор информации, осуществляемый в процессе педагогического контроля, в итоге способствует совершенствованию профессионально-педагогической подготовленности будущих педагогов.