ГОУ Педагогическая академия

Кафедра человековедения и

физической культуры.

Курс: ”Совершенствование преподавания физической культуры в школе”

Кафедральный инвариативный модуль 72 часа

Самостоятельная работа.

Тема: “Собственная концепция в совершенствовании физической культуры в школе”.

Автор: Бутрим Т.А.

Учитель физической культуры.

Руководитель:

Никифоров Ю.Б. Кандидат

Педагогических наук.

Москва

Состояние современной системы общего физкультурного образования переживает серьезный кризис. Существуют пути ликвидации кризиса-это 3 основные концепции.

1.Коцепция спортивно-ориентированной физической культуры в школе.

2.Концепция приоритетной образовательной направленности физической культуры в школе.

3.Концепция оздоровительной направленности физической культуры в школе.

Наиболее приемлемой концепцией для совершенствования своей профессиональной деятельности я считаю концепцию оздоровительной направленности.

Не секрет, что сейчас у большинства детей слабое состояние здоровья, а занятия физическими упражнениями непосредственно направлены на укрепления его.

Также большинство педагогов слабо владеют здоровье сберегающими технологиями, плюс недостаток кадров по адаптированной физической культуре и Л.Ф.К.

Для реализации этой концепции я считаю необходимым:

1. Совершенствовать вузовскую подготовку педагогов по ф.к., направленную на формирование у них здоровьесберегающих компетенций.

2.Увеличить количество уроков физической культуры(до 3х и более в неделю.)

3.Систематически проводить физкульт паузы, физкульт минутки, спортивные часы.

4. Расширить проведение внеклассных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.

5.Овладевать эффективными здоровье сберегающими технологиями на уроках физической культуры и на различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

6.Совершенствовать систему и критерии оценки состояния здоровья школьников, а также качество работы учителя по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

7.Улучшить качество медицинского обеспечения учебного процесса.

8.В учебный процесс необходимо ввести систему дифференцированной организации физической культуры учащихся с учетом их состояния здороья и физической подготовленности.

В младшем школьном возрасте закладываются основы физической культуры человека, формируются интересы, мотивации и потребности в систематической физической активности. Этот возраст особенно благоприятен для овладения базовыми компонентами культуры движений, освоения двигательных координаций, техники разнообразных ф/у.При этом, надо иметь ввиду, что ритмический, силовой и пространственный образы движений младшие школьники воспринимают прежде всего в ощущениях и обобщенных впечатлениях.

На образ жизни школьника может оказать влияние школьное оздоровительное воспитание, которое определяет процесс, в ходе которого ребенок учится заботиться о своем здоровье, сознательно относиться к нему, что служит одним из показателей общей культуры человека.

Я считаю, что в программе оздоровительной направленности необходимы две части:

1-физическая подготовка.

2-оздоровительное воспитание.

Физическая подготовка обеспечивает реализацию основной цели концепции-организацию широкого спектра педагогических воздействий с целью формирования моторного опыта детей путем освоения многообразных двигательных координаций и развития физических качеств. Главные принципы здесь-адекватность содержания физической подготовки и ее условий индивидуальному состоянию ребенка, гармонизация и оптимизация физической тренировки, свобода выбора формы физической активности в соответствии с личными склонностями и способностями каждого школьника. Главное, при этом необходимо учитывать, что в основу методики и организации физической подготовки учащихся должна быть положена концепция управления развитием физического потенциала человека.

Выносливость, сила, ловкость, высокий уровень работоспособности могут быть приобретены только путем тренировки, путем использования эффекта целенаправленно организованного процесса адаптации организма к физическим нагрузкам необходимого объема и достаточной интенсивности. В рамках тренировочного процесса могут и должны решаться задачи моторного обучения, овладения двигательными умениями и навыками.

Реализация этой части позволит заложить базис дальнейшего физического совершенствования на весь последующий период жизни школьника-эффективное развитие физических качеств, освоение новых специализированных координаций, спортивная подготовка, оздоровительная тренировка, успешное овладение всеми ценностями физической культуры.

Сейчас все больше осознается что для того, чтобы избежать болезней и активно укреплять здоровье детей необходимо обучать их, как это делать. Передавая школьнику знания, умения и навыки, учитель оставляет ему возможность выбора и нахождения решений, касающихся здоровья. Эти знания учащиеся получают на занятиях по физической подготовке, но основой оздоровительного воспитания являются различные спортивно-оздоровительные мероприятия, знания о здоровье и здоровом образе жизни.

В нашей школе уже давно вошло в систему проведение утренней зарядки. С первого по одиннадцатый классы все учащиеся выполняют физические упражнения перед уроками под руководством физоргов. Наиболее действенной в режиме урока является физкультурная пауза физкульт минутка. Ребята становятся активными участниками этого процесса. Он основывается не на том, что “надо”, “должен”, “обязан”, а на естественной потребности. Они сами с интересов вовлекаются в этот процесс-готовят самостоятельно комплексы из упражнений, самостоятельно поочередно их проводят.

В рамках данной концепции потребность ребенка в двигательной активности реализуется в нашей школе на занятиях по физической подготовке, на различных физкультурно-оздоровительных мероприятиях, спортивных праздниках и соревнованиях.

Обязательно четыре раза в год и более, мы, учителя физкультуры проводим Дни здоровья на свежем воздухе. В этом мероприятии задействуется вся школа-с первого по одиннадцатые классы.

Программа дня здоровья очень обширная. Она включает в себя: подвижные игры, спортивные эстафеты, различные конкурсы и состязания. В этих мероприятиях прекрасно используется дифференцированный подход к учащимся. Ребенок может выбрать сам где ему участвовать, в каком состязании. Если ему трудно, например, бегать, то он может проявить себя в подвижных играх или других конкурсах.

Культура здорового образа жизни человека, как важнейшая составляющая общей физической культуры по существу одна из основных и самых непосредственных форм освоения человеком внешней и внутренней природы, способ создания гармонии своего существования в самом широком смысле.

Большим достижением в реализации оздоровительной концепции в работе нашей школы, я считаю совместную работу педагогов по физической культуре и медицинских работников. Обязательно один раз в месяц проводятся классные часы на тему здорового образа жизни. На эти уроки приглашаются медицинские работники и проводят беседы и лекции на различные темы, касающиеся соблюдения санитарно-гигиенических правил и норм, соблюдения мер профилактики травматизма, по сохранению и укреплению здоровья.

Таким образом, здоровье учащихся улучшится, а эффективность и качество физического развития и воспитания повысятся, если они будут образовательными оздоровительными и интересными.