

**Методическая система учителя физической культуры  
Батаргалеевой Галины Альбертовны**

**"Внедрение ВФСК ГТО через различные формы занятий (уроки физической культуры, спортивные секции, соревнования) школьников".**

В современном мире подрастающее поколение в большинстве своем сравнительно успешно овладевает научными и гуманитарными знаниями, осваивает производственные и информационные технологии, и в то же время, физически не готово к трудовой и воинской деятельности, часто неспособно противостоять стрессовым воздействиям социума на принципах здорового образа жизни.

□□□ В связи с этим Президентом Российской Федерации В.В. Путиным был подписан Указ № 172 от 24 марта 2014 г «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО), целью которого является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности.

С этого времени работаю над методической системой **«Внедрение ВФСК «ГТО» через различные формы занятий (уроки физической культуры, спортивные секции, соревнования) школьников»**.

**Целью** моей методической работы является формирование физической культуры личности школьника через различные формы урочной и внеурочной деятельности.

**Для достижения этой цели необходимо решить ряд задач:**

- формирование осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни;
- повышение общего уровня знаний о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий.

Мною была составлена методическая разработка, которая позволила развивать не только навыки приобретения двигательных навыков, но и

способствовать развитию физических качеств и успешной сдаче нормативов с I по V ступени комплекса ВФСК ГТО в рамках урочной и внеурочной деятельности.

**Тема методической разработки:** «Технология дифференцированного образования как способ повышения эффективности процесса технической и физической подготовки учащихся». Применение данной технологии предусматривает целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. Опираясь на дифференцированное физкультурное образование посредством системы средств, методов и организационных форм, педагог может обеспечить эффективное достижение цели образования, а также продуктивно использовать как учебное, так и внеурочное время.

Методическая разработка включает в себя **ЦИКЛ мастер-классов** для учителей:

- 1 мастер-класс Комплексное развитие физических качеств при обучении техники

баскетбола (10.04.2015г);

- 2 мастер-класс Физическая подготовка волейболистов при совершенствовании техники защитных действий (08.04.2016г);

- 3 мастер-класс Развитие скоростно-силовых способностей посредством прыжков через скакалку (02.03.2017г).

**Актуальность работы** - 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.

**Цель** формирование и развитие у учителей профессиональной компетентности по использованию технологии дифференцированного обучения в обучении двигательным действиям и развитию физических качеств.

□ **Задачи:**

- активизировать использование учителями дифференцированного и индивидуального подхода в условиях реализации ВФСК «ГТО»;
- распространить и пропагандировать опыт инновационных методов и новых форм в образовательной деятельности;
- мотивировать учителей на обучение детей выбору операций для решения той или иной двигательной задачи.

Методическая разработка опирается на **коммуникативно-деятельностный подход**. Используются **инновационные технологии**: технология сотрудничества, групповой работы, личностно-ориентированного обучения.

## **Форма проведения:**

мастер-класс.

**Методы обучения:** словесный (устное изложение, беседа), наглядный (сопровождение рассказа презентацией,), практический (индивидуальная или групповая работа).

**Методическая разработка** прошла апробацию в образовательном учреждении ГБОУ школа № 525, 2014-2016), в рамках районных и городских конкурсов педагогических достижений (с 2014 г. по 2017 и ее **результативн**

## **ость**

подтверждается: итогами районных и городских педагогических конкурсов, достижениями учащихся в соревнованиях и олимпиаде по физической культуре. Распространяю опыт среди коллег – учителей физической культуры школ Московского района, имею последователей, активно использующих отдельные элементы моей методической разработки: Корнет И. В. (ГБОУ школа № 643), Меронен О.В. (ГБОУ школа № 525), Игнатьева Л. М. (ГБОУ школа № 485).