

*Ушакова Любовь Христиановна*

учитель

*Зацаринина Анна Анатольевна*

учитель

МБОУ «СОШ №2»

г. Прокопьевск, Кемеровская область

## **СОВРЕМЕННЫЙ УРОК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ**

*Аннотация:* авторы отмечают, что в стремительно нарастающем темпе жизни и при обозначенной важности уроков физической культуры в школе возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся и формирование привычек здорового образа жизни. Согласно авторам, эффективное решение задач кроется в сочетании традиционных и инновационных методов обучения.

*Ключевые слова:* физическая культура, учитель, школа, современное обучение, ЗОЖ, школьники.

Важное место в укреплении здоровья детей отводится урокам физической культуры. Как сделать эти занятия, с одной стороны, интересными и увлекательными для школьников, а с другой – эффективными с точки зрения физического совершенствования учащихся, повышения воспитательного потенциала урока? Решение этих вопросов связано с организацией учебных занятий. ФГОС нового поколения ставит перед учителями важные и серьёзные задачи опережающего качественного обучения детей. Особое внимание обращено именно на укрепление здоровья подрастающего поколения, и, как следствие, на то, как должен меняться стандартный, классический урок физической культуры в общеобразовательном учреждении. Вот поэтому главная задача школы и учителя – способствовать созданию на уроке такой атмосферы, в которой бы каждый ученик почувствовал необходимость обучения. Что нужно изменить и что можно сделать для того, чтобы улучшить подготовку школьников на уроках физической культуры?

В связи с тем, что урок физической культуры – основная форма организации физического воспитания учащихся общеобразовательных школ, от его качества и результативности во многом зависит успешное решение широкого круга задач, поставленных перед школой и системой физического воспитания.

Программы физического воспитания ориентируют учителей на учет индивидуальных особенностей детей: преимущественное развитие «отстающих» двигательных качеств, развитие «ведущих» физических качеств, равномерно-пропорциональное развитие двигательных качеств. При этом важно соблюдать четкую структуру занятия, соответствовать общей логике образовательного процесса, отвечать целям и задачам урока. Поэтому для современного занятия физкультурой, прежде всего, характерно комплексное планирование задач формирования знаний, практических умений, воспитания идейно-нравственных качеств личности, развития интеллекта, воли, эмоций, способностей школьников.

Исходя из этого, учитель физической культуры должен намечать на уроке задачи образовательного, воспитательного и развивающего характера. Вместе с тем и самому педагогу необходимо самосовершенствоваться. Учителю физической культуры в своей деятельности необходимо правильно понимать и учитывать мотивы, интересы учащихся к физкультурно-спортивной деятельности. Глубокие знания, мастерство, воля, выдержка, спокойствие, уверенность, такт помогают учителю физической культуры успешно решать поставленные задачи. Педагогу приходится воспитывать учащихся в духе преодоления трудностей, вести их по пути «от простого к сложному», от изученного к неизученному, то есть все время создавать перед учащимися систему перспективных направлений.

Чтобы быть на уровне требований времени, педагог обязан постоянно следить за новинками специальной литературы, периодической печатью, слушать семинары и принимать в них участие, просматривать спортивные передачи по телевидению, изучать практический передовой опыт своих коллег. Но, несмотря на работу учителя над собой существуют проблемные факторы, затрудняющие проведение грамотного и современного урока физической культуры. Это устойчивая динамика увеличения заболеваемости учащихся от класса к классу; низкая

мотивация к самостоятельному систематическому использованию ценностей физической культуры; пассивность и нежелание заниматься на уроках; плохо сочетающиеся урочные занятия с методическим и содержательным оснащением процесса физического самовоспитания; недостаточный уровень физической подготовленности и функционального состояния учащихся и так далее. Интенсивность и продолжительность двигательной нагрузки во время учебных занятий определяются с учетом закономерностей изменения умственной работоспособности школьников, которые отражают функциональное состояние центральной нервной системы и тесно связано с суточным физиологическим ритмом. Поэтому при выборе содержания и формы двигательной активности следует учитывать возрастные, физиологические и психофизиологические особенности детей и подростков. С оздоровительной, воспитательной и образовательной точек зрения в настоящее время широкое применение соревнования и игры не только желательно, но и просто необходимо.

Творческое применение разных методов в учебном процессе помогает решать задачи всестороннего развития учащихся, совершенствования двигательных умений и навыков, связанных с современной техникой того или иного вида программы. Эмоциональная окрашенность занятий при этом вызывает у них интерес и желание заниматься физической культурой.

### *Список литературы*

1. Поташник М.М. Требования к современному уроку. – М., Центр педагогического образования, 2007. – 270 с.
2. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2012. – 307 с.
3. Шеенко Е.И. Анализ проблем качества современного урока физической культуры / Е.И. Шеенко, С.В. Полынцев, А.В. Сундин // Современные проблемы науки и образования. –2016. – №5.