

**Коннова Алевтина Анатольевна**

учитель

МАОУ «Лицей №121 им. Героя

Советского Союза С.А. Ахтямова»

г. Казань, Республика Татарстан

## **ПОДГОТОВКА ОБУЧАЮЩИХСЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ГТО НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС**

***Аннотация:** в данной статье автор рассматривает методику подготовки обучающихся на уроках физической культуры. Немыслим современный урок и без сообщения учащимся необходимых теоретических сведений. При этом не следует опасаться, что младшие школьники не в силах освоить их. Уже в младшем школьном возрасте дети успешно воспринимают довольно сложные знания и способны переносить их на практическую деятельность. В ходе уроков по мере прохождения учебного материала необходимо объяснять учащимся практическую значимость и технику выполнения конкретных упражнений, их воздействие на организм, возможность их применения самими учащимися. В виде интересных, с образными сравнениями сообщений по ходу урока. В современных условиях реализация процесса физического воспитания должна основываться на реализации ФГОС и комплекса ГТО.*

***Ключевые слова:** методика, реконструирования материала, современный урок, нормативный комплекс ГТО.*

Современный комплекс «Готов к труду и обороне» – это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Подготовка к выполнению государственных требований комплекса ГТО обеспечивается систематическими занятиями по программам физического воспитания в учебных

заведениях, пунктах начальной военной подготовки, спортивных секциях, группах общей физической подготовки, в учреждениях дополнительного образования и самостоятельно.

Урок физической культуры – основная форма организации учебного процесса в учреждениях страны. Урок физической культуры также относится к подготовке школьников к выполнению норм ГТО. Но, прежде чем начать работу по комплексу ГТО с учащимися, необходимо по результатам диспансеризации составить списки учащихся 1 – 11 классов, которые не допускаются по состоянию здоровья к подготовке и сдаче норм комплекса. Целесообразно иметь отдельные списки по возрастным группам в соответствии со ступенями комплекса.

Корректировкой физических качеств учащихся, в нашей школе стали заниматься давно. Наши педагоги выразили уверенность, что у детей не возникнет трудностей со сдачей нормативов, поскольку они соответствуют традиционной школьной программе по физкультуре, где для определения уровня физической подготовленности школьников применяются различные методики, это методика определения общего уровня физических кондиций на основе тестов и современные методики развития кондиционных и координационных способностей (В.И. Лях).

Деятельность педагога осуществляется на основе личностной ориентации педагогического процесса, активизации и интенсификации деятельности обучающихся, эффективности управления и организации учебного процесса, дидактического усовершенствования и реконструирования материала, с учетом выбранной педагогической технологии. Под педагогической технологией следует понимать такое построение деятельности педагога, в котором все входящие в него действия представлены в определенной целостности и последовательности, а выполнение представляет достижение необходимого результата и имеет вероятностный характер.

На основном этапе урока обучающиеся решают поставленные задачи: выполняют упражнения, совершенствующие координационные способности. Обучающиеся делятся на группы случайным (или по силе физических способностей)

образом для реализации работы на 7-х станциях: каждая группа выполняет определённую работу в течение 4-х минут по очереди на каждой станции. Соревновательный метод на каждой станции способствует эмоциональному фону занятий, увеличивает интерес к уроку. Упражнения на каждой станции направлены не только на развитие собственно двигательных качеств, но и на формирование прикладных умений, для этого использовались такие упражнения, как подтягивание, метание в цель, которые могут быть использованы ученикам в реальной жизни. Освобожденные от физических нагрузок ученики активно принимают участие в уроке, помогая на станциях фиксировать лучшие результаты.

Учащиеся хотят показать себя, а также получить один из 3 знаков, это их привлекает больше всего. Но приступать к выполнению норм без подготовки и тренировки нельзя, потому что организм может не выдержать нагрузки. Программа физического воспитания учащихся общеобразовательных школ, основанная на Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне», формирует положительное отношение учителей физической культуры и родителей школьников к введению ГТО, а также способствует формированию активно положительного отношения школьников к физической культуре и спорту, повышению их физической подготовленности и результативности в сдаче нормативов ГТО.

Можно сделать вывод, что внедрение и реализация нормативов комплекса ГТО в общеобразовательных школах может послужить плацдармом для благоприятного повышения общей физической подготовленности школьников и улучшения здоровья населения России

### ***Список литературы***

1. Государственная программа РФ «Развитие образования на 2013–2020 г.» ФГОС нового поколения.
2. Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в РФ».
3. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор / Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М.: Просвещение, 2010.

4. Лях В.И. Комплексная программа физического воспитания обучающихся 1–11 классов / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2010.

5. Кузнецов В.С. Физическая культура (Физкультурно-оздоровительная работа в школе): методическое пособие / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. – М.: НЦ ЭНАС, 2003.