(cc) BY

Маковецкая Елена Павловна

педагог-психолог

Мищенко Валентина Юрьевна

магистр, инструктор по физической культуре

МБОУ «Начальная школа – детский сад №55»

г. Белгород, Белгородская область

РЕФЛЕКСИЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация*: в статье речь идёт о том, что уроки физической культуры являются неотъемлемой частью образовательного процесса и играют важную роль в развитии младших школьников. Возможность активно двигаться и участвовать в спортивных занятиях не только способствует укреплению здоровья, но и способствует развитию навыков и достижению благоприятных результатов.*

Ключевые слова*: рефлексия, уроки физической культуры, младшие школьники, образовательный процесс.*

В наше время, когда общество все больше сталкивается с проблемой физической неактивности детей, важно обратить особое внимание на уроки физической культуры для младших школьников. Эти уроки играют важную роль в формировании у детей здорового образа жизни и развитии физической активности. Однако не менее важным является и рефлексия на этих уроках.

Рефлексия – это процесс осознанного анализа и оценивания своих действий, результатов и усилий. На уроках физической культуры рефлексия помогает младшим школьникам осознать свои достижения, ошибки и прогресс, что помогает им улучшить свои навыки и добиваться большего.

Одним из способов рефлексии на уроках физической культуры для младших школьников является обсуждение. После выполнения определенных физических упражнений или игр, учитель может провести небольшую беседу со

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

школьниками, чтобы выяснить, что они сделали хорошо, а что можно улучшить. Это помогает детям осознать свои сильные и слабые стороны, а также развивает их критическое мышление.

Другой способ рефлексии на уроках физической культуры – это написание дневников. Младшие школьники могут вести специальные дневники, в которых они могут записывать свои мысли, ощущения и впечатления от уроков. Это позволяет им более глубоко понять свои достижения и проблемы, а также планировать свои дальнейшие усилия.

Кроме того, играет важную роль самооценка на уроках физической культуры. Учитель может предложить младшим школьникам оценить свои приложенные усилия, выполнение упражнений или соблюдение правил игры. Это позволяет детям лучше понять свой прогресс и мотивирует их стремиться к улучшению.

Уроки физической культуры являются неотъемлемой частью образовательного процесса и играют важную роль в развитии младших школьников. Возможность активно двигаться и участвовать в спортивных занятиях не только способствует укреплению здоровья, но и способствует развитию навыков и достижению благоприятных результатов.

Однако реализация полного потенциала уроков физической культуры требует систематической рефлексии со стороны учеников. Регулярная самооценка и осмысление собственных достижений позволяют выявить сильные и слабые стороны, а также разработать стратегии для дальнейшего развития.

В процессе уроков физической культуры младшие школьники могут задумываться над своими успехами и неудачами, анализировать свое поведение и отношение к тренировкам, а также определять цели и способы достижения их. Рефлексия помогает им осознать, каким образом они могут улучшать свои умения и качества, стремиться к постоянному развитию и преодолевать преграды на пути к успеху.

Особое внимание в рефлексии должно быть уделено взаимодействию между учениками и учителем. Диалог, обратная связь и взаимная поддержка позво-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ляют учащимся получить ценные советы и отклики по поводу своих достижений и прогресса. Учителя, в свою очередь, могут использовать рефлексию для адаптации уроков к потребностям и интересам обучающихся, создавая более эффективные уроки физической культуры.

Важно отметить, что рефлексия на уроках физической культуры способствует не только развитию спортивных навыков, но и формированию ценностных ориентиров. Младшие школьники могут осознать не только свои физические достижения, но и развивать такие качества, как самодисциплина, смелость, ответственность и сотрудничество. Рефлексия помогает им стать не только более компетентными спортсменами, но и ответственными и самосознательными гражданами.

Рефлексия на уроках физической культуры младших школьников является основой для успешного развития и достижения поставленных целей. Активное осмысление и анализ своих действий помогают им лучше разобраться в себе и своих возможностях, а также стимулируют непрерывное самосовершенствование. Рефлексия является мощным инструментом развития и саморазвития младших школьников, которые смогут применять полученные знания и навыки в различных сферах жизни.

В целом, рефлексия на уроках физической культуры младших школьников имеет огромное значение для их развития и формирования здорового образа жизни. Она помогает им осознать свои действия, увидеть свои успехи и проблемы, а также планировать свои дальнейшие действия. Поэтому, важно обратить внимание на рефлексию на этих уроках и создать условия, способствующие ее развитию.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)