

ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
УЧИТЕЛЯ В СИСТЕМЕ  
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
УЧРЕЖДЕНИЯХ

# ПЛАН

1. Формы организации физического воспитания в школе
2. Школьный урок физического воспитания основная форма учебной работы.  
Подготовка учителя к уроку.
3. Единство обучения, воспитания и развития ребенка в процессе физического воспитания.
4. Основы обучения и развития ребенка в процессе физического воспитания в детских дошкольных учреждениях.

**ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛЕ: УРОК  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,  
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ  
МЕРОПРИЯТИЯ В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО  
И ПРОДЛЕННОГО ДНЯ, ВНЕКЛАССНЫЕ  
ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ, ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ  
ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ  
И  
СПОРТИВНЫЕ  
МЕРОПРИЯТИЯ.**

Основной формой занятий физическими упражнениями в школе является урок физической культуры:

- а) является самой массовой формой организационных, систематических и обязательных занятий школьников;
- б) проводится на базе научно обоснованной государственной программы, рассчитанной на длительные сроки обучения;
- в) осуществляется под руководством педагога при учете возрастно-половых и индивидуальных особенностей школьников;
- г) содействует всестороннему и гармоничному физическому совершенствованию всех учащихся вне зависимости от их двигательных способностей, спортивных результатов, распределения на медицинские группы и т.д.



## **Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.**

- А. Утренняя гимнастика до учебных занятий.
- Б. Физкультминутки и физкультпаузы на уроках.
- В. Игры и физические упражнения на удлиненных переменах.
- Г. Ежедневные физкультурные занятия в группах продленного дня.

### **Внеклассные формы организации занятий.**

**К внеклассным формам физического воспитания школьников относятся:**

- 1) спортивные секции по видам спорта;
- 2) секции общей физической подготовки;
- 3) секции ритмической и атлетической гимнастики;
- 4) школьные соревнования;
- 5) туристические походы и слеты;
- 6) праздники физической культуры;
- 7) дни здоровья, плавания и т.д.

## Формы организации физического воспитания в системе внешкольных учреждений.

- ⦿ Систематические занятия избранным видом спорта.
- ⦿ Занятия в физкультурно-оздоровительных центрах.
- ⦿ Физкультурные мероприятия в летних и зимних оздоровительных лагерях.
- ⦿ Разнообразные физкультурно-оздоровительные мероприятия.
- ⦿ Занятия физическими упражнениями, спортивные развлечения и соревнования по месту жительства или в физкультурно-спортивных клубах (ФСК).

ШКОЛЬНЫЙ УРОК ФИЗИЧЕСКОГО  
ВОСПИТАНИЯ ОСНОВНАЯ ФОРМА УЧЕБНОЙ  
РАБОТЫ. ПОДГОТОВКА УЧИТЕЛЯ К УРОКУ.  
ПОСТРОЕНИЕ И СОДЕРЖАНИЕ УРОКОВ,  
ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЕ ЭФФЕКТИВНОСТЬ  
РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ.



Подготовка учителя к уроку требует значительного времени. Планы первых четырех этапов подготовки многие учителя составляют за 1-2 недели до начала нового учебного года.

Если классы новые для учителя, необходимо за оставшееся время изучить их, выявить индивидуальные особенности детей: направленность общих и физкультурно-спортивных интересов, дисциплинированность, отношение к урокам физической культуры и внеклассным физкультурно-оздоровительным и спортивно-массовым мероприятиям и др.



После составления плана урока, который представляет собой модель организации учебно-воспитательного процесса, необходимо подготовить:

- а) себя к работе;
- б) актив класса;
- в) место для проведения занятия;
- г) состояние оборудования и учебного инвентаря и т.д.

Часть урока	Содержание	дозировка	ОМУ (организационно-методические указания)
I	Вводная часть	2	
	1. Построение, рапорт, приветствие	1	Физорг Учитель
	2. Задачи на урок	1	Учитель
II	Основная	40	
	1. Кросс 2000 м	5	Общий старт в линию (можно обгонять)
	2.ОРУ	5	
	3. Зачёт: прыжок в длину с места	7	2 минуты на самоподготовку. 3 попытки подряд-зачёт по лучшей.
	4. Подтягивание	3	Выполнить учебный норматив. Сделать два подхода
	5. Полоса препятствий	10	Совершенствование техники преодоления препятствий. Поточно, дистанция – 2 снаряда.
	6. Баскетбол: броски в кольцо	10	1 мяч на 2 девушек, одна кидает, другая подаёт. Начинать с ближней дистанции (сериями по 10 бросков) до 6-метровой линии
III	Заключительная часть	3	
	1. Построение	0,5	Учитель
	2. Итог урока	1	Учитель
	3. Домашнее задание	1	Комплекс утренней гимнастики. Упражнение со скакалкой, подтягивание. Водные процедуры. Закаливание.
	4. Прощание	0,5	Учитель

# ЕДИНСТВО ОБУЧЕНИЯ, ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.

**Обучение** — составная часть целостного педагогического процесса, направленного на формирование гармонически развитой личности ребенка.

Обучение движению имеет свою специфику. Она выражена:

- в выработке у ребенка системы условно-рефлекторных связей, направленных на освоение движений;
- в передаче накопленного предшествующими поколениями универсального (общечеловеческого) и национального двигательного опыта;
- в двусторонности процесса обучения.

Содержание обучения составляют разнообразные физические упражнения, подвижные и спортивные игры, подобранные в соответствии с возрастными особенностями ребенка.

Обучение требует от ребенка значительных физических и психических усилий:

- 1) собранности внимания,
- 2) конкретности представления,
- 3) активности мысли.

Оно развивает различные виды памяти:

- 1) эмоциональную память;
- 2) образную ;
- 3) словесно-логическую ;
- 4) двигательно-моторную;
- 5) произвольную .

# ОСНОВЫ ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.



Физическое воспитание в дошкольных учреждениях - это единство цели, задач, средств, форм и методов работы, направленных на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей.

Целью физического воспитания является формирование у детей основ здорового образа жизни.

В процессе физического воспитания осуществляются задачи:

- ⦿ оздоровительные;
- ⦿ образовательные ;
- ⦿ воспитательные задачи.