Проектная работа по физической культуре

Каждый ребенок хочет действовать.

Каждый ребенок хочет быть во взаимоотношении.

Вокруг — захватывающий мир для исследования.

Эти три представления являются основными для работы с детьми.

М. и Р. Снайдер

Школа совместно с семьей должна проявлять постоянную заботу о здоровье и физическом воспитании детей. В процессе систематических занятий физическими упражнениями совершенствую деятельность внутренних органов, всесторонне развиваю физические качества, дети овладевают рядом жизненно необходимых навыков. Вместе с тем в детском коллективе воспитываю следующие качества: организованность, дисциплинированность, смелость, выносливости чувство дружбы, товарищества. В планомерном физическом воспитании детей систематические занятия с разнообразными физическими упражнениями сочетаю с правильным режимом учебы и отдыха и качественными санитарно-гигиеническими условиями жизни, воспитываю гражданскую ответственность и веду работу по профилактике асоциальных проявлений. В настоящее время в обществе стоит проблема, дети не хотят ходить на уроки физкультуры и заниматься спортом, поэтому я, как учитель физической культуры мотивирую, заинтересовываю, организовываю и провожу работу по физическому воспитанию, удовлетворяя интерес детей к физической культуре и спорту. Это достигаю следующими методами: ответы на вопросы, беседы о спортивных событиях, ярких выступлениях российских спортсменов, знакомство детей с оздоровительным воздействием физической культуры, разъясняю, какой эффект в формировании жизненно важных навыков и умений дают систематические занятия физическими упражнениями.

Методический паспорт учебного проекта.

Название проекта – «Физическая культура – здоровые дети».

ФИО –Быков Сергей Николаевич, учитель физической культуры

Год разработки учебного проекта — 2013 г.

Опыт использования (Степень распространения)

Все классы школы.

Проблема проекта: в последние время идёт снижение интереса учащихся к урокам физической культуры и занятиям другими видами физкультурно-спортивной деятельности, что не позволяет создать предпосылки непрерывного физического совершенствования, овладеть способами творческого применения полученных знаний в своей жизни. Вследствие этого ухудшается здоровье подрастающего поколения.

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни, физическое развитие и воспитание школьников.

Задачи: укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;

развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;

формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня (утренней гимнастики, физкультминутки, подвижных игр на учебных переменах):

воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, проектной, игровой и соревновательной деятельности;

профилактика асоциальных проявлений.

Форма организации детей: групповая работа.

Ведущая деятельность: поисковая, творческая.

Сфера применения результатов: социологический, культурологический, спортивный, оздоровительный.

Используемые технологии: художественные, спортивные.

Форма продуктов проектной деятельности: анализ данных социологического опроса, газеты, стендовый доклад, групповой или личный отчет проектантов.

Способ объединения результатов на презентации: мероприятие, состязание.

Виды презентации: защита докладов, рефератов, конкурс рисунков, плакатов, оформление стендов «Спортивная жизнь школы», «Российский спорт», «Вредные привычки», «Здоровый образ жизни».

Класс или возраст детей: все классы школы.

Количество участников: 136 человек

Предметная область: Основная предметная область (физическая культура) и дополнительные предметные области (основы безопасности жизнедеятельности и окружающий мир).

Состав участников:общешкольный

Характер координации – явный

Темы учебно-тематического плана предмета.

Уроки физической культуры отличаются большим разнообразием игр и упражнений, эстафетами. Учащиеся на уроке должны получить некоторые теоретические сведения о физической культуре, здоровом образе жизни, понимать значение физических упражнений, знать основные правила гигиены и поведения, уметь применять эти умения и навыки на практике в повседневной жизни.

Примерная тематика раздела «Теоретические сведения» на уроках физической культуры.

Правила безопасного поведения в местах занятий по физическому воспитанию (в спортивном зале, на спортивной площадке).

Правила поведения во дворах, на игровых площадках, школьных спортивных площадках во внеурочное время.

Правила нашего класса на уроках физкультуры.

О значении физической культуры для здорового образа жизни.

Двигательный режим школьника.

Меры предупреждения опасности на водах, в парках, во дворе, дома.

Требования к одежде на занятиях в различных условиях.

Правильная осанка и ее значение для здоровья и хорошей учебы.

Значение занятий физическими упражнениями в режиме дня для здоровья.

Значение занятий физическими упражнениями в режиме дня для учебы и отдыха.

Особенности урока физкультуры в начальных классах

Правила выполнения комплекса упражнений гигиенической гимнастики.

Правила выполнения комплекса упражнений для формирования правильной осанки.

Значение правильного дыхания для здоровья. Правила дыхания при беге.

Профилактика утомления, связанного с учебной деятельностью.

Правила выполнения тестов для оценки физической подготовленности.

Здоровый образ жизни, его значение для человека и преимущество по сравнению с нездоровым образом жизни.

Закаливание и его влияние на организм.

Переохлаждение и его предупреждение во время самостоятельного гуляния зимой.

Профилактика детского травматизма.

Оказание доврачебной помощи при легких травмах (ушибах, ссадинах, потертостях и др.).

Оказание первой доврачебной помощи при травмах.

Первая помощь при ушибах.

Первая помощь при вывихах, растяжениях связок, переломах.

Первая помощь при открытых ранах.

Первая помощь при укусах насекомых.

Первая помощь при отравлениях.

Первая помощь при ожогах.

Первая помощь при солнечных и тепловых ударах.

Первая помощь при отморожениях.

Первая помощь при попадании различных предметов в дыхательные пути, пищевод, желудок, ухо, нос.

Искусственное дыхание при попадании различных предметов в дыхательные пути, пищевод, желудок, ухо, нос.

Значение физической культуры в жизни современного человека.

Соблюдение режима дня.

Утренняя гигиеническая гимнастика.

Физкультминутки и физкультурные паузы на уроках.

Гигиенические правила занятий физическими упражнениями.

Личной гигиене младших школьников.

Физические упражнения и игры для формирования правильной осанки.

Правила дыхания.

Время работы

тип продолжительности – краткосрочный

сроки – 1 месяц

Цели обучения, развития, воспитания

Для реализации цели физической культуры учащихся общеобразовательной школы сформулировал базовые задачи, в число которых входят:

формирование у школьников мотивации к занятиям физической культурой;

обучение их умениям и навыкам использования средств личной физической культуры в повседневной деятельности и на уроках физической культуры;

формирование понимания смысла занятий личной физической культурой.

Формирование мотивации основывается на следующих потребностях:

физиологических (активные двигательные действия);

в безопасности (от боли, неприятных ощущений, страдания, гнева, неустроенности);

в социальных связях (идентификация в коллективе, социальная причастность к определенной группе, дружба, привязанность и др.);

в самоуважении (достижение успеха, признание со стороны окружающих, одобрение старших, в том числе учителя);

в самоактуализации (реализация индивидуальных возможностей, способностей, понимание и осмысление окружающего мира).

Обучение знаниям, умениям и навыкам использования средств личной физической культуры в повседневной деятельности и на уроках физической культуры подразумевает владение следующими умениями:

самостоятельно поставить цель занятий личной физической культурой;

выбрать адекватные средства и методы достижения поставленной цели;

самостоятельно организовать занятие личной физической культурой;

технически верно выполнить физические упражнения;

осуществить контроль, оценку реакции своего организма на тренировочную нагрузку.

Приращение в ЗУН и специфические умения

Формирование у школьников понимания смысла занятий личной физической культурой подразумевает:

— постижение сущности явлений, лежащих в основе выполняемого двигательного действия или упражнения;

— знание закономерностей возникновения и развития этих явлений;

— установление устойчивых связей между отдельными явлениями, возникающими в процессе занятий личной физической культурой.

Режим работы

урочно-внеурочный

Техническое оснащение — интернет, поселковая и школьная библиотеки, музеи, видеофильмы о спорте, о профилактике вредных привычек, о воспитании здорового образа жизни, спортивный зал.

Учебно-методическое оснащение — учебники и учебные пособия, всевозможные руководства и методички для учителя. Видеофильмы «Белая смерть», «Правила дорожного движения», «Профилактика Вредных привычек», «Мы и спорт и физкультура».

Информационное оснащение – печатные и электронные статьи, книги, аудио и видео о спорте, вредных привычках, беседы с учителями, родителями, специалистами в этой области.

Кадровое оснащение – классные руководители, учитель физической культуры, муниципальные служащие, тренер секций, библиотекари, родители.

Этапы работы над проектом.

1. Подготовительный этап

На уроке физической культуры ученики в беседе со мною выявляют причины нежелания детей заниматься спортом, физическими упражнениями, рассматриваем ситуации, к которым может привести это. Я предлагаю принять участие в проекте «Физическая культура – здоровые дети», после чего формирую нескольких групп для участия в проекте внутри класса. Намечаем план и распорядок деятельности, распределяем нагрузку между учащимися. Итогом деятельности в рамках проекта становятся: полученные теоретические знания; соревнование «День Здоровья!».

2. Планирование работы.

План:

определить источники информации (справочная литература, экскурсионная деятельность, интернет, беседы с учителями, родителями.

поиск информации по здоровому образу жизни, необходимости занятий спортом, профилактики вредных привычек в Интернете и литературных источниках;

определение объёма работы каждого участника проекта;

аналитическое обобщение полученных результатов;

определение состава участников групп, в зависимости от тематической работы внутри неё:

создание символики и девиза команд;

защита проекта в ходе выполнения поисковых.

На этом этапе вырабатываю план действий, распределяю обязанности и определяю сроки работы поэтапно, планирую способ сбора и анализ информации, планирую форму итогового представления результата.

Каждая группа получает задание:

Доклады о здоровом образе жизни.

Доклады о вредных привычках и их профилактике.

Газеты «Здоровый образ жизни».

Сочинения «Физкультура и спорт в моей семье».

3. Сбор информации.

Посещение библиотек, изучение литературы по данной проблеме, просмотр видеофильмов, беседы со взрослыми, Интернет, экскурсионная деятельность.

4. Анализ информации.

Во внеурочное время учащиеся делятся со мной результатами своей поисковой деятельности, я корректирую, уточняю высказывания, помогаю выделить главное, подвожу детей к определению вывода.

5. Презентация результатов проектной деятельности.

Результатом данной проектной деятельности соревнование «День Здоровья!».

Комментарии.

В процессе участия в проекте учащиеся понимают значимость и необходимость занятий физической культуры. При подготовке и участии в соревнованиях дети развиваются физически, в них воспитывается самостоятельность, инициатива, повышается чувство ответственности, проявляется коллективизм, развиваются коммуникативные навыки. Готовясь к соревнованиям, учащиеся хорошо усваивают правила игр, знакомятся с рядом новых игр и эстафет, многие из которых используются в их повседневной игровой деятельности, идёт сплочение учащихся, родителей и школы в активной оздоровительной спортивной деятельности.