Описание опыта работы

учителя физической культуры МОУ «Новоселецкая ООШ»

Яковенко Татьяны Владимировны

Информация о педагоге:

Стаж – 2 года

Стаж – общий стаж работы 21 год, педагогический стаж - 19 лет

Квалификационная категория - категории по должности «учитель физической культуры» не имею, так как работаю всего второй год. Планирую аттестоваться в 2014-2015 учебном году.

Учебная нагрузка (за период работы по должности «учитель физической культуры») по годам:

2012-2013 учебный год – 15 часов

2013-2014 учебный год – 12 часов

***Педагогическая проблема***, над которой работа ведется в течение двух лет - «Дифференцированный подход в процессе обучения на уроках физической культуры».

**Актуальность** **и перспективность** опыта обусловлена комплексным подходом преподавания физической культуры, так как считаю её важнейшим и эффективным средством не только физического, но и интеллектуального, нравственного, эстетического развития. Овладение детьми физическими упражнениями обогащает их двигательный опыт, способствует успешному применению этих движений в быту. Молодому человеку, вступающему в самостоятельную жизнь в условиях современного рынка труда и быстро изменяющегося информационного пространства, необходимо быть эффективным, конкурентоспособным работником. Я считаю, что имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры. Даже великие философы – Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечали уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности.

На уроках физической культуры я учу школьников способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья.

Конечно, одни только традиционные технологии уже не могут, в полной мере, помочь мне максимально реализовать поставленные цели и задачи. И я обратилась к современным образовательным технологиям. Использование широкого спектра современных педагогических технологий дает мне возможность продуктивно использовать как учебное, так и внеурочное время и добиваться хороших результатов обученности учащихся.

Важнейшее требование современного урока – обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств. Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика. Обучающиеся физической культуре делятся на основную, подготовительную и специальную группы. Поэтому и необходимо дифференцирование и задач, и содержания, и темпа освоения программного материала, и оценки достижений. Исходя из всего перечисленного, я остановилась на технологии дифференцированного физкультурного образования.

Ученик должен испытывать от результатов своего труда только радость, получать чувство внутреннего удовлетворения. Правильно рассчитанная физическая нагрузка является важным условием для воспитания в детях уверенности в своих силах, появления положительного психологического настроя, необходимого для достижения успеха.

Под дифференцированным физкультурным образованием понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей, это совокупность педагогических технологий дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний, методических умений, технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства. Я хочу рассказать, как использую данную технологию на своих уроках.

**Цель** моей работы:  создание условий учащимся для наиболее эффективного овладения практическими умениями, необходимыми для всестороннего и гармонического развития личности и повышения физической подготовленности.

**Задачи** которые необходимо решить для достижения этой цели:

* укрепление здоровья с учетом индивидуальных особенностей организма, содействие гармоничному физическому развитию;
* дифференцированное развитие координационных способностей до максимально возможного уровня;
* формирование осознанной потребности в укреплении здоровья и повышения уровня физического развития, посредством создания «ситуации успешности» для каждого ученика;
* воспитание и активное формирование положительных черт характера;
* овладение навыками самоконтроля при занятиях физическими упражнениями;
* овладение знаниями необходимыми для самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Распределение по группам

Распределение учащихся по группам произвожу в зависимости от их физической подготовленности, а также успешности в данном виде спорта. Это позволяет планировать методику обучения всей группы, уделяя внимание каждому ученику. В группе должен быть лидер, за которым тянутся остальные ученики.

В спортивных играх и различных эстафетах группы и команды целесообразно делать смешанными (по силе), где каждый ученик вносит свой вклад в победу команды. Тогда более слабые будут стремиться достичь высоких спортивных результатов.

Обучение двигательным действиям.

Обучение двигательным действиям предусматривает возможность выбора операций для решения тех или иных двигательных задач. В этом случае каждый обучаемый может освоить двигательное действие в предпочтительном для себя составе операций, что станет основой для формирования его индивидуального, самого эффективного, стиля деятельности. Так, например, при закреплении учебного материала, я условно делю детей в классе на группы, в зависимости от подготовленности. Одной группе даю подготовительные или подводящие упражнения в облегчённых условиях, другой – усложнённые подводящие упражнения, третей – действие в целом, но в облегчённом варианте и т.д. Бывает и так, что для школьников, подготовленных наиболее слабо, этапа совершенствования вообще не бывает, так как они не достаточно хорошо освоили учебный материал. Например, ученики не могут освоить передачу мяча в волейболе, и поэтому они не могут полноценно проявить себя в учебной игре, и в то время, когда весь класс играет, эти ребята отрабатывают это упражнения в парах. На занятиях по гимнастике я разрешаю хорошо подготовленным детям добавлять в комбинации свои элементы, в опорном прыжке изменять высоту снаряда, тогда как менее подготовленные работают в стандартных условиях. Обязательно провожу индивидуальную работу с обучающимися, у которых не получается выполнение того или иного двигательного действия. Дети получают индивидуальные задания, как на уроке, так и для домашнего выполнения: им предлагаю задания разные по сложности, содержанию, объёму. Это могут быть: небольшие сообщения, более развёрнутые доклады, рефераты, проектная деятельность (презентации), составление комплекса разминки и т.д. Ежеурочно провожу инструктаж по правилам техники безопасности на занятиях и по правилам поведения.

Развитие физических качеств

Дифференцированное развитие физических качеств, в группах разной подготовленности осуществляю с использованием как одинаковых, так и разных средств и методов, но величина нагрузки всегда планируется разная. В более слабых группах дети раньше заканчивают выполнение заданий, у них остаётся больше времени на отдых и восстановление. Для обучающихся, имеющих недостаточный уровень физической подготовленности, использую карточки с индивидуальными заданиями (с указанием упражнений, последовательности их выполнения, дозировки). Также деятельность учащихся при разучивании, закреплении упражнений организую различными способами. Так, при проведении ходьбы, бега, общеразвивающих и коррекционных упражнений, выполняемых в движении и на месте, пользуюсь фронтальным способом, который предполагает выполнение одного и того же упражнения всеми учащимися одновременно. При этом хорошо заметен ученик, который по какой-то причине не успевает за остальными.

Поточный способ. Суть этого способа заключается в том, что ученики выполняют упражнения друг за другом. Один ученик еще не закончил выполнять упражнение, а другой уже приступает к выполнению. Это могут быть упражнения с продвижением вперед, с передачей предметов, с бросками и ловлей мяча, упражнения в равновесии. Этот способ используется в основном в 4 классе и в старших классах (в это время совершенствуются двигательные умения и навыки).

Посменный способ организации учащихся заключается в том, что они выполняют упражнения сменами по нескольку человек (или по два) одновременно. В начале обучения, когда учитель должен контролировать действия каждого ученика, упражнения выполняются группами по два-три ученика. Если они овладели навыками выполнения, то количество учащихся в группе можно увеличить, если не овладели — уменьшить.

Этот способ можно представить и по-другому - делю учащихся на группы с учетом их возможностей. Например, три-четыре сильных ученика выполняют упражнение на гимнастической скамейке с обручами. После выполнения этого упражнения три-четыре более слабых ученика начинают упражнение с гимнастической палкой на полу, по начерченной линии.

Круговой способ предполагает выполнение упражнений учащимися друг за другом. Например, ученики 4 класса сначала выполняют опорный прыжок, затем упражнения в равновесии и переходят к ходьбе. После этого порядок выполнения предложенных упражнений повторяется.

В ходе выполнения упражнений я знакомлю учащихся с тем, на что влияет то или иное физическое упражнение (осанка, сила, ловкость и т.д.), обращаю внимание на технику выполнения и технику безопасности при выполнении упражнений, даю общий анализ выполнения упражнения и обращаю внимание на технические ошибки. В заключительной части урока класс объединяется, все ученики выполняют одинаковые упражнения, играют.

Проектная деятельность.

В проектную деятельность вовлечены учащиеся 5-9-х классов, в ходе которой они используют различные информационные источники, включая глобальную сеть Интернет. Цель проектной деятельности заключается в том, чтобы научить учащихся ориентироваться в разноречивом потоке информации, вовлечь их в проблемно-ориентированную исследовательскую познавательную деятельность и придать процессу обучения практическую направленность. Подготовка и защита проекта формируют у учащихся умения самостоятельно добывать знания, корректно отстаивать свою точку зрения, формируют навыки публичных выступлений. В начале, я использовала проект, как вид самостоятельной творческой работы учащихся (доклады, рефераты). Это были работы, выполненные не всегда по правилам, но я не торопилась критически их оценивать, а вместе с детьми потихоньку шла к поставленной цели. Использование технологии проектного обучения, позволяет мне вовлечь обучающихся в самостоятельный познавательный процесс. Для ученика проект – это возможность максимального раскрытия своего творческого потенциала. Это деятельность, которая позволяет проявить себя индивидуально и в группах, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, показать публично достигнутый результат.

Учебная деятельность под руководством учителя, когда все компоненты учебной деятельности (учебная задача, учебные действия, действия самоконтроля и самооценки) выполняются и осознаются с помощью учителя. Постепенно учитель передает все компоненты учебной деятельности для самостоятельного выполнения школьникам. Психологи считают, что самостоятельное выполнение должно начинаться с самоконтроля и с самооценки. Поэтому на уроках физической культуры я применяю методы самооценки и взаимооценки.

Дифференцированное выставление отметки по физической и технической подготовленности обучающихся.

При оценке физической подготовленности учитываю как максимальный результат, так и прирост результата. Причем индивидуальные достижения имеют приоритетное значение. Во время урока оцениваю действия не только каждого ученика, но и всего класса, выбираю методы воздействия на ученика и группу, даю возможность детям оценить действия своих товарищей в классе.

При выставлении отметки по физической культуре учитываю и теоретические знания, и технику выполнения двигательного действия, и прилежание, и упорство, и настойчивость, и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. Широко применяю методы поощрения, словесные одобрения. Одних детей надо убедить в собственных возможностях, успокоить, приободрить; других – сдержать от излишнего рвения; третьих – заинтересовать. Всё это формирует у школьников положительное отношение к исполнению заданий, создаёт основу для общественной активности.

Временно освобождённые обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к специальной медицинской группе присутствуют на уроках: помогают в подготовке инвентаря, судействе, знакомятся с теоретическими сведениями, с техникой выполнения двигательных действий. Данную работу также оцениваю.

Постоянно ориентирую сильных детей на то, что они должны помогать слабым, предлагаю им шефство над более слабым товарищем.

Всесторонне изучение школьника (тесный контакт с классным руководителем, с родителями) сопоставление различных данных позволяет мне выявить причины отставания детей, установить главные из этих причин и осуществить педагогическое воздействие, основанное на методике дифференцированного обучения.

Обеспечение дифференцированного подхода к обучающимся с учётом их физического развития и двигательной подготовленности, достижение высокой моторной плотности, динамичности, эмоциональности, образовательной и инструктивной направленности уроков, формирование у обучающихся навыков и умений самостоятельных занятий физическими упражнениями – всё это важнейшие черты моего современного урока физической культуры.

Информационно-коммуникативные технологии

Информатизация системы образования – одно из приоритетных направлений модернизации образования. Богатейшие возможности для этого предоставляют современные информационные компьютерные технологии. Сегодня компьютерная грамотность учителя и ученика достаточна для того, чтобы свободно работать на персональном компьютере и получать необходимую дополнительную информацию из различных источников. Благодаря информатизации учебного процесса, у меня, как у учителя, есть всё необходимое для использования в своей работе ИКТ. Это позволяет мне в процессе обучения, как в урочной, так и внеурочной деятельности, широко применять цифровые образовательные и Интернет-ресурсы, а именно:

в качестве подготовки рабочих программ, поурочных планов, дидактических материалов (тестовые задания), различных докладов, методических разработок;

использование образовательных ресурсов на электронных носителях в качестве наглядных пособий, с их иллюстративными, анимационными возможностями;

использование программных ресурсов для создания собственных учебных пособий к урокам с помощью программ Microsoft Word, Microsoft Power Point, Microsoft Excel;

на этапе повторения пройденного материала использование возможности компьютерного тестирования;

использование Интернет-ресурсов, для создания собственных учительских презентаций к урокам в качестве наглядности;

использование сети Интернет для активного поиска необходимой информации;

для участия в дистанционных олимпиадах, конференциях через сеть Интернет;

использование учащимися для подготовки домашнего задания;

для общения с коллегами и обмена опытом в сетевых сообществах.

Применение ИКТ с использованием межпредметных связей в процессе преподавания физической культуры помогает мне подготовить интересные уроки, а учащимся более полно и глубоко осмысливать изучаемый материал. На уроке теории в 5 классе по теме: «История Олимпийских игр» прослеживается связь с рядом предметов. Цель данного урока – создать общее представление об Олимпийских играх, способствовать эстетическому отношению к искусству, воспитывать чувство патриотизма. Так как урок спланирован с применением ИКТ, учащиеся могут увидеть всё, о чём я рассказываю. Теоретический материал воспринимается лучше, когда идёт ещё и зрительное восприятие информации. Рассказывая об истории зарождения физической культуры или Олимпийских играх, прошу ребят вспомнить историю Древнего мира. А так как уроки проходит под музыку провожу связь с уроками музыки. При изучении того или иного двигательного действия, я всегда рассказываю о работе мышц, работе систем дыхания и кровообращения при их выполнении. Также провожу беседы о роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении конкретного действия. Здесь ученикам не обойтись без знаний, полученных на уроках биологии. Такие уроки очень нравятся детям. Многие после занятий идут в библиотеки, с целью поиска информации по заданной теме. Кто-то идёт на дополнительные занятия в кабинет информатики, ведь так здорово быть с компьютером на «ты».

В настоящее время учительская документация мною разработана в электронном виде. А именно, документация учителя-предметника, документация по физкультурно-оздоровительной и спортивной работе. На уроках активно использую для объяснения учебного материала разработки из сообществ, но всё-таки, большее внимание уделяю созданию собственных презентаций, требую того же и от учащихся. Считаю, что использование Интернет-ресурсов повышает уровень проведения занятий, качество знаний учащихся и их мотивацию к обучению. Так, например, анкетирование учащихся 5-7 классов, показало, что детям очень нравятся, а главное запоминаются уроки и внеклассные мероприятия, на которых я использую ИКТ. Учитывая образовательный интерес детей, моя задача сделать компьютер источником, средством и методом обучения.

Важно отметить и тот факт, что я не забываю использовать на уроках и методики устного опроса, как условия развития устной и письменной речи учащихся. Одним словом, полагаю, что учитель должен сочетать в своей педагогической практике инновационные технологии и традиционные. Это позволяет устранить все те риски, которые возникают при использовании информационных технологий.

Здоровьесберегающие технологии

Важное место в своей деятельности я отвожу здоровьесберегающим технологиям, цель которых, обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Здоровьесберегающие образовательные технологии являются самыми значимыми из всех технологий, по степени влияния на здоровье учащихся, так как основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, оптимальном сочетании двигательных нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации.

Педагогическая технология здоровьесбережения в моей деятельности включает в себя: знакомство с результатами медицинских осмотров детей; их учёт в учебно-воспитательной работе; помощь родителям в построении здоровой жизнедеятельности учащихся и семьи в целом; создание условий для заинтересованного отношения к учёбе. Одним из главных направлений здоровьесбережения считаю создание здорового психологического климата на уроках. Так, ситуация успеха способствует формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряженность, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников образовательного процесса. На своих уроках уделяю внимание организации здоровьесберегающих факторов. Принципиально важно, чтобы учащийся не сравнивался с другими, а сравнивался с самим собой: я сегодня стал лучше, чем вчера, а завтра постараюсь стать лучше, чем сегодня. Во время урока я чередую различные виды учебной деятельности; использую методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения моих учеников. Большое значение, как я говорила выше, имеет и эмоциональный климат на уроке: «хороший смех дарит здоровье», мажорность урока, эмоциональная мотивация в начале урока, создание ситуации успеха. И, конечно же, при выборе форм, содержания и методов работы я учитываю возраст, пол учащихся, состояние здоровья, уровень их развития и подготовленности. На своих занятиях обеспечиваю необходимые условия в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами (освещение, характеристика воздуха, температурный режим).

Эффективным методом формирования грамотной заботы о своем здоровье считаю внеклассные мероприятия, разрабатываемые моими учащимися. Старшеклассники проводят конференции, беседы-диспуты: «Не бери ты это в руки – берегись как злой чумы»; 1-4 классы беседы «Береги здоровье смолоду»; активно участвуют в конкурсах рисунков «Модно быть здоровым!»; организуют антинаркотические акции; участвуют в спортивных соревнованиях «День бега»; школьных соревнованиях по волейболу и баскетболу, игре «Перестрелки», «Веселых стартах». Учащиеся школы активно участвуют в реализации проекта «Модно быть здоровым», в работу которого входит: учебно-воспитательная работа; диагностическая работа; профилактическая и коррекционная работа; научно-методическая работа; информационно-просветительская работа; физическое воспитание, организация активно-двигательного досуга. Посещение секций даёт ребенку много новых возможностей. Физическая активность после школы позволяет ребенку расслабиться после умственных нагрузок, размяться. Ребенок сможет выплеснуть накопившуюся энергию, пообщаться со сверстниками в неформальной обстановке. Занимаясь в спортивной секции, ребенок может дать выход накопившимся эмоциям. У детей, занимающихся спортом, нет времени, да и желания связываться с дурной компанией.

Опыт показывает, что благодаря хорошо организованной совместной деятельности, где каждый имеет вполне определенные задачи и выполняет определенные роли, можно достигнуть успешности в достижении заданной цели. Повышение качества обучения и воспитания – важнейшая задача школьного образования, поставленная основными направлениями общеобразовательной школы. Я систематически изучаю новинки методической литературы. Изучаю и анализирую опыт коллег, учителей других школ. В связи с этим регулярно посещаю семинары учителей физической культуры**.** Повышаю свое профессиональное мастерство на курсах повышения квалификации. Посещаю уроки коллег по школе, изучаю и внедряю различные педагогические технологии. Использую различные формы и методы проведения уроков.

Главное моё педагогическое кредо – сочетание уважения и требовательности, нахождение золотой середины, умение помочь раскрыть полный потенциал ученика, вывести его на дорогу творчества, самостоятельности, умение использовать полученные навыки и умения в жизни, формирование потребности систематически заниматься физкультурой и спортом.

Здоровое поколение – залог светлого и счастливого будущего для общества и человечества в целом!