**Урок гимнастики в школе с использованием средств оцж и театрально сценического мастерства**

Гимнастика – исторически сложившаяся совокупность специфических средств (упражнений) и методов гармонического физического воспитания людей. Гимнастические упражнения существенно отличаются от упражнений из других видов спорта и в большинстве случаев носят абстрактный характер (т.е. они не заимствованы из жизни людей, а искусственно созданы для более целенаправленного и эффективного решения различного рода задач).

Она является хорошим средством для укрепления здоровья и играет существенную роль в оздоровлении людей разного возраста и пола, разного уровня физической подготовленности, спортсменов и начинающих заниматься спортом.

 Гимнастические упражнения оказывают положительное влияние на показатели деятельности жизненно важных органов и систем, активизируют обмен веществ, развивают нервно-мышечный аппарат, улучшают кондиции (силу, выносливость, гибкость, координацию) и фигуру (путем снижения количества жира, исправления осанки, изменения пропорций тела). Средства гимнастики благотворно влияют на формирование личности.

Благодаря своим методическим особенностям, гимнастика является самым доступным средством физического воспитания, средством избирательного и всестороннего воздействия на двигательную, а через нее и на другие функции организма, психические и личностные свойства занимающихся. Именно поэтому ею занимаются в детских садах, в средних общеобразовательных школах, гимназиях, лицеях, в средних и высших учебных заведениях разного профиля, в армии и на производстве.

К сожалению по данным статистики, в настоящее время во многих регионах России, урок гимнастики в школе из-за отсутствия необходимого оборудования, слабого физического состояния учащихся и многих других факторов упрощается.

Без соответствующего эмоционального наполнения процесс обучения гимнастике становится довольно скучным занятием, не приносит радости ни учителю, ни детям.

В следствии Современные школьники испытывают недостаток двигательной активности, и сам ее характер за последние десятилетия существенно изменился, что не замедлило сказаться на развитии координационных способностей. Уровень развития координационных способностей современных школьников стал значительно ниже по сравнению с предыдущими поколениями.

Недостаток двигательного опыта, который начинают испытывать дети, сказывается на их двигательной подготовленности.

В результате сложившейся ситуации, коллективом учителей ф.к. нашей школы, было принято решение возродить полноценный урок гимнастики и самое главное привить учащимся интерес, любовь и желание к занятиям этим необходимым разделом ф.к.

Для решения поставленных задач, за основу были взяты средства ОЦЖ и театрально сценического мастерства ( эквилибристика, жонглирование, акробатика (силовая, вольтижная), парная акробатика, гиревое жонглирование, мастерство актёра, пантомима, хореография, эстрадно-сценическое мастерство и т.д.)

В первой половине раздела, ученики на уроках гимнастики изучали технику выполнения различных упражнений, формировали навыки начальной подготовки, познавали искусство в себе, открывая всё новые и новые таланты.

Разнообразие упражнений позволило задействовать на уроке и объеденить единой целью всех учащихся класса, в зависимости от их физической подготовленности и состоянии здоровья.

 А дополнительные занятия во внеурочное время, обучить более сложным элементам и упражнениям.

Вторая половина раздела была посвящена подготовке сюжетных номеров, с использованием приобретённых навыков и средств театрально сценического мастерства.

Ученики проявляли свои творческие способности: подбирали музыку, костюмы, придумывали истории.

В процессе общей деятельности сформировался коллектив единомышленников среди учащихся класса, объединённых общей идеей.

В завершении раздела был проведён отчётный «СМОТР ПО ГИМНАСТИКЕ В ШКОЛЕ», где ученики выступали со своими номерами перед учителями и родителями. В качестве жюри на смотр была приглашена администрация школы. Также на мероприятии присутствовали представители СМИ, что добавило волнение и чувство ответственности у учащихся.

Итог смотра – награждение учащихся, объявление победителей по номинациям.

Обобщая все вышеизложенное и подводя итоги можно констатировать, что применение средств оригинального циркового жанра и театрально сценического мастерства на уроках физической культуры имеет большой педагогический потенциал.

По окончании раздела гимнастики учащиеся показали высокие результаты.

Внедрение элементов циркового и театрального искусства в содержание уроков физической культуры существенно повышает эффективность развития координационных способностей, раскрытие творческих возможностей, делает уроки более интересными и увлекательными для детей.

Демонстрация видеозаписи одного из номеров «ГИМНАСТИЧЕСКОГО СМОТРА» - учащиеся 10 А класса.

Хочется закончить выступление словами Василия Александровича Сухомлинского:

«Только благодаря идее человек обретает свою личность, проявляет себя в творчестве, становится подлинным борцом.

Идея делает человека мужественным и бесстрашным».

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!