**Публичное представление собственного инновационного педагогического опыта**

***Саранск 2014 год***

|  |
| --- |
| **ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ИННОВАЦИОННОГО ОПЫТА УЧИТЕЛЯ** |
| **I. Общие сведения** |
| **Ф.И.О. автора опыта** | **Учреждение, в котором работает автор опыта, адрес с индексом** | **Должность с указанием преподаваемого предмета или выполняемого функционала** | **Стаж работы в должности** |
| Коновалова Елена Валерьевна | Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №22»г. о. Саранск Октябрьского района Республики Мордовия, 430007 г. Саранск, ул. Морозова д.11e-mail *sc22sar@edurm.ru*[/](http://www.schoolrm.ru/schools/sc22sar/about/information-school/passport/)  | Учитель физической культуры  | 26 лет |

|  |
| --- |
| **II.Сущностные характеристики опыта** |
| 1. Тема инновационного педагогического опыта (ИПО) |  Развитие скоростно – силовых качеств в подвижных играх. |
| 2. Актуальность и перспективность опыта, его практическая значимость (степень соответствия современным тенденциям развития образования, его практическая значимость) |  Всем хорошо известно, что проблемой, выросшей в наши дни до глобальных размеров, является недостаточная двигательная активность детей. Примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учебе – плохое состояние здоровья. Приобщение к занятиям физической культурой и спортом с раннего возраста позволяет человеку достичь высокого уровня развития двигательных действий и физических качеств. Известно, что уже в детском возрасте закладывается фундамент физических качеств, от которых зависит успешная трудовая деятельность, крепкое здоровье и работоспособность.В решении этих задач используется все многообразие средств системы физического воспитания. Среди них видное место в оздоровлении и всестороннем развитии занимают подвижные игры. **Гипотеза** – подвижные игры являются наиболее эффективным средством развития скоростно – силовых физических качеств в младшем школьном возрасте. Цель и гипотеза позволяют сформулировать следующие **задачи:*** Формировать у школьников осознанный интерес к развитию собственных физических качеств через подвижные игры и потребность применять подвижные игры во внеурочной, оздоровительной и самостоятельной деятельности;
* Подобрать подвижные игры, способствующие развитию скоростно – силовых качеств и включить их в систему уроков;
* Проводить мониторинг развития скоростно – силовых качеств учащихся.

**Педагогическая проблема** « Развитие скоростно – силовых качеств в подвижных играх» отвечает требованиям современного образования и физического воспитания.**Суть проблемы** состоит в том, чтобы проводить комплексное развитие и совершенствование двигательных способностей детей именно через подвижные игры.**Актуальность опыта** состоит в том, что регулярное использование подвижных игр способствует укреплению здоровья, содействию правильному физическому развитию, разносторонней подготовленности детей, воспитанию активности, смелости, решительности, дисциплинированности, коллективизма и других черт характера. Подвижные игры развивают жизненно-важные двигательные умения и навыки, воспитывают любовь к систематическим занятиям физической культурой.**Практическая значимость**В младшем школьном возрасте дети свободно держат мяч, передают его, ударяют по нему. Они уже могут освоить определенную последовательность изменений ситуаций, подчинить свою деятельность сознательно поставленной цели, принимать решение, соответствующее обстановке, предвидеть возможные действия соперника. Все это свидетельствует о том, что детям вполне доступны подвижные игры и упражнения, подготавливающие к различным видам спорта. Особая ценность подвижных игр заключается в возможности одновременного воздействия на моторную и психическую сферу личности занимающихся. Ответный характер двигательных реакций и выбора правильного поведения в постоянно меняющихся условиях игры предопределяет широкое включение механизмов сознания в процессе контроля и регуляции. В результате совершенствуется процесс протекания нервных процессов, увеличивается их сила и подвижность, возрастает тонкость дифференцировок и пластичность регуляций функциональной деятельности.Высокая эмоциональность игровой деятельности позволяет воспитывать умение контролировать своё поведение, способствует появлению таких черт характера, как активность, настойчивость, решительность, коллективизм.Игры содействуют и нравственному воспитанию. Уважение к сопернику, чувство товарищества, честность в спортивной борьбе, стремление к совершенствованию – все эти качества могут успешно формироваться под влиянием занятий подвижными играми.С помощью подвижных игр осуществляется развитие двигательных качеств и прежде всего быстроты, ловкости, силы, выносливости. Под влиянием игровых условий происходит совершенствование двигательных навыков. Развивается способность к сложной комбинаторике движений.Игровая деятельность способствует гармоничному развитию опорно-двигательного аппарата, т. к. в работу могут быть вовлечены все мышечные группы, а условие соревнования требуют от участников довольно больших физических напряжений.Чередование моментов относительно высокой интенсивности с паузами отдыха и действиями с небольшим напряжениям позволяет играющим выполнять большой объем работы. Попеременный характер нагрузки более всего соответствует возрастным особенностям физиологического состояния растущего организма и поэтому оказывает благоприятное влияние на совершенствование деятельности систем кровообращения и дыхания.  |
|  3.Концептуальность (своеобразие и новизна опыта, обоснование выдвигаемых принципов и приемов) | Анализ научно-методической литературы свидетельствует, что многие исследователи наибольший темп прироста скоростно-силовых показателей отмечают в младшем школьном возрасте. Вместе с тем, в литературе отсутствуют данные о конкретных технологиях развития скоростно-силовых качеств младших школьников. Это дает основание для поиска средств, методов и форм организации педагогического процесса физического воспитания, адекватных возрастным особенностям учеников начальной школы, направленности и характера тренирующих воздействий на уроках физической культуры.В связи с этим целью данного опыта является развитие скоростно – силовых качеств в сензитивный период физического развития младших школьников посредством подвижных игр.Сюжетно-ролевые игры являются основой игрового метода. Через игры идёт комплексное развитие и совершенствование двигательных способностей. Сюжетно-ролевые игры характеризуются сменой игровых ситуаций, а физические нагрузки во время игры протекают с переменной интенсивностью, включают в себя действия, избирательно направленные на совершенствование или развитие одного из двигательных качеств. Следует отметить, что многообразие движений при игре является эффективным средством для развития не одного качества, а нескольких и способствует повышению двигательной активности.Все игры вырабатывают такие ценные качества, как скорость, ловкость, быстроту, выносливость, скоростно-силовые, гибкость. Все движения, применяемые в играх, носят естественный характер, базирующийся на беге, прыжках, метаниях, поэтому дети усваивают их сравнительно легко.  |
|  4. Наличие теоретической базы опыта | Система работы по развитию скоростно – силовых качеств в подвижных играх строится на основных положениях:* Комплексная программа по физической культуре 1-11 классы Ляха В.И., Зданевича А.А.
* Исследования теории и методики развития физических качеств школьников (Ляха В.И., Матвеева Л.П., Комарова А.Г.)
* Исследования теории и практики дидактической и подвижной игры (А.П. Усовой, Е.И. Радиной, Ф.Н. Блехер, Б.И. Хачапукидзе, З.М.Богуславской, Е.Ф.Иваницкой, А.И.Сорокиной, Е.И. Удальцовой, В.Н. Аванесовой, А.К.Бондаренко, Л.А. Венгером, Л.П.Матвеевым, Ю.П. Портновым)
 |
|  5.Ведущая педагогическая идея | Младший школьный возраст даёт прекрасную возможность целенаправленно развивать скоростно-силовые способности. Правильно организованные занятия способствуют всестороннему и гармоничному развитию человека, что особенно актуально для формирующегося организма. Исправление осанки, приобретение лёгкости в движениях, уверенности в себе − это минимум, что могут дать скоростно-силовые упражнения. С помощью скоростно-силовых упражнений можно повысить упругость мускулатуры, увеличить активную мышечную массу, сократить избыток жировой ткани, укрепить и усилить соединительные и опорные ткани, улучшить осанку, фигуру, а также поднять уровень таких физических качеств, как сила, быстрота, выносливость.  |
|  6. Оптимальность и эффективность средств |  Используемые средства эффективного обучения: - образовательные технологии в процессе образования и воспитания (см. приложение 1) -компетентностный подход в физическом воспитании учащихся (см. приложение 2) -применение современных форм и методов работы;  -электронные образовательные ресурсы; -аудиовизуальные (слайды, слайд-фильмы, видеофильмы на цифровых носителях (Video-CD, DVD и т.п.); Важным элементом оптимальности и эффективности средств является определение ожидаемых результатов обучения. Поэтому я использую наиболее эффективные методы и приемы обучения:* личностно-ориентированные
* дифференцированные
* самостоятельной работы
* практические упражнения
* предметный показ
* показ учителем
* повторный метод
* подготовительные упражнения
* упрощение внешних условий в начале разучивания движений
* упрощение структуры движения
* применение ориентиров
* технические средства обучения

 а также способы организации:* фронтальный
* групповой
* посменный
* станционно-круговой
* поточно-круговой
* индивидуальный

Результатом целенаправленной работы по формированию скоростно-силовых качеств является уровень физической подготовленности моих учеников (см. приложение 4) |
| 7.Результативность опыта (ориентированность опыта на конкретный практический результат, успехи и достижения обучаемых) | * Устойчивый познавательный интерес учащихся к предмету (по результатам анкетирования учащихся начальных классов школьным психологом в ранжировании школьных предметов на первом месте предпочтение отдано предмету физкультура)
* Мониторинг учебной деятельности за 2008-2013 учебные годы (см. приложение 3)
* Мониторинг уровня физической подготовленности за 2008-2013 учебные годы (см. приложение 4)
* Внеурочная деятельность за 2010-2011 уч. г, 2011-2012 уч.г., 2012-2013уч.г. (см. приложение 5)
* Внеклассная работа по физической культуре за 2010-2011 уч. г, 2011-2012 уч.г., 2012-2013уч.г. (см. приложение 6)
* Совершенствование современных форм и методов преподавания, обновление содержания образования и учебно-методического инструментария
* Проведение открытых уроков, внеклассных мероприятий, выступления на семинарах, конференциях
* Призёр (2 место) муниципального тура олимпиады по физической культуре 2012-2013 уч. г. – Виряскина Анна
* Высокая оценка работы педагога общественностью и родителями
* Руководство школьным методическим объединением учителей физической культуры и ОБЖ – 3 года
* Исследовательская деятельность по физической культуре

Подготовка участницы ежегодной научно- практической конференции «Школьники города - науке XXI века» Шныгиной Дарьи, ученицы 3б класса, с исследовательской работой на тему «Частота сердечных сокращений как показатель физического здоровья» (диплом участника)* Исследовательская деятельность по окружающему миру

Подготовка участника Всероссийской научно-практической конференции исследовательских работ учащихся по эколого-этнографическому проекту «Дерево Земли, на которой я живу» Лукьянова Вадима, ученика 3б класса, с исследовательской работой на тему «Пчела – божья угодница» (диплом участника) |
| 8. Возможность тиражирования | * Авторская программа по ритмике (МРИО, 2008)
* Рабочие программы по физической культуре (1-4 классы)
* Рабочие программы по ритмике и ОФП в рамках внеурочной деятельности (1-3 классы)
* Конспекты открытых уроков, внеклассных мероприятий
* Организация спортивного часа для слушателей курсов повышения квалификации воспитателей ГПД во время стажировки на базе ОУ ( МРИО, 4-23 апреля 2011г.)
* Участие в работе Межрегионального научно-практического семинара «Модернизация учебного процесса в условиях перехода на ФГОС НОО» (г. Саранск, 29 марта 2012г., МордГПИ, факультет педагогики и художественного образования) и печать статьи: «Двигательная активность – необходимое условие сохранения здоровья первоклассника (ОФП и ритмика во внеурочной деятельности)»: сборник статей: Модернизация учебного процесса в условиях перехода на федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования: материалы межрегиональных методического и научно-практического семинаров ( 2.11.11. – 29.03.12.)
* Подготовка студентов МГПИ им. Евсевьева М.Е.
* Участие в работе методического семинара «Организация здоровьесберегающей среды в начальной школе» ( г. Саранск, 11 апреля 2013г., МордГПИ, кафедра педагогики и художественного образования) и выступление «Формирование двигательных навыков на занятиях ОФП и ритмики в рамках внеурочной деятельности»
* Участие в работе Всероссийской научно-практической конференции с международным участием «Народная педагогика в условиях реализации ФГОС НОО» (г. Саранск, 16-17 мая 2013г., МордГПИ, кафедра педагогики дошкольного и начального образования) и печать статьи «Народные игры на уроках и во внеурочное время в условиях реализации ФГОС»
* Участие в городском семинаре учителей физической культуры и ОБЖ «Возрождение комплекса ГТО в образовательных учреждениях Мордовии» и выступление «Методика самостоятельной подготовки к сдаче норм ГТО» (25 октября 2013г.)
* Работа над собственной страничкой на образовательных сайтах

 <http://nsportal.ru/konovalova-elena-valerevna><http://www.proshkolu.ru/user/LenaKonoly66/folder/> |
| 9. Наличие обоснованного числа приложений, наглядно иллюстрирующих основные формы и приёмы работы с обучающимися | Приложение 1 – Использование современных образовательных технологий в процессе обучения предмету и в воспитательной работеПриложение 2 - Формирование ключевых компетенций на уроках и во внеклассной работеПриложение 3 - Мониторинг учебной деятельности Приложение 4 - Мониторинг уровня физической подготовленности Приложение 5 - Формы внеурочной деятельностиПриложение 6 – Позитивные результаты внеклассной работы по физкультуре  |

**Приложение к инновационной карте педагога,**

**отражающее результативность работы**.

 Приложение 1

**Образовательные и педагогические**

**технологии в образовательном процессе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Вид урочной и внеурочной деятельности | Название технологии |
| 1. | Физическая культура | Технология разноуровнего обучения, технология модульного обучения, игровая технология, здоровьесберегающая технология, компьютерная технология |
| 2. | ОФП (внеурочная деятельность) | Технология разноуровнего обучения, технология модульного обучения, игровая технология, здоровьесберегающая технология, компьютерная технология |
| 3. | Ритмика (внеурочная деятельность) | Технология разноуровнего обучения, технология модульного обучения, игровая технология, здоровьесберегающая технология, компьютерная технология |

Приложение 2

**Формирование ключевых компетенций на уроках и во внеклассной работе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Предмет** | **Название компетенции** |
| 1. | Физическая культура | Мотивационная, коммуникативная, учебно-познавательная, социокультурная, мировоззренческая, личностная, практическая |
| 2. | ОФП | Мотивационная, коммуникативная, социокультурная, мировоззренческая, личностная, практическая |
| 3. | Ритмика | Общекультурная, личностная, социально - нравственная, ценностно - мировоззренческая, коммуникативная, социально- психологическая |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Учебная деятельность** | **2008-2009** **уч. год (%)** | **2009-2010** **уч. год (%)** | **2010 – 2011****уч. год (%)** | **2011-2012****уч. год (%)** | **2012-20013****уч. год (%)** |
| **Успеваемость** | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 |
| **Качество** | 99 | 100 | 99 | 100 | 96 |
| **Средний балл** | 4,5 | 4,8 | 4,8 | 4,8 | 4,5 |

 Приложение 3

 **Мониторинг учебной деятельности учащихся**

Небольшое снижение качества по предмету в 2012-2013 учебном году обусловлено низкой успеваемостью учащихся 8 в класса КРО по причине ослабленного психического и физического здоровья.

 Приложение 4

Мониторинг уровня физической подготовленности учащихся

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **УФП**  | **2008-2009****уч. год (%)** | **2009-2010****уч. год (%)** | **2010 – 2011****уч. год (%)** | **2011-2012****уч. год (%)** | **2012-20013****уч. год (%)** |
| **Высокий**  | 20 | 24 | 10 | 16 | 14 |
| **Средний** | 69 | 68 | 72 | 65 | 65 |
| **Низкий** | 11 | 8 | 18 | 19 | 21 |

Небольшое снижение высокого уровня физической подготовленности и повышение низкого уровня физической подготовленности по предмету в 2012-2013 учебном году обусловлено показателями учащихся 8в класса КРО по причине ослабленного психического и физического здоровья.

 Приложение 5

**Формы внеурочной деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Год** | **Ритмика****% охвата учащихся** | **ОФП****% охвата учащихся** |
| 2010-2011 | - | 2 классы – 10% |
| 2011-2012 | 1 классы – 10% | 1 классы – 10% |
| 2012-2013 | 1-2 классы – 20% | 1-2 классы – 20% |

 Приложение 6

 **Позитивные результаты внеклассной работы по физической культуре**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Вид соревнований | 2010-2011уч. г. | 2011-2012уч. г. | 2012-2013уч. г. |
| Победители | Профсоюзный л/кросс на первенство РеспубликиОткрытое командное первенство Октябрьского района по бегу на призы Главы Администрации Октябрьского района  | Л/кросс на первенство Октябрьского районаРеспубликанский Фестиваль бега «Здоровье» Республиканский профсоюзный л/кросс Открытое командное первенство Октябрьского района по бегу на призы Главы Администрации Октябрьского района  | Л/кросс на первенство г. о. СаранскРеспубликанский зимний фестиваль бега «Здоровье» 1 место (команда девушек), 4 место (команда юношей) |
| Призёры (2 место) | Л/кросс на первенство Октябрьского района |  | Открытое командное первенство Октябрьского района по бегу на призы Главы Администрации Октябрьского района Первенство по мини-футболу г. о. Саранск 76 легкоатлетическая эстафета, посвящённая Дню Победы (первенство г.о. Саранск) |
| Призёры (3 место) |  | Л/кросс на первенство г. о. Саранск |  |