Самоконтроль младших школьников на уроках физической культуры при занятиях спортивными играми с элементами баскетбола.

Выполнила: Ганзелюк М.А. учитель физической культуры

ГБОУ НШ-ДС №624, Адмиралтейского района

Цель: Создать систему формирования навыков самоконтроля у младших школьников.

Необходимость изучения данной проблемы возникла по ряду причин:

- учебные действия учащихся и допущенные ими ошибки контролируются и исправляются, как правило, учителем, без привлечения к этому младших школьников;

- неразвитость самоконтроля ведёт к травматизму, плохому выполнению двигательных действий;

-в методических пособиях вопросу формирования самоконтроля уделяется недостаточное внимание;

Во время подвижных и спортивных игр трудно удерживать дисциплину. В пылу эмоций дети забывают и о правилах выполнения упражнений и о правилах техники безопасности. Поэтому я решила найти способ научить детей контролировать себя.

Ученик владеет самоконтролем, если умеет сознательно подчинять свои действия заданному комплексу требований, изменять состав действий в изменившихся условиях, планировать состав действий, определяя субъективные трудности, сличать действия с образцом.

Формирование самоконтроля как компонента учебной деятельности требует специальной организации.

Направления и методические приёмы формирования самоконтроля

* 1. Самоконтроль поведения

«Ушки на макушке». Формирует умение слушать.

«Лучший друг». Формирует доброжелательное отношение к другим учащимся.

«Честное слово». Направлен на воспитание честности, учит соблюдать правила игр, эстафет

* 1. Самоконтроль двигательных действий

«Делай как я» Учит сравнивать с образцом. При разучивании сложно-координационных упражнений.

«Найди ошибку». Учит взаимоконтролю (замечать ошибки партнёра и стараться избегать их)

«Единство» Помогает добиваться слаженности выполнения упражнения с использованием различных предметов, требует представить, что ты и снаряд (мяч) – единое целое. Применяется для обучения упражнениям (ведению мяча, передач мяча, бросков по кольцу)

«Расчет силы» Способствует развитию двигательной чувствительности при выполнении упражнений (в полную силу, в полсилы, на определённую высоту или дальность). Применяется при обучении упражнениям, в которых требуется точность действия (передач мяча, бросков по кольцу).

* 1. Самоконтроль самочувствия

«Пульсометрия». Позволяет определить интенсивность нагрузки и как её переносят учащиеся.

Очень важно, чтобы данные приёмы были не только усвоены детьми, но и «присвоены» ими, что позволит учащимся без целевой установки учителя осуществлять самоконтроль по всем трём направлениям. Это обеспечивалось поэтапностью формирования самоконтроля.

1)Ознакомление с образцом. 2)Воспроизведение действия.3)Проверка по образцу.4)Нахождение ошибок.5)Исправление ошибок.6)Повторное выполнение действия без ошибок.

Данный подход был апробирован в ГБОУ НШ-ДС № 624 (237 человек). К 4 классу увеличилось количество учащихся, осознающих необходимость контролировать свои действия.

**Значение самоконтроля для повышения качества овладения двигательными действиями и техническими приёмами на занятиях спортивными играми у младших школьников.**

На ранних этапах формирования навыков, часто нарушается техника выполнения ведения, передач, бросков. Если ребёнок старается постоянно контролировать технику выполнения упражнений, то в результате формируются и уточняются различные формы содружественных и реципроктных отношений между нервными центрами мышечных групп. Контроль за своими действиями поможет ребёнку правильно рассчитать траекторию полёта мяча, силу, с которой надо выполнять передачу мяча в конкретной ситуации. Приучив себя к чёткому выполнению правил техники безопасности, ребёнок сможет избежать травм. Честное выполнение правил игры, учит быть честным и в обычной жизни. Контролируя свои эмоции ребёнок учится правильно реагировать на проигрыши и победы.

Это непосредственно влияет на формирование личности ученика, определяя его учебное самосознание, отношение к себе, сверстникам, окружающему миру и улучшает качество овладения двигательными действиями и техническими приёмами на занятиях подвижными и спортивными играми, в частности с элементами баскетбола.