**Самоанализ урока**

**Ефименко В.А., учителя высшей квалификационной категории**

**МБНОУ «ЛИЦЕЙ №111» г. Новокузнецка**

11.12.2014

Урок физической культуры проведен в 6б классе в соответствии с утвержденной рабочей программой.

*Тема урока* «Общефизическая подготовка».

Урок общеметодологической направленности.

*Место урока в программе*. Уроки ОФП включены во все разделы программы для улучшения функциональных способностей («Легкая атлетика», «Лыжная подготовка» и др.).

*При планировании* учитываю принципы ФГОС, основополагающим считаю системно-деятельностный подход, дети в деятельности учатся оценивать свой уровень адаптации к физическим нагрузкам.

На уровне *начального общего образования* (начальной школы) ФГОС уже введен, мы в инновационном режиме работаем по введению ФГОС в *основное общее образование* (в основную общую школу) с 2013 года, поэтому *принцип непрерывности* осуществляется и применяется на уроках, причем в соответствии с возрастными особенностями детей.

*Принцип целостности* прослеживается в тесной связи с анатомией, биологией, математикой.

*Принцип креативности или творчества* позволяет развивать аналитическое мышление, приходить к поставленным задачам со смекалкой, выдумкой, творчески.

*Принцип вариативности* проявляется в том, что мои ученики сами выбирают образовательный темп, могут вести рефлексию, работать на уроке в соответствии со своим общефизическим развитием.

*Принцип психологической комфортности* проявляется, когда дети работают в группах, парах сменного состава, выполняют коллективные задания. На уроках использую формы фронтальной, групповой, поточной и индивидуальной работы, что вы сегодня видели на уроке.

*Принцип деятельностного подхода* позволяет выстроить урок так, чтобы дети получали знания не в готовом виде, а добывали их в ходе урока, активно участвуя в каждом этапе.

Кроме того, я ориентируюсь *на общую физическую подготовку класса*. Дети данного класса имеют уровень нагрузки – средний, в расчете на средний уровень физической подготовленности выстроил систему упражнений. Это технически несложные, с акцентом *на выносливость упражнения*: силовую (отжимание, пресс), скоростно-силовую (упражнения со скакалкой), общая выносливость (упор присев, упор лежа).

*Традиционные триединые задачи* тоже определены:

*Образовательная*: закрепление знаний о методике измерения ЧСС.

*Развивающая*: развивать выносливость и аналитическое мышление.

*Воспитательная*: воспитывать интерес к самостоятельному решению поставленных задач, умение проявлять дисциплинированность и трудолюбие при работе в группе;

к ним добавленаеще и *Оздоровительная*: укрепление сердечно-сосудистой системы.

Несмотря на то, что в традиционной методике существуют *триединые* цели и задачи, в логике ФГОС необходимо выделять, какие УУД (универсальные учебные действия) мы формируем на уроке.

На данном уроке формируются следующие УУД:

*Личностные* – дети оценивают свою деятельность;

дают оценку на каждом этапе урока;

они самоопределяются в системе ценностей (необходимо следить за своим здоровьем, ответственно к нему относиться)

*Познавательные*  – ученики извлекают информацию для решения предметных задач, используя свой опыт и опыт других детей;

они перерабатывают информацию, т.е формируется умение анализа, сравнения, классификации, систематизации и т.д.;

ученики представляют информацию.

*Регулятивные –* определяют и формулируют цель деятельности; составляют план действий по решению поставленных задач;

осуществляют действия по плану;

соотносят результат деятельности и оценивают его;

дети измеряют пульс и соизмеряют его с предельно допустимыми параметрами.

*Коммуникативные* – представляют свою позицию;

понимают других; сотрудничают, взаимодействуют в группе.

В логике ФГОС на уроке *определил и согласовал с учащимися деятельностную* цель: формирование способности учащихся оценивать уровень адаптации ССС к физическим упражнениям.

Таким образом*, целеполагание* осуществляю тоже в соответствии с современными требованиями к уроку физической подготовки.

Понимаю, что от того, как дети видят цель, они выбирают и средства для ее реализации, включаются в образовательный процесс, чтобы в конце урока прийти с результатами, соответствующими их уровню подготовки.

*Итак, на первом этапе* урока цели согласованы с учащимися, дети мотивированы на успешную работу, понимают, что будут делать на уроке.

Согласованные цели и задачи реализованы в ходе всего урока.

Урок структурирован, состоит из следующих этапов:

1. *Организационный этап* с целеполаганием (о нем я уже говорил); и подготовкой к сознательному усвоению материала с опорой на имеющийся опыт – это была разминка.
2. *Основной этап*, практическое усвоение материала в режиме смены

деятельности, когда каждый ученик может выполнить предложенные задания в соответствии со своим уровнем подготовки.

1. *Подведение итогов*. Восстановление физического состояния детей,

когда они выполняли упражнения с использованием дыхательной гимнастики, релаксация. Рефлексия. На этом этапе ученики давали оценку своей деятельности (самооценка), оценку результатов других детей в соответствии с достижением личностной цели. Мы высчитывали уровень адаптации ССС к физическим нагрузкам. Обращаю внимание на то, что дети сами дали оценку своим действиям, критично оценили себя и поставили оценки.

Важно то, что в течение урока на каждой станции шли замеры, дети

отслеживали свое состояние до и после нагрузки, данные вносили в *Таблицу измерения ЧСС* .

На этом этапе было дано домашнее задание. Я даю комментарий того, чем дети будут заниматься дома. Готовясь к очередному уроку физической культуры. Задания вношу в электронные дневники.

Считаю, что урок цели достиг, поставленные задачи выполнены.

Как тьютор я выявляю слабые места каждого ученика, слежу, как они реагируют на нагрузку, своевременно корректирую их действия, оказываю педагогическую поддержку.

Какие трудности могут возникнуть?

*Во-первых, организационные*. При подготовке к уроку необходимо обязательно согласовывать цели с учащимися;

рассчитывать время каждого этапа;

обязательно оставлять время для рефлексии.

*Во-вторых, содержательные*. Отбор заданий и упражнений должен подбираться, исходя их особенностей каждого класса, с учетом детей, которые имеют разный уровень физической подготовки, чтобы грамотно выстроить индивидуальную и групповую работу.