**ПОДГОТОВКА УЧИТЕЛЯ К УРОКУ**

Рациональная подготовка, учителя к уроку - один из важных компонентов, обеспечивающих высокую, эффек­тивность учебно-воспитательного процесса. Успешное про­ведение уроков физической культуры возможно только при условии серьезной подготовки к ним педагога. Чем он моложе, менее опытен, тем более тщательной и многогранной должна быть его подготовка. Но и высококвалифицирован­ные учителя не могут пренебрегать этим условием.

В самой подготовке можно выделить три раздела, включающие комплексы определенных действий:

1. Уточнение расписания, номера урока, темы, связи с предыдущими и последующими уроками. Формулировка задач урока, подбор основного и дополнительного материалов (упражнений, заданий, игр), определение особенностей поведения (методических приемов, оборудования, размещения), практическое уточнение (повторение) отдельных упражнений, расчет времени и построение структурной схемы урока (модели), составление плана или конспекта урока.
2. Подготовка помощников (ассистентов) из числа учащихся, проверка и подготовка мест занятий и инвента­ря.
3. Переодевание в спортивный костюм, мысленная настройка (просмотр плана урока), разминка.

Чтобы каждый урок побуждал учащихся с интересом относиться к изучаемому движению, надо организацию учебной деятельности школьников на уроке начинать с по­становки цели, которая должна быть предельно ясной, чет­кой и увлекательной. (Например, добиться правильной по­становки рук при выполнении кувырка назад).

Школьники часто остаются равнодушными к такой, например, цели; как овладение техникой движения. Для них не совсем ясен смысл этой длительной кропотливой работы. В гораздо большей степени привлекает учащихся все, что связано с "утверждением" личное. Поэтому по­становкой цели - улучшить свой результат - можно вызвать у детей интерес, следовательно, и активность, а зна­чит, и подвести учеников к сознанию истины, что овладе­ние техникой движений - необходимое условие для дости­жения высокого результата.

После определения конкретных задач урока подбирается материал сначала для основной части, а потом - для вводной и заключительной. При подборе материала определяется дозировка (количество повторений, время, затра­чиваемое на выполнение упражнений). Она имеет решающее значение и для нагрузки, и для формирования двигательных умений и навыков.

Урок физической культуры представляет собой ***единство трех сторон*** - содержательной, методической, организационной, которые в совокупности обеспечивают достижение намеченной цели.

*Содержательная* сторона определяется программой и документами планирования; *методическая* - особенностями занимающихся, материалом и педагогическим опытом учителя; *организационная* направлена на успешную реализа­цию содержательной и методической сторон и выступает в виде структуры урока, способов его построения.

Организация решения задач в ходе занятий осуществляется учителем в различном порядке: последовательно, параллельно, комплексно. Поэтому компоненты урока могут располагаться и реализоваться по-разному, в различ­ной последовательности, с разделением и без разделения класса на подгруппы, с совмещением решаемых задач.

При составлении плана по общепринятой схеме пред­ставить урок в целом, во всей его структурной сложности начинающему учителю затруднительно. Нелегко также произвести расчет и распределение времени на все этапы и микроэтапы занятия. В то же время подготовка к нему требует ясного представления об уроке в целом, то есть о структуре, будущего урока как целостной педагогической системы.

Продуманный план урока оформляется письменно. Примерная схема его: 1. Части урока и время каждой час­ти. 2. Частные задачи учебно-воспитательной работы. 3. Упражнения (перечень их). 4. Дозировка. 5. Организаци­онные и методические наметки. 6. Примечания.

Важное место в подготовке к проведению очередного урока занимает соответственно речевая и двигательная подготовка педагога, поскольку от него во многом зависит успешное руководство работой занимающихся. В связи с этим нужно проверить себя в произношении команд, в подсчете темпа движений. Проверяя себя, особое внимание обратить на образность изложения, интонацию голоса и другие речевые приемы. Совсем необязательно и даже вредно в образовательном отношении сигнализировать темп непрерывно, назойливо.

Двигательная подготовка сводится к пробному выпол­нению тех движений, действий, которые намечено демон­стрировать на уроке. Даже если учитель знает, что он хо­рошо выполняет их, все равно стоит повторить, т.к. это придаст большую уверенность, легкость, точность. К тому же повторная возможность прочувствовать свои движения полезна в методическом: плане.

Немаловажную роль в методической подготовке учи­теля играет его внешний облик. Костюм и обувь должны соответствовать условиям проведения занятий и выполняе­мым упражнениям, удовлетворять всем гигиеническим тре­бованиям и свидетельствовать о хорошем эстетическом вкусе педагога. Недопустимо смешение "предметов спортивной одежды, ношение грязной и мятой одежды. Итак, последовательность подготовки к уроку:

* правильно поставить образовательную задачу,
* подобрать основной и дополнительный материал,
* определить особенности проведения, практически уточнить,
* рассчитать время и построить структурную сетку,
* составить план или конспект урока,
* собственная речевая и двигательная подготовка

|  |
| --- |
| ***Литература*** |
| 1. Теория и методика физического воспитания: Учеб. пособие./ Под ред. Б.А. Ашмарина. – М.: Просвещение, 1990. |
| 1. Основы теории и методики физического воспитания. Учеб. пособие/ В.С. Володина – Красноярск: КГПИ, 1991. |