**Учитель физической культуры**

 **Понежукайской МБОУ СОШ №1**

 **им. Ю.К.Намитокова Намитоков А.А.**

**Современный подход к урокам физической культуры**

**Важнейшим условием,**

**повышающим работу памяти,**

 **является здоровое состояние нервов,**

**для чего необходимы физические упражнения.**

[**Ушинский К. Д.**](http://moudrost.ru/avtor/ushinskiy.html)

Основная задача современного урока физической культуры - научить каждого ученика сознательно относиться к выполнению различных физических упражнений, знать в совершенстве свой организм. Именно от этого зависит физическая деятельность каждого человека. Сможет ли он в дальнейшей жизни заниматься спортом, и станут ли эти занятия традиционными.

Физическая культура-это одна из основ здоровья. И только в школе закладывается фундамент здорового образа жизни. И только на уроках учитель может помочь ребятам избавиться от сутулых плеч, впалой груди, развивать в них силу, гибкость, быстроту и ловкость. Ученикам общеобразовательных школ необходимы полноценные уроки физической культуры, которые будут предельно оснащены современными техническими средствами. Каждому учителю необходимо использовать на своих уроках современные подходы, которые стимулируют их деятельность. Урок – это основная форма обучения детей. Есть еще одна составляющая часть физической культуры – это внеклассные занятия.

Физкультура - это не только умение метко бить ногой по мячу или быстро бегать, это сила и энергия, настроение детей, при которых и учеба легко дается и работается легче, это здоровье ребенка, которое складывается из очень многого - правильного режима дня и питания, рационального досуга и конечно занятий физической культурой и спортом.

По результатам диспансеризации, здоровых детей в школе немного. Именно поэтому мы, учителя, должны школьника сориентировать на доступный и подходящий для него результат, достижение которого должно восприниматься им как победа над собой. И обязательно при любом результате их должно ждать одобрение, подбадривание со стороны учителя.

На всех уроках нужно анализировать выполненную работу и делать самоанализ. Предлагается классу после выполнения упражнений найти совершенные ошибки, объяснить, почему что-то не получилось, что нужно сделать, чтобы не допускать подобные ошибки. Сначала учителю нужно научить детей всему этому, а затем под его контролем дети сами анализируют друг друга. Но обязательно в конце обсуждения надо сделать акцент на удачно выполненных элементах упражнения. Это помогает утвердить в сознании школьников связь между достигнутым результатом и своей активной деятельностью.

Интересы учащихся к занятиям физической культурой бывают разными. Это и стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, это и желание развивать двигательные и волевые качества. Интересы мальчиков и девочек различны: девочки чаще всего думают о красивой фигуре, гибкости, изяществе движений и походки, реже о развитии быстроты, выносливости, силы. Мальчики же хотят развить силу, выносливость, быстроту, ловкость. И здесь вступает в силу ***гендерный*** современный подход, используя который учитель может добиться определенных положительных результатов. Значимость привлекательных сторон физической культуры меняется и с возрастом. Если младшие школьники проявляют интерес к двигательной активности вообще, то подростки занимаются физическими упражнениями уже с какой-то конкретной целью, у старшеклассников на первом месте стоят мотивы, связанные с их жизненными планами, то есть с подготовкой себя к определенной профессиональной деятельности. И все эти аспекты необходимо учитывать. Умение учителя использовать ***возрастной*** подход, будет способствовать достижению успеха.

Важным требованием к современному уроку является оптимальный отбор методов, средств и форм организации обучения. В педагогике нет универсального метода или приема. Каждый метод, каждое средство и форма обучения более успешно решают одни задачи, менее успешно другие и мало способствуют решению третьих задач. Поэтому было бы опрометчиво считать одни методы важными, современными, а другие, устаревшими. Речь идёт о том, что на современном этапе развития дидактики созданы реальные возможности для того, чтобы учитель овладел процедурой выбора оптимальных сочетаний методов, средств и форм обучения. Речь идёт фактически о том, чтобы сами учителя научились проблемно подходить к своей методической работе, не просто применять стандартные указания, но и применять нетрадиционные формы в своей работе. Современный урок должен характеризоваться высоким уровнем развивающего обучения, глубокой отработкой знаний, умений и навыков, их систематическим повторением, закреплением, углублением. Но при этом необходим творческий и нестандартный подход к структуре урока. Одними из этих способов являются активные методы обучения. Например:

**АМ начала образовательного мероприятия**

**Метод «Поздоровайся локтями»**
*Цель* – Встреча друг с другом, приветствие, знакомство
Численность - весь класс.
свободно ходить по помещению.
*Проведение:*Учитель просит учеников встать в круг. Затем он предлагает им рассчитаться на первый-второй-третий и сделать следующее:
• Каждый «номер первый» складывает руки за головой так, чтобы локти были направлены в разные стороны;
• Каждый «номер второй» упирается руками в бедра так, чтобы локти также были направлены вправо и влево;
• Каждый «номер третий» нагибается вперед, кладет ладони на колени и выставляет локти в стороны.
Учитель говорит обучающимся, что на выполнение задания им дается только пять минут. За это время они должны поздороваться с как можно большим числом одноклассников, просто назвав свое имя и коснувшись друг друга локтями.
Через пять минут ученики собираются в три группы так, чтобы вместе оказались соответственно первые, вторые и третьи номера. После этого они приветствуют друг друга внутри своей группы.
*Примечание:* Эта смешная игра позволяет весело начать урок, размяться перед более серьезными упражнениями, способствует установлению контакта между учениками.

Эффективность учебного занятия во многом определяется уровнем соответствия методов и средств обучения поставленным целям и задачам. На любом этапе урока возможно использование нескольких видов АМО. При этом методы могут не просто сочетаться, но и быть неразрывно связанными друг с другом. При выборе активных методов обучения нужно руководствоваться рядом критериев, а именно:

• соответствие целям и задачам, принципам обучения;

• соответствие содержанию изучаемой темы;

• соответствие возможностям обучаемых: возрасту, психологическому развитию, уровню образования и воспитания и т. д.

• соответствие условиям и времени, отведенному на обучение;

• соответствие возможностям учителя: его опыту, желаниям, уровню профессионального мастерства, личностным качествам.

Наибольший эффект достигается при системном подходе к выбору различных методов обучения в соответствии с теми задачами, которые ставит перед собой учитель.