

ТЕМА

«Нетрадиционные формы обучения на уроках Физической культуры»

Забиров Е.Р.

К традиционным школьным занятиям принадлежат уроки изучения нового материала, закрепления знаний, умений и навыков, проверки и учёта приобретённых знаний, умений и навыков, анализа контрольных работ, обобщения и систематизации выученного, повторение темы и раздела. Наряду с этими формами обучения в последнее время широко используются и нетрадиционные или нестандартные. Это, в частности, зачёты, конкурсы, путешествия, интегрированные уроки, уроки-сказки, различные игровые уроки, соревнования, мини турниры, флешмобы, уроки с использованием технических средств, мультимедиа и т.д. Благодаря которым, ученики быстрее и лучше усваивают учебный материал.

Ориентация современной школы на гуманизацию процесса образования и разностороннее развитие личности ребёнка предполагает, в частности, необходимость гармоничного сочетания собственно учебной деятельности, в рамках которой формируются базовые знания, умения и навыки, с деятельностью творческой, связанной с развитием индивидуальных задатков учащихся, их познавательной активности, способности самостоятельно решать нестандартные задачи и т.п. Активное введение в традиционный учебный процесс разнообразных развивающих занятий, специфически направленных на развитие личностно-мотивационной и аналитико-синтетической сфер ребёнка, является в этой связи одной из важных задач педагогического коллектива.

Введение в школьную программу нетрадиционных методов преподавания имеет цель расширить учебный процесс и, не отрываясь от проблем обучения и воспитания, развить личностные качества ребёнка. Проблема развивающего обучения сегодня настолько актуальна, что нет, пожалуй, ни одного учителя, который не задумывался бы над ней.

Развивающее обучение - особый вид нетрадиционного обучения, характеризующийся специфическим подходом к определению и реализации целей, его содержания, технологии взаимодействия участников учебного процесса, к которым относятся нестандартные уроки.

Нестандартный урок – это интересная, необычная форма предоставления материала на занятии. Она призвана наряду с целями и задачами стандартных уроков, развить у учащегося интерес к самообучению, творчеству, умение в нестандартной форме систематизировать материал, оригинально мыслить и самовыражаться. На таких занятиях учащиеся не просто развиваются, а пытаются донести с помощью ярких и запоминающихся презентаций и другого вместе с учителем основной материал урока. Таким образом, они принимают активное участие в ходе урока.

Многообразие типов нестандартных уроков позволяет использовать их на всех ступенях образования детей и на разных предметах. А внедрение новых технологий в учебный процесс – компьютеризация школ, оснащение школ проекторами – позволяет придумывать новые нестандартные уроки.

При проведении занятий я избегаю штампов и стандарта, использую элементы нового, которые оживляют занятия. Например, строю учащихся по диагонали или с направляющим на левом фланге, а также в две шеренги или на новом месте.

Общеразвивающие упражнения на месте ученики выполняют неохотно. Поэтому нужно проводить разминку в движении, с различными предметами, в парах, под музыку и использовать элементы самомассажа.

При проведении основной части урока рекомендуется использовать на младшей и средней ступенях обучения различные игровые методы. Один из них - это интегрированные игры, представляющие собой совокупность творческих (знаний) занятий и действий, направленных к единому педагогическому результату. Особенности таких игр в том, что используемые в них конкурсы, викторины, загадки, соревнования, различные

тексты были подобраны и составлены таким образом, чтобы они содействовали воспитанию патриотизма, чувства товарищества, долга, благородства, правил здорового образа жизни, основ безопасности жизнедеятельности, этикета. Так же интересны для ребят сюжетно-ролевые игры, которые развивают их творческие способности и воображение.

Для учащихся старшей ступени более интересны метод круговой тренировки, соревновательный метод и мини турниры.

Очень интересны и полезны для ребят интегрированные уроки. Например, физическая культура и ОБЗР. Это урок-поход, в котором сочетаются элементы туризма и физической подготовки. Или физическая культура и математика, где при проведении эстафет даются задания на решение примеров и задач и т.д.

К нетрадиционным формам проведения занятий можно отнести использование на уроках элементов восточных единоборств, нетрадиционной гимнастики, йоги, борьбы, шейпинга, спортивной аэробики, спортивных танцев, флешмоба.

Танцевальная аэробика для девушек старших классов сможет обеспечить в большей мере реализацию принципов личностно ориентированной педагогики, ибо они содействуют самосовершенствованию и самореализации личности девушек-старшекласниц.

Ритмическая гимнастика, или аэробика, - это одна разновидность гимнастики. Это сложнокоординированный, эстетический вид спорта, который включает в себя органическое соединение спорта и искусства, творческий компонент и фактор новизны, единство движений и музыки.

Аэробика является доступным, высокоэффективным эмоциональным видом спорта и видом оздоровительной физической культуры. Кроме этого, она способствует повышению физической работоспособности, создает ощущение физического и психического расслабления, развивает чувство ритма и темпа, грациозность, элегантность и дает занимающимся возможность чувствовать себя увереннее и сильнее, а чувство

удовлетворенности повышает интерес к занятиям, благодаря чему волевые усилия не ослабевают, а укрепляются.

Сегодня считаются очень модными системами и популярными такие ее виды: фанк-аэробика и хип-хоп (танцевальная аэробика в стиле негритянских и бразильских танцев); слайд (аэробика, основанная на скользящем шаге); степ-аэробика (аэробика на специальной платформе); тай-бо и ки-бо (аэробика с элементами восточных единоборств); аква-аэробика (аэробика в воде); фитбол-аэробика (аэробика на больших специальных шарах), сайклинг (аэробика на велосипедах); пилатес (направление балетной гимнастики, в основе которой лежит постулат осознанности движения); капоэйра (бразильское национальное боевое искусство, сочетающее в себе элементы танца, акробатики, игры, и сопровождающееся национальной бразильской музыкой; и т.д. Количество новых видов аэробики растет с каждым годом (например: кор-аэробика, А-бокс, пилатес, боди-балет, силовой тренинг, тер-аэробика).

Нетрадиционные формы уроков надо ввести в систему и тогда полезность их будет видна, случайно проведенные уроки не дадут полной отдачи. Надо экспериментировать, больше давать детям самостоятельности, это помогает им преодолеть страх при выполнении сложных физических упражнений, даже тех, которые они часто, не могут сделать по заданию учителя. Такие уроки не только позволяют ученикам быстрее и лучше усваивать учебный материал, но содействует развитию психофизических способностей, двигательных умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребенка и прививает им любовь к систематическим занятиям физкультурой и спортом.