

УРОК ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ – ОСНОВНАЯ ФОРМА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. Представлено обоснование значимости урока физической культуры в системе школьного образования.

Ключевые слова: урок физической культуры, физическое воспитание, школа, учитель.

В общеобразовательной школе урок является основной, а также наиболее эффективной и экономной формой организации систематических занятий по физической культуре.

Неурочные формы не имеют таких признаков, которыми характеризуется урок физической культуры, хотя и превосходят в некотором плане урочную форму, однако они играют вспомогательную роль и служат дополнением к урокам как:

- обязательность для всех учащихся, допущенных к занятиям физической культурой;
- относительно постоянный состав занимающихся и их возрастная однородность;
- роль руководителя принадлежит учителю физической культуры, которая направлена на преподавание учебного материала и воспитание учащихся;
- цель, задачи и содержание уроков физической культуры определяется Государственным стандартом и разработанной на его основе государственной программой;
- содержание уроков по большей части определяет содержание других форм физического воспитания;
- достаточно четко выраженная дидактическая направленность, которая объясняется приоритетным решением образовательных задач.

Образовательная направленность как нельзя ярко выражает урок физической культуры и вообще всю урочную систему, в противном случае урок уже не остается уроком, а превращается из основной в рядовую

или вспомогательную форму. Основной целью и направленности преподавания уроков по физической культуре является обеспечение общего физкультурного образования в сочетании с всесторонним воспитанием физических качеств, развитием двигательных действий, содействием в укреплении здоровья, совершенствовании телосложения.

В соответствии с этой целью, урок по физической культуре является учебным предметом, который необходим в общеобразовательной школе для формирования специальных знаний и навыков по использованию средств физической культуры для обеспечения наиболее оптимальной жизнедеятельности организма, физического и духовного самосовершенствования. Главным содержанием процесса преподавания учебного предмета «физическая культура» - это возможность получать информацию, которая будет способствовать школьникам в:

- осознании жизненной необходимости приобретения двигательных умений и навыков, целенаправленного развития физических качеств;
- овладению способами творческого применения двигательных умений и навыков в своей повседневной жизни;
- изучении особенностей и возможностей собственного тела и организма;
- умении самостоятельно составлять программы физического самосовершенствования.

Достаточно распространенным и ошибочным мнением является, что уроки физической культуры играют роль основной формы только тогда, если на них в полной мере решаются все основные задачи физического воспитания и, в первую очередь такие, как качественное формирование двигательных умений и навыков, а также достижение высокого уровня развития физических качеств, потому что в виду недостаточности количества уроков и их малой продолжительности не предоставляется возможным полноценно осуществить решение задач физического воспитания. Даже на достаточно высоком методическом уровне проведения урока физической культуры нельзя добиться высокого уровня тренировочного эффекта, а длительные промежутки между уроками сводят приобретенный тренировочный эффект практически к нулю. Даже при каждодневных уроках физической культуры полноценного и качественного решения всех основных задач физического воспитания все равно невозможно было бы достичь.

Каждый урок должен содержать инструктивно-методическую направленность и проводиться в форме учебной практики. На таких уроках ученики должны осваивать доступные и необходимые в прикладном значении знания из методики тренировки, методики освоения различных упражнений, методики развития основных физических качеств. На этих уроках школьники должны помимо усвоения методических знаний, пытаться использовать эти знания на практике, например, при составлении и опробовании комплексов упражнений по развитию физических качеств, или комплексов подводящих упражнений по освоению техники какого-либо двигательного действия.

Чтобы эффективно добиться решения задач образовательной направленности необходимо способствовать организации и реализации межпредметных взаимосвязей с другими предметами учебного плана общеобразовательной школы. Необходимость таких взаимосвязей можно объяснить систематическими занятиями физическими упражнениями, которые довольно эффективно способствуют благоприятному функционированию всех физиологических систем организма, способствуют тем самым не только высокой физической, но и высокой умственной работоспособности, содействуют наиболее благоприятному совершенствованию психических качеств: памяти, внимания, ощущения, восприятия. В то же время, такие дисциплины учебного плана общеобразовательной школы, как биология, физика, химия, история, могут достаточно эффективно содействовать освоению специальных знаний в области физической культуры.

Сухогузова А. К.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Россия

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ОБЛАСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация. Основой повышения эффективности обязательных программ физической культуры по развитию и поддержанию физического здоровья детей является использование разных новейших инновационных технологий, позволяющие сделать свободный выбор у занимаю-