|  |
| --- |
| МБОУ гимназия №7 |
| Какие условия необходимо создавать на уроке и во внеурочное время для развития мотивации успеха к учебно-познавательной деятельности |
| Меркушева Светлана Геннадьевна |

|  |
| --- |
| 15.11.2015 |

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности по Ю.К. Бабанскому

- словесные методы, наглядные и практические методы (аспект передачи и восприятия учебной информации);

- индуктивные и дедуктивные методы (логический аспект);

- репродуктивные и проблемно-поисковые методы (аспект мышления);

- методы самостоятельной работы и работы под руководством преподавателя (аспект управления учением).

Для того чтобы сформулировать активизацию учебной деятельности учащихся, используется весь арсенал методов организации и осуществления учебной деятельности - словесные, наглядные и практические методы, репродуктивные и поисковые методы, индуктивные и дедуктивные методы, а также методы самостоятельной работы.

Каждый из методов организации учебно-познавательной деятельности обладает не только информативно обучающим, но и мотивационным воздействием. В этом смысле можно говорить о стимулирующе-мотивационной функции любого метода обучения. Однако опытом работы учителей и наукой накоплен большой арсенал методов, которые специально направлены на формирование положительных мотивов учения, они стимулируют познавательную активность, одновременно содействуя обогащению школьников учебной информацией. Функция стимулирования в этом случае как бы выходит на первый план, содействуя осуществлению образовательной функции всех других методов.

Основным источником интересов к самой учебной деятельности является, прежде всего, ее содержание. Для того чтобы содержание оказало особенно сильное стимулирующее влияние, оно должно отвечать целому ряду требований, сформулированных в принципах обучения (научность, связь с жизнью, систематичность и последовательность, и так далее). Однако имеются некоторые специальные приемы. К ним в первую очередь можно отнести создание ситуации новизны, актуальности, приближения содержания к самым важным открытиям в науке, технике, к достижениям современной культуры, искусства, литературы. С этой целью учителя подбирают специальные приемы, факты, иллюстрации, которые в данный момент вызывают особый интерес у всей общественности страны. В этом случае ученики значительно ярче и глубже осознают важность, значимость изучаемых вопросов и от того относятся к ним с большим интересом.

Но деятельность не может протекать успешно, если при этом не используются методы стимулирования, контроля, самоконтроля и самооценки. Особенность методов обучения заключается, прежде всего, в формировании знаний, умений и навыков учебно-познавательной деятельности учащихся Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности, исходя из двух больших групп мотивов, можно подразделить на методы стимулирования и мотивации интереса к учению и методы стимулирования и мотивации долга и ответственности в учении.

Методы контроля и самоконтроля в процессе обучения можно подразделить на составляющие их подгруппы, исходя из основных источников обратной связи во время учебного процесса - устных, письменных и лабораторных - практических.

Предлагаемая классификация методов обучения является относительно целостной потому, что она учитывает все основные структурные элементы деятельности (ее организацию, стимулирование и контроль). В ней целостно представлены такие аспекты познавательной деятельности, как восприятие, осмысление и практическое применение, учтены все основные функции и стороны методов, выявленные к данному периоду педагогической наукой. Но эта классификация не просто механически соединяет известные подходы, а рассматривает их во взаимосвязи и единстве, при условии оптимального сочетания. Наконец, предлагаемый поход к классификации методов не исключает возможности дополнения его частными методами, возникающими в ходе совершенствования обучения в современной школьников.

Метод обучения - это форма теоретического и практического освоения учебного материала, исходящего из задач образования, воспитания и развития личности учащихся. Это глубокое положение определяет методологический подход и исходные теоретические основания к проблеме методов обучения .

Таким образом, разработка данной проблемы привлекла внимание многих ученых педагогов и психологов.

Разнообразные исследования структуры деятельности человека неизменно подчеркивают необходимость наличия в ней компонента мотивации. Любая деятельность протекает более эффективно и дает качественные результаты, если при этом у личности имеются сильные, яркие, глубокие мотивы, вызывающие желание действовать активно, с полной отдачей сил, преодолевать неизбежные затруднения, неблагоприятные условия и другие обстоятельства, настойчиво продвигаясь к намеченной цели. Все это имеет прямое отношение и к учебной деятельности, которая идет более успешно, если у учеников сформировано положительное отношение к учению, если у них есть познавательный интерес, потребность в получении знаний, умений и навыков, если у них воспитаны чувства долга, ответственности и другие мотивы учения .

Для того чтобы сформулировать такие мотивы учебной деятельности, используется весь арсенал методов организации и осуществления учебной деятельности — словесные, наглядные и практические методы, репродуктивные и поисковые методы, индуктивные и дедуктивные методы, а также методы самостоятельной учебной работы .

Таким образом, каждый из методов организации учебно-познавательной деятельности в то же время обладает не только информативно-обучающим, но и мотивационным воздействием. В этом смысле можно говорить о стимулирующе-мотивационной функции любого метода обучения. Однако опытом работы учителей и наукой накоплен большой арсенал методов, которые специально направлены на формирование положительных мотивов учения, стимулируют познавательную активность, одновременно содействуя обогащению школьников учебной информацией. Функция стимулирования в этом случае как бы выходит на первый план, содействуя осуществлению образовательной функции всех других методов .

Как отмечалось выше, группу методов стимулирования и мотивации учения можно условно подразделить на две большие подгруппы. В первой из них представить методы формирования познавательных интересов у учащихся. Во второй — методы, преимущественно направленные на формирование чувства долга и ответственности в учении. Охарактеризуем подробнее каждую из этих подгрупп методов стимулирования и мотивации учения школьников.

*Методы формирования познавательного интереса*

Специальные исследования, посвященные проблеме формирования познавательного интереса, показывают, что интерес во всех его видах и на всех этапах развития характеризуется по крайней мере тремя обязательными моментами:

1) положительной эмоцией по отношению к деятельности;

2) наличием познавательной стороны этой эмоции;

3) наличием непосредственного мотива, идущего от самой деятельности.

Отсюда следует, что в процессе обучения важно обеспечивать возникновение положительных эмоций по отношению к учебной деятельности, к ее содержанию, формам и методам осуществления. Эмоциональное состояние всегда связано с переживанием душевного волнения: отклика, сочувствия, радости, гнева, удивления. Именно поэтому к процессам внимания, запоминания, осмысливания в таком состоянии подключаются глубокие внутренние переживания личности, которые делают эти процессы интенсивно протекающими и оттого более эффективными в смысле достигаемых целей .

Одним из приемов, входящих в метод эмоционального стимулирования учения, можно назвать прием создания на уроке ситуаций занимательности — введение в учебный процесс занимательных примеров, опытов, парадоксальных фактов. Подбор таких занимательных фактов вызывает неизменный отклик у учеников. Часто школьникам самим поручается подбирать такие примеры. В роли приема, входящего в методы формирования интереса к учению, выступают и занимательные аналогии. Эмоциональные переживания вызывают путем применения приема удивления. Одним из приемов стимулирования является сопоставление научных и житейских толкований отдельных природных явлений .

Для создания эмоциональных ситуаций в ходе уроков большое значение имеет художественность, яркость, эмоциональность речи учителя. Без всего этого речь учителя, конечно, остается информативно полезной, но она не реализует в должной мере функцию стимулирования учебно-познавательной деятельности учеников. В этом, между прочим, еще раз проявляется отличие методов организации познавательной деятельности от методов ее стимулирования .

Во всех приведенных выше примерах мы показали, как входящие в методы формирования интереса приемы художественности, образности, яркости, занимательности, удивления, нравственного переживания вызывают эмоциональную приподнятость, которая в свою очередь возбуждает положительное отношение к учебной деятельности и служит первым шагом на пути к формированию познавательного интереса. Вместе с тем, среди основных моментов, характеризующих интерес, было подчеркнуто не просто возбуждение эмоциональности, но наличие у этих эмоций собственно показательной стороны, которая проявляется в радости познания.

Основным источником интересов к самой учебной деятельности является, прежде всего, ее содержание. Для того чтобы содержание оказало особенно особенно сильное стимулирующее влияние, оно должно отвечать целому ряду требований, сформулированных в принципах обучения (научность, связь с жизнью, систематичность и последовательность, комплексное образовательное, воспитывающее и развивающее влияние и т. д.) Однако имеются и некоторые специальные приемы, направленные на повышение стимулирующего влияния содержания обучения. К ним, в первую очередь, можно отнести создание ситуации новизны, актуальности, приближения содержания к самым важным открытиям в науке, технике, к достижениям современной культуры, искусства, литературы, к явлениям общественно-политической внутренней и международной жизни. С этой целью учителя подбирают специальные примеры, факты, иллюстрации, которые в данный момент вызывают особый интерес у всей общественности страны, публикуются в печати, сообщаются по телевидению и радио. В этом случае ученики значительно ярче и глубже осознают важность, значимость изучаемых вопросов и оттого относятся к ним с большим интересом .

Ценным методом стимулирования интереса к учению можно назвать метод познавательных игр, который опирается на создание в учебном процессе игровых ситуаций. Игра давно уже используется как средство возбуждения интереса к учению. Например, это подвижные игры, элементы спортивных игр. Их популярность у учеников общеизвестна.

К методам стимулирования и мотивации учения мы относим также метод создания ситуаций познавательного спора. Известно, что в споре рождается истина. Но спор вызывает и повышенный интерес к теме. Некоторые учителя умело используют этот метод активизации учения. Включение учеников в ситуации научных споров не только углубляет их знания по соответствующим вопросам, но и невольно приковывает их внимание к теме, а на этой основе вызывает новый прилив интереса к учению

Однако ситуации спора, учебные дискуссии учителя создают и в момент изучения обычных учебных вопросов на любом уроке. И если такой прием вызывает спор, то ученики невольно распределяются на сторонников и противников того или иного объяснения и с интересом ждут аргументированного заключения учителя. Так учебный спор выступает в роли метода стимулирования интереса к учению.

В качестве приема стимулирования учения в ряде школ используется анализ жизненных ситуаций. Например, на уроках истории и обществоведения при изучении многих тем учителя стремятся подвести учеников к анализу того, как социальный прогресс в нашей стране отразился на жизни родного района, города, каждой семьи. Этот метод обучения непосредственно стимулирует учение за счет максимально возможной конкретизации знаний .

Одним из действенных приемов стимулирования интереса к учению является создание в учебном процессе ситуаций успеха у школьников, испытывающих определенные затруднения в учебе. Известно, что без переживания радости успеха невозможно по-настоящему рассчитывать на дальнейшие успехи в преодолении учебных затруднений. Вот почему опытные учителя так подбирают для учеников задания, чтобы те из них, которые нуждаются в стимулировании, получили бы на соответствующем этапе доступное для них задание, а затем уже переходили бы к выполнению более сложных упражнений. Например, с этой целью используются специальные сдвоенные задания, одно из которых вполне доступно для ученика и создает базу для последующих усилий по решению более сложной задачи. Ситуации успеха создаются и путем дифференциации помощи школьникам в выполнении учебных заданий одной и той же сложности. Ситуации успеха организуются учителем и путем поощрения промежуточных действий школьников, т. е. путем специального подбадривания его на новые усилия. Важную роль в создании ситуации успеха играет обеспечение благоприятной морально-психологической атмосферы в ходе выполнения тех или иных учебных заданий. Благоприятный микроклимат во время учебы снижает чувство неуверенности, боязни. Состояние тревожности при этом сменяется состоянием уверенности . Таким образом, каждый из методов организации учебно-познавательной деятельности в то же самое время обладает не только информативно-обучающими, но и мотивационными воздействиями. В этом смысле можно говорить о мотивационной функции любого метода обучения. Педагогикой накоплен большой арсенал методов, которые специально направлены на формирование положительных мотивов учения, стимулируют познавательную активность, одновременно содействуя обогащению школьников учебной информацией. Функция стимулирования в этом случае как бы выходит на первый план, содействуя осуществлению образовательной функции всех других методов обучения. Для проблемы методов стимулирования и мотивации учения очень важно то, что психологи единодушны в выделении двух основных групп мотивов учения: мотивов познавательного интереса и мотивов общественного плана, которые можно кратко и более конкретно обозначить как мотивы общественного долга и ответственности. Причем мотивы долга и ответственности касаются не только широкого общественного плана - долг перед Родиной, но и ответственности перед коллективом, учителями, родителями и перед самим собой, стремления получить их оценку, одобрение, желание занять должное место в учебном коллективе класса. В педагогике и методиках преподавания давно уже сформировалось мнение, что при подходе к изучению темы надо специально поработать над тем, чтобы вызвать у учеников интерес к ее изучению. В свое время активно применялись для этого термины «интригующее начало урока», «эмоциональная завязка урока», «активизация внимания к новой теме» и т.п.

Многие учителя и теперь не упускают возможности тщательно продумать начало урока, чтобы оно захватило учащихся своей необычностью, яркостью, удивительностью, которая позволяет затем удачно организовать изучение нового материала. Для этого необходимо активно формировать у всех учителей умение применять самые разнообразные методы стимулирования и мотивации учения

Большая часть информации, получаемой с помощью анкетирования и личностных тестов, при условии ее правильной интерпретации может принести ощутимую пользу, прежде всего, самому учителю физической культуры. Например, у учителя могут возникнуть трудности в работе сучащимися, у которых наряду с выраженной самостоятельностью и высокой самоуверенностью обнаруживается недостаточная самокритичность. Такие школьники не всегда прислушиваются к советам учителя. Своевременная информация о таких детях, получаемая с помощью личностных тестов, может помочь предупредить появление межличностных конфликтов, помочь взаимодействию учителя с учеником и наладить положительную атмосферу в коллективе класса.

Общеизвестно, что занятия физической культурой положительно влияют на формирование и развитие личности учащихся. Отмечается, что участие в спортивных эстафетах, подвижных играх способствует воспитанию упорства, ценных моральных и волевых качеств, мужественности и т. п.

Для учащегося наших классов характерны своеобразные личностные особенности. Они, в общем, обладают достаточно высоким интеллектом, экстравертированны, эмоционально устойчивы, проявляют достаточную твердость характера. Естественно, что встречаются и некоторые исключения.

В общей сложности можно выделить несколько черт, наиболее часто встречающихся у школьников. К ним относятся высокий уровень агрессивности (который почти все время находится под контролем у спортсмена высокого класса), высокий уровень мотивации достижения. К серьезным источникам большинство учащихся обращаются очень редко, долговременных задач не ставят и только изредка способны жертвовать развлечениями при необходимости продолжительное время заниматься интеллектуальной деятельностью, а вот неинтересную интеллектуальную работу все всегда делают столько, сколько нужно (иначе они получать плохую отметку). Узнав отношение учащихся к занятиям физической культурой, педагоги планируют улучшить программу школьных уроков физической культуры, сделать их более интересными и полезными

Игра давно уже используется как средство возбуждения интересов к учению. В практике работы учителей по физической культуре используются подвижные и спортивные игры.

**ПЛАН – КОНСПЕКТ № 1**

**урока по физической культуре на тему:**

**«Баскетбол: основы знаний»**

ЗАДАЧИ:

1. Совершенствование техники владения мячом (ведение и остановка мяча, удар по мячу)
2. Обучение ловле и передаче мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении.
3. Учебная игра «Баскетбол».
4. Повышение мотивации к занятиям физической культурой.

Место занятия: спортзал

Инвентарь: баскетбольные мячи - 10 шт., свисток.

Организационные моменты:

* + проверить состояние места занятий;
	+ проверить готовность учащихся к занятиям;
	+ мотивация.

**Ход учебно-тренировочного занятия:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Дозировка | ОМУ |
| п/п |  |  |  |
| 1. | **Подготовительная часть** | **10-12 мин** |  |
|  | 1 .Построение, приветствие | 1-2 мин. | Обратить внимание на форму учащихся и четкость построения |
|  | Сообщение задач урока |  |
|  | Повороты на месте |  |
|  | Ходьба: | По 0,5 круга | Следить за осанкой, равномерным дыханием |
|  | 1. обычная |  |
|  | 2.на носках, руки вверх |  |
|  | З.на пятках, руки за голову4. спортивнаяБег: |  |
|  | 1. приставными шагами правым, | 2 мин. | Дыхание равномерное. Дистанция 2 шага |
|  |  левым боком руки на поясе 2.передвижение в защитной стойке |  |
|  | 3.вперед спиной |  | Смотрят через правое плечо |
|  | Специальные прыжковые упражнения1 .прыжки на правой ноге2.прыжки на левой ноге3.прыжки в шаге4.прыжки в парах на одной ноге5.прыжки в парах в глубоком приседе**Перестроение в колонну по два. Общеразвивающие упражнения с мячом:** | 1-2 мин. |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 1.И.п.-о.с. мяч в опущенных руках**Счет**1.сгибание рук в локтях, касаясьмячом груди2.то же с разгибанием рук вверхЗ.мяч к груди4.и. п. | 8-10 раз | Руки прямые |
|  | 2.И.П.- мяч в опущенных руках**Счет**1 .подбрасывание мяча вверх2.ловля мяча прямыми руками3-4 то жеЗ.И.п. - стоя, руки в сторону, мяч  | 8-10 раз | Слушать счет |
|  | **Счет**1 .сводить руки на уровне плеч2.перекладывание мяча из одной рукив другую3-4 то же | 8-10 раз | Голову не опускать |
|  | 4.И.п.- мяч в правой руке | 8-10 раз | Слушать счет, мячом не касаться тела |
|  | **Счет**1 -2 передача мяча из одной руки в другую за спиной и перед собой не касаясь им тела 3-4 то же в другую сторону |  |  |
|  | 5.И.п. - мяч вверху | 5-6 раз | Ноги в коленном суставе не сгибать |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 6.И.п.- о.с. держим мяч на уровнегруди**Счёт**1 .приседание, мяч вперед2.И.п.3.приседание, мяч вверх4.И.п. | 5-6 раз | Спина прямая |
|  | 7. И.п.- мяч за головой**Счет**1 .мяч вверх ,ноги врозь2.И.п.3 .то же | 7-8 раз | Руки прямые |
| 2. | **Основная часть** | 28-30 мин. |  |
|  | **1.Совершенствование ведения мяча** | 5-6 мин. |  |
|  | 1.ведение мяча на месте правой и левой рукой | 1-2 мин. | Мяч справа и с боку |
|  | 2.ведение мяча шагом и бегом правой и левой рукой  | 1-2 мин. | Мяч контрольный |
|  | 3.ведение мяча с обводкой | 1-2 мин. | Смотреть вперед |
|  | **2.Совершенствование ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении** | 10-11 мин. |  |
|  | 1 . ведение мяча, передача партнеру, который после ведения возвращает его игроку | 5-6 мин. | Ведение мяча выполнять в среднем темпе |
|  | **3.Совершенствование броска одной и двумя руками с места и в движении**1 .выполнение броска по кольцу на месте2.выполнение броска по кольцу вдвижении**4.Учебная игра «Баскетбол»** | 5-6 мин.2-3 мин.2-3 мин. 8-10 мин | Кисть работает до концаОстановка шагом или прыжком1 переход по 5 мин |
| **3.** | **Заключительная часть** | 5-6 мин. |  |
|  | 1 .Теоретическое задание по билетам2.Итог урока3 .Домашнее задание | 2-3 мин.1 -2 мин. 1 мин. | Отвечать полным ответом Оценки за урокСгибание и разгибание рук в упоре лежа |

Следующим приемом, водящих в метод эмоционального стимулирования учения и введенным в учебное занятие, стал прием создания на уроке ситуаций занимательности.

**ПЛАН – КОНСПЕКТ № 2**

**урока физической культуры на тему:**

**«Олимпийские игры»**

ЗАДАЧИ:

1. Знакомство с историей Олимпийских игр.
2. Выявление сильнейших спортсменов в классе.
3. Повышение мотивации к занятиям физической культурой и воспитание спортивного этикета.

Место занятия: спортзал МБОУ гимназия№7

Инвентарь: маты гимнастические, канат, перекладина, секундомер, рулетка.

Организационные моменты:

- проверить состояние места занятий;

- проверить готовность учащихся к занятиям;

- мотивация.

**Ход учебно-тренировочного занятия:**

I. Теоретическая часть

*Зарождение Олимпийских игр*

Первые Олимпийские игры проводились в 776 году до н.э. в Олимпии – Греция. На первых 13-ти играх состязались только в стадиодроме – беге на один стадий. В 724 году до н.э. добавился диаулос (двойной бег на дистанцию 384,54 метра). В 720 году до н.э. появился пентатлон – пятиборье (бег, прыжки в длину, метание диска и копья, борьба). Участвовать в Олимпийских играх могли только свободные греки мужского пола. Олимпийские игры проводились до394 года н.э. пока Грецию не покорил Рим, и император Рима Феодосий объявил игры “нечестивыми” и запретил их проведение.

В XIX веке французский общественный деятель барон Пьер де Кубертен выступил с предложением возобновить Олимпийские игры, и 23июня 1894 года Учредительный конгресс сторонников олимпизма принял решение о проведении игр.

Первые Олимпийские игры современности проводились на их Родине – в Греции в Афинах в 1896 году.

*Традиции Олимпийских игр*

Олимпийский огонь зажигают греческие жрицы на горе богов Олимпе от увеличительного стекла. Игры проводятся раз в четыре года.

*Олимпийская символика*

Белый флаг – флаг мира (на время проведения игр в древности прекращались все войны).

Олимпийские пять колец – символ единства пяти континентов (голубое – Европа, жёлтое – Азия, чёрное – Африка, зелёное – Австралия, красное – Америки).

Олимпийский девиз: "Быстрее, выше, сильнее".

Олимпийский принцип: "Главное не победа, а участие".

Царская Россия впервые приняла участие в Олимпийских играх в 1900 году, в команде было четыре человека.

Первым Олимпийским чемпионом России в 1904 году стал фигурист Н.Н. Панин-Коломенский.

За время проведения Олимпийских игр на территории СССР они проводились один раз в 1980 году в Москве.

Россия претендует на проведение зимних Олимпийских игр в 2014 году в городе Сочи.

ІІ. Практическая часть

***Малые олимпийские игры***

 Программа:

Мальчики

Сгибание, разгибание рук в упоре лежа (раз).

Поднимание гири (раз).

Прыжок в длину с места (см).

Лазание по канату (см).

Подтягивание из виса “стоя” (раз).

 Девочки

Поднимание туловища из положения лежа на спине за 30сек. (раз).

Приседание (раз) за 30сек.

Наклон из положения сидя (см).

Подтягивание на низкой перекладине из виса “лежа” (раз).

Прыжок в длину (см).

Одним из действенных приемов стимулирования интереса к учению является создание в учебном процессе ситуаций успеха у школьников, испытывающих определенные затруднения в учебе. Известно, что без переживания радости успеха невозможно по- настоящему рассчитывать на дальнейшие успехи в преодолении учебных затруднений. Ситуации успеха мы создали в виде командного соревнования, где обидный промах более слабого учащегося могут исправить следующие участники, что обеспечивает благоприятную моральную психологическую атмосферу в ходе выполнения заданий.

**ПЛАН – КОНСПЕКТ № 3**

**урока физической культуры на тему:**

**«Соревнования на «Планете обезьян»**

ЗАДАЧИ:

1. Совершенствование техники бега, прыжков и метаний.
2. Обучить командному взаимодействию при выполнении заданий, чувству товарищества и поддержки.
3. Воспитание ловкости, быстроты, силы, выносливости, гибкости, меткости
4. Повышение мотивации к занятиям физической культурой и воспитание спортивного этикета.

Место занятия: спортзал МБОУ гимназия№7

Инвентарь: 1 часы - хронометр; 1 мат; 1 скакалка; 1 набивной мяч; 4 призмы-маркеры; 6 палок – слалом; 1 кольцо-палочка; 1 рулетка

Организационные моменты:

- проверить состояние места занятий;

- проверить готовность учащихся к занятиям;

- мотивация

**Ход учебно-тренировочного занятия:**

I. Теоретическая часть

Дорогие ребята! Сегодня урок физической культуры отменяется, но вы не должны расстраиваться. Вместо занятия мы будем готовиться к длительному космическому путешествию с посадкой на малоизученную планету под загадочным названием “Планета обезьян”. Полететь смогут только те, кто справится с заданиями, которые я вам сегодня дам. Предпочтение отдается самым смелым, ловким, сильным, выносливым и быстрым. Так как на неизвестной планете нас могут поджидать всевозможные неожиданности, то к ним мы должны быть готовы. Сегодня вы стажеры-пилоты, а я ваш командор. Весь класс разделится на шесть групп, в каждой команде свой командир, которого вы вправе выбрать сами. На это я вам дается 15 секунд.

На каждом контрольном пункте, которые вы должны пройти за 30 минут имеются задания, которые вы должны внимательно прочитать и выполнять в соответствии с требованиями.

Перед тем как вы преступите к выполнению заданий, необходимо провести хорошую разминку. Каждая группа проводит ее самостоятельно, вам на это выделяется 8 минут (3 минуты - ходьба и бег, 5 минут - ОРУ на все группы мышц).

С заданием “разминка”, вы справились. Теперь команды отправляются на свои первые контрольные пункты, которые вы выберете по жеребьевке (проводится жеребьевка).

II. Практическая часть.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Дозировка | ОМУ |
| I часть10-12 мин.Подго-тови-тель-ная | 1. Построение, сообщение задач урока: 1. Ходьба:

 - на полупальцах, на пятках; - в приседе; - на внешней стороне стопы; - на внутренней стороне стопы1. Бег:

 - противоходом; - приставными шагами; - с высоким подниманием бедра; - захлестывающий бег Перестроение в две колонны1. ОРУ в парах
 | 1 мин.2 мин.2 мин.5-7 мин. | Построение по боковой линии волейбольной площадки. Сообщить задачи урокаХодьба в обход зала. Руки на поясе. Следить за осанкой, дыханиемОбратить внимание на постановку стоп, работу рук, следить за осанкой и дыханием, поддерживать единый темп движенияСледить за правильностью выполнения заданий |
| II часть25-30 мин.Основ-ная | Деление класса на шесть команд для подготовки к космическому путешествию.Объяснение заданий.Получение задания капитанами команды.Переход на контрольные пункты1 задание: Бег по дистанции 30 метров с преодолением препятствий, поочередно каждым членом команды до сигнала командора.2 задание: Прыжки со скакалкой поочередно по 20-30 прыжков всеми участниками команды до сигнала командора3 задание: Прыжки вперед в приседе поочередно всеми членами команды до сигнала командора 4 задание: Прыжки на двух ногах в разном направлении поочередности до сигнала командора5 задание: Бег вверх и вниз по лестнице поочередности до сигнала командора 6 задание: Метание набивного мяча из положения “ стоя на коленях”  | 3 мин.1 мин.1 мин.1 мин.3 мин.3 мин.3 мин.3 мин.3 мин.3 мин. | 1 команда – “Красные”;2 команда – “Синие”; 3 команда – “Белые”;4 команда – “Оранжевые”;5 команда – “Желты”;6 команда – “Зеленые”Составить команды равные по физическому развитию.Карточки получают капитаны команд и обсуждают с командами.Следить за правильностью выполнения заданий.Задания выполняются в соответствии с требованиями в карточках. |
| III часть5 мин.Заклю-чите-льная | Восстановление организма к предстоящей учебной деятельности. Построение. Подведение итогов урока.Объяснение домашнего задания | 4-5 мин. | Подвести итоги урока, объявить оценки за работу. Отметить наиболее активных учащихся. |

**Описание заданий.**

*№ 1 “Бег 30 метров с преодолением препятствий”*

Комбинация челночного бега, состоящая из дистанций спринта и “слалома”.

Первый участник команды, получив эстафетную палочку - кольцо, начинает бег по дистанции после сигнала командора.

Первое препятствие – “мат”, на котором он должен сделать кувырок вперед.

Второе – бег между палками для слалома.

Третье – перепрыгивание через призмы-маркеры.

Мягкое кольцо-палочка находится у участника в левой руке, и ее каждый раз передают в левую руку принимающего бегуна.

Результат определяет количество участников прошедших дистанцию. Каждый участник дает команде 1 очко.

Инвентарь: 1мат; 4 призмы-маркеры; 6 палок – слалом; кольцо-палочка.



*№ 2 “Прыжки со скакалкой”*

Участник занимает положение, при котором ноги параллельны в стартовой позиции, скакалку он держит двумя руками за спиной. По команде скакалка выносится вперед через голову и опускается вниз перед туловищем, и участник прыгает через скакалку. Это цикл повторяется 20 раз.

Засчитывается каждое касание земли скакалкой. За 3 минуты команда должна набрать наибольшее количество прыжков, повторяя выполнение, друг за другом.

Инвентарь: 1 скакалка.



*№ 3 “Прыжки вперед в приседе”*

От линии старта участники по очереди выполняют прыжки на двух ногах вперед в приседе. Первый участник команды встает носками, на линию старта, и выполняет прыжок. Помощник отмечает точку приземления, ближайшую к месту старта. Если участник падает назад, отмечается точка касания земли рукой. В свою очередь эта точка становится линией старта для второго прыгуна команды. Прыжки заканчиваются, когда закончится время выполнения задания.

Участвуют все члены команды. Общее расстояние всех прыжков составляет командный результат.

Инвентарь: 1 рулетка; 1 мел.



*№ 4 “Прыжки на двух ногах в разном направлении”*

От центра прыжкового круга участник прыгает вперед, назад, в стороны. Старт прыжка вперед осуществляется из центра, затем назад в центр, затем вправо и назад центр, затем влево и назад в центр, затем влево и назад в центр, и, назад и снова назад в центр.

Каждый участник выполняет прыжки, не допустив ошибки.

Допустившие ошибку начинают попытку снова. За каждого выполнившего участника дается 1 очко.

Инвентарь: 1 зона для прыжков.



*№ 5 “Бег вверх и вниз по лестнице”*

Две призмы для разметки (на старте и финише) расположены на расстоянии 10 метров друг от друга. Лестница укладывается на полу на одинаковом расстоянии между призмами. Участник занимает стартовую позицию и после команды бежит к лестнице как можно быстрее бежит к о второй призме, дотронувшись до нее рукой он быстро поворачивается и быстро бежит по лестнице, затем к призме, касается ее рукой и дистанцию преодолевает следующий участник.

Засчитывается количество участников преодолевших дистанцию.

Инвентарь: 1 лестница; 2 призмы – макета.



№ 6 “*Метание набивного мяча из положения стоя на коленях”*

Участник становится на колени и выполняет метание набивного мяча весом 1 килограмм. Результат определяется по линейке нарисованной на полу. Результаты ссумируются.

Инвентарь: 1 набивной мяч, измерительная линейка

К основным источникам интересов к учебной деятельности можно отнести создание ситуации актуальности, к достижениям современных кумиров в спорте. С этой целью мы ввели в урок элементы легкой атлетики, что вызывает в настоящее время у детей большой интерес на ряду с прошедшими летними Олимпийскими играми в Пекине в 2008 г. Ученики значительно ярче и глубже осознавали ответственность при выполнении заданий, относились к ним с большим интересом, что позволило использовать их стимулирования деятельности учащихся на уроке физической культуры.

**ПЛАН – КОНСПЕКТ № 4**

**урока физической культуры на тему:**

**«Королева спорта – легкая атлетика»**

ЗАДАЧИ:

1.Обучение технике прыжков в длину с разбега, метания мяча, эстафетного бега.

2.Развитие координации, быстроты.

3.Воспитание дисциплинированности, коллективизма.

4. Повышение мотивации к занятиям физической культурой и воспитание спортивного этикета.

Место занятия: стадион МБОУ гимназия №7.

Инвентарь: теннисные мячи, эстафетные палочки, стойки для прыжков, маты.

Организационные моменты:

- проверить состояние места занятий;

- проверить готовность учащихся к занятиям;

- мотивация

**Ход учебно-тренировочного занятия:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Часть урока | Содержание | Дозировка | ОМУ |
| Подготовительная часть урока – 12 минут | 1.Построение, сообщение задач урока, техника безопасности на уроках легкой атлетики. | 2 мин. | Построение в шеренгу, выполнение команд «Смирно!», «Вольно!» |
| 2.Общеразвивающие упражнения в парах:- И.п.- стоя спиной, взявшись за руки1,3 - руки в стороны,2 – руки вверх,4 – и.п.И.п. – стоя лицом, взявшись за руки1,3 – левую руку согнуть, правую выпрямить,2,4 – правую руку согнуть, левую выпрямить.И.п. – стоя спиной, захват под локтевыми суставами1,3 – поворот влево,2,4 – поворот вправо.И.п. – стоя лицом, руки на плечи партнера1-3 – наклон вперед прогнувшись,4 – и.п.И.п. – стоя правым боком к партнеру, руку на его плечо1,3 – мах ногой вперед,2,4 – мах ногой назад.Тоже левым боком к партнеру.И.п. – стоя спиной, захват под локтевыми суставами1,3 – присед,2,4 – и.п. | 5 мин.10-12 раз10-12 раз10-12 раз10-12 раз10-12 раз10-12 раз | Перестроение в движении в колонну по дваС сопротивлением партнераНе отрывать стопы от полаС сопротивлением партнераНе сгибать ноги в коленяхОпираясь на спину партнера, встать |
| 3.Специальные беговые упражнения:- С высоким подниманием бедра- С захлестывание6м голени- Многоскоки- Ускорение | 5 мин. | Выполнять поточным методом в колонне по одному, соблюдая дистанцию |
| Основная часть урока – 30 минут | 4. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»Рассказ, показ, объяснение;Разбег – толчок – взлет – приземление;Через резиновый шнур на высоте 30 см;С разбега в 4 шага с попаданием на планку отталкивания.5.Метание малого мяча на дальностьРассказ, показ, объяснение;- С места;- С разбега6.Эстафетный бегДержание палочки;Способ приема в левую руку;Способ передачи правой рукой;- В ходьбе;- В беге с небольшой скоростью | 10 мин.10 минут10 мин. | Следить во время отталкивания, чтобы ученики выполняли энергичный мах руками с большой амплитудой, при приземлении сгибать ноги в коленных и тазобедренных суставах Построение в две шеренгиПостроение в две шеренги, с интервалом 1-1,5 м. Первая шеренга стоит спиной, левую руку ладонью вверх отвести в сторону |
| Заключительная часть – 3 минуты | 7. Подведение итогов урока, переход к школе. | 3 мин. | В колонне по одному |

**Заключение**

Успешное решение поставленных задач зависит от организации самого учебно-воспитательного процесса, в котором определяющее место будет отведено активным формам и методам обучения. Активность необходимо рассматривать как психическое качество, черту характера человека, выражающуюся в его усиленной деятельности. Правильно подобранные формы и методы обучения стимулируют деятельность учащихся при выполнении всех этапов усвоения учебного материала. Активные методы обучения выступают в том случае, когда максимально повышается уровень познавательной активности, развивается стойкий познавательный интерес.

Среди активных форм стимулирования учебной деятельности выделяются:

* + Тесное взаимодействие учителя и ученика.
	+ Высокая степень организации мыслительной деятельности.
	+ Сочетание коллективных форм работы с индивидуальными.
	+ Повышение степени эмоционального воздействия на учащихся.
	+ Максимальная познавательная самостоятельность.
	+ Стимулирование индивидуального обучения, что способствует реализации дифференцированного подхода.
	+ Повышение эффективности процесса обучения.

Что в конечном итоге повышает качество знаний учащихся, знания приобретают прочных и долговременных, устанавливается психолого-педагогический контакт между учителем и учеником, когда учителю интересно учить, а ученику интересно учиться, повышает сознательный интерес к занятиям физической культуры, стимулирует самостоятельную поисковую деятельность на уроке