

АНДРЕЙ ВАЛЕНТИНОВИЧ ПАРАЧУК
ГАЛИНА МИХАЙЛОВНА БОРИСЕВИЧ
ВАЛЕРИЙ СЕРГЕЕВИЧ МАКОВСКИЙ

**Развитие физических качеств учащихся
через организацию занятий спортивной
направленности в УДОДиМ**



Андрей Парачук

**Развитие физических
качеств учащихся через
организацию занятий спортивной
направленности в УДОДиМ**

«Издательские решения»

Парачук А. В.

Развитие физических качеств учащихся через организацию занятий спортивной направленности в УДОДиМ / А. В. Парачук — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-599902-3

Значительным требованием к современному занятию является правильное определение педагогом задач занятия, их умелая реализация. Поэтому только заранее продуманное занятие имеет значимость. Физическое воспитание и занятия спортом мотивируют детей к более активному образу жизни, тем самым способствуя профилактике заболеваний

ISBN 978-5-00-599902-3

© Парачук А. В.
© Издательские решения

Содержание

Информационный блок	6
Актуальность опыта	7
Описание технологии опыта	8
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Развитие физических качеств учащихся через организацию занятий спортивной направленности в УДОДиМ

**Андрей Валентинович Парачук
Галина Михайловна Борисевич
Валерий Сергеевич Маковский**

Иллюстратор Елизавета Андреевна Парачук

© Андрей Валентинович Парачук, 2023

© Галина Михайловна Борисевич, 2023

© Валерий Сергеевич Маковский, 2023

© Елизавета Андреевна Парачук, иллюстрации, 2023

ISBN 978-5-0059-9902-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Информационный блок

Название темы опыта

Тема опыта «Развитие физических качеств учащихся через организацию занятий спортивной направленности (спортивные игры) в учреждении дополнительного образования детей и молодежи»

Физическая культура – часть образа жизни человека, система специальных упражнений и спортивной деятельности, направленная на развитие его физических и духовных сил.

Занятие – форма организации образовательного процесса в учреждении дополнительного образования детей и молодежи, направленное на расширение, углубление, коррекцию знаний учащихся в области физической культуры и здоровья в соответствии с их потребностями, запросами, способностями и склонностями, а также повышение их познавательной деятельности.

Авторы считают, что содержание физкультурно-оздоровительной работы тесно связано с образовательным процессом в объединении по интересам. Практически все формы физкультурно-оздоровительных мероприятий, занятия, тренировки, а также участие в спортивных соревнованиях являются продолжением изучения учебного материала, который учащиеся усваивают на уроках физической культуры и здоровья в школе. У учащихся расширяются и углубляются знания и представления о различных видах спорта и способах физкультурно-спортивной деятельности. И самое главное, в условиях регулярных спортивных тренировок и соревнований формируется стойкая мотивация к систематическим занятиям избранными видами спорта.

Актуальность опыта

Актуальность работы состоит в том, что в настоящее время здоровье населения, прежде всего молодежи, оставляет желать лучшего и динамика показателей здоровья неблагоприятна. Два школьных урока физической культуры и здоровья и «Час здоровья и спорта» в неделю, на мой взгляд, не позволяют у учащихся полностью выработать потребность к регулярным занятиям физической культурой. Спортивная и физкультурно-оздоровительная работа становится неотъемлемой частью педагогического процесса, направленного на воспитание всесторонне физически и духовно развитой личности в условиях учреждения дополнительного образования детей и молодежи. Чтобы добиться массового охвата учащихся спортивной и физкультурно-оздоровительной работой, используются самые различные формы организации: спортивные соревнования, физкультурные праздники, тренировки и др. Неотъемлемая роль объединения по интересам в физическом воспитании подрастающего поколения. Через нее проходят дети, и от того, как педагог сможет привить стойкую любовь к физической культуре и спорту, зависит, насколько крепкими и здоровыми, волевыми вступят в жизнь выпускники нашего Центра творчества. Как известно, выделяют пять физических качеств: силу, быстроту движений, ловкость движений, гибкость и выносливость. Однако при более подробном изучении к перечисленным качествам следует добавить: устойчивость равновесия, способность к произвольному расслаблению мышц, ритмичность, прыгучесть, мягкость движения, координированность. Данные качества помогают охарактеризовать физические способности человека.

Цель опыта:

Определить методические аспекты проведения занятий в объединении по интересам спортивной направленности (футбол) для развития и повышения уровня физических качеств учащихся.

Задачи опыта:

- Изучить научно-методическую литературу спортивной направленности (футбол).
- Раскрыть значение и особенности проведения занятий объединения по интересам спортивной направленности.
- Популяризация игровых видов спорта через привлечение учащихся к игре в футбол.
- Повысить уровень развития физических и технических качеств учащихся.
- Воспитать потребность к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Длительность работы над опытом

Длительность работы над опытом – 3 года.

Описание технологии опыта

Ведущая идея опыта

Цель представленной работы: создание в учреждении образования объединений по интересам и спортивных секций по футболу; привлечение учащихся к практическим занятиям, организация и проведение соревнований по футболу.

Содержание программы объединения по интересам «Юные чемпионы» нацеливает педагога на творческий подход в работе с учащимися, проведение викторин, брейн-рингов, олимпиад, различных конкурсов на футбольную тематику. Занятия проводятся еженедельно в течение всего учебного года.

Значение и проведение занятий спортивной направленности (футбол) в объединении по интересам.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.