

АНДРЕЙ ВАЛЕНТИНОВИЧ ПАРАЧУК  
ГАЛИНА МИХАЙЛОВНА БОРИСЕВИЧ  
ВАЛЕРИЙ СЕРГЕЕВИЧ МАКОВСКИЙ

---

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



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

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

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=69206269](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69206269)*

*ISBN 9785005999023*

**Аннотация**

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

# Содержание

Информационный блок	6
Актуальность опыта	8
Описание технологии опыта	10
Конец ознакомительного фрагмента.	11

**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. Неоценима 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. Одна-

ко 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.