

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Г.А. Булатова
Р.М. Гимазов

**ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧИТЕЛЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
В РЕАЛИЗАЦИИ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
НА УРОКАХ И ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ**

*Учебно-методическое пособие в
модульной технологии обучения*

Сургут,
2017

УДК 373.5.016(07)
ББК 74.267.5я81
Б 90

Печатается по решению
Редакционно-издательского совета СурГПУ

Рецензент:

Сетяева Н.Н., кандидат педагогических наук, доцент СурГПУ

Б 90

Булатова, Г. А.

Деятельность учителя физической культуры в реализации здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время : учеб.-метод. пособие в модульной технологии обучения / Г. А. Булатова, Р. М. Гимазов ; Бюджет. учреждение высш. образования Ханты-Мансийского авт. округа – Югры «Сургут. гос. пед. ун-т» [под общ. ред. Г.А. Булатовой]. – Сургут : РИО СурГПУ, 2017. – 72, [1] с.

Поскольку рассматриваемая дисциплина изучается студентами на 4 курсе, данное пособие носит, прежде всего, практико-ориентированный характер и направлено на интеграцию и систематизацию знаний и умений полученных на других дисциплинах. Пособие поддерживает преподавание курса теории и методики физического воспитания, детализирует технологически компетенции ФГОС ВО, помогает студентам освоить необходимые компетенции.

Учебное пособие предназначено для студентов высших педагогических учебных заведений по физкультурному направлению бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование. Профиль Физкультурное образование в рамках курса по выбору «Физкультурно-оздоровительная работа в школе». Может быть рекомендовано магистрантам указанного направления, учителям практикам, преподавателям вузов в направлении физической культуры и спорта, работникам социальной сферы, слушателям курсов повышения квалификации, всем занимающимся вопросами сохранения здоровья подрастающего поколения.

УДК 373.5.016(07)
ББК 74.267.5я81

Введение

В последнее время неуклонно возрастает деятельность учителя физической культуры в аспекте реализации здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время.

В происходящих условиях социально-экономических изменений в нашей стране все более высокие требования предъявляются к профессиональным знаниям, умениям и навыкам специалиста. Именно поэтому сегодня центральной частью профессиональной подготовки студентов является практическая подготовка, которая направлена на понимание студентами социальной значимости выбранной ими профессии, формирование у них системы научных знаний, выработку практических и исследовательских умений, а также компетенций, которые должны стать основой всей профессиональной деятельности.

В учебном плане подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование профиля «Физкультурное образование» представлена дисциплина «Физкультурно-оздоровительная работа в школе» (в рамках дисциплин по выбору), формирующая необходимые компоненты (знаниевый, ориентировочный, операционный, опыт) компетенций у студентов для реализации здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время. Пособие предназначено студентам, обучающимся на факультетах физической культуры и спорта.

Актуальность изучения дисциплины «Физкультурно-оздоровительная работа в школе» определяется необходимостью повышения уровня у учителей физической культуры практической реализации системы (содержание, формы и методы) организации физкультурно-оздоровительной работы в школе, проведения исследовательской, познавательной, обучающей и воспитательной работы со школьниками на основе физкультурно-оздоровительных технологий сохранения здоровья.

Цель курса – научить студентов реализовывать в школе физкультурно-оздоровительную работу по сохранению здоровья школьников на уроках и во внеурочное время.

Цель учебно-методического пособия – организация самостоятельной работы студентов по усвоению теоретического материала учебной дисциплины «Физкультурно-оздоровительная работа в школе».

Задачи дисциплины:

- 1) сформировать знания об организации физкультурно-оздоровительной работы в школе;
- 2) научить реализовывать учебную и внеурочную деятельность школьников с использованием технологий и методик здоровьесберегающего обучения.

Поскольку дисциплина «Физкультурно-оздоровительная работа в школе» больше носит практический характер, в связи с этим предлагаемое пособие также направлено на реализацию практико-ориентированного подхода и направлено на интеграцию и систематизацию знаний и умений полученных на других дисциплинах.

В результате изучения дисциплины студент должен

знать:

- систему организации физкультурно-оздоровительной работы в школе;
- новые технологии и методики здоровьесберегающего обучения, в рамках физкультурно-оздоровительной работы;

уметь:

- реализовывать здоровьесберегающие технологии в рамках физкультурно-оздоровительной работы на практике;
- составлять годовое планирование по физкультурно-оздоровительной работе;
- организовывать и проводить физкультурно-оздоровительные мероприятия в школе в рамках внеклассной деятельности;
- анализировать полученные результаты, формировать выводы, делать рекомендации по организации физкультурно-оздоровительных занятий учащихся с помощью объективных методов оценки.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 72 часа. Формы организации учебного процесса – лекции, практические занятия, самостоятельная работа студентов в модульной технологии обучения.

Курс включает в себя два модуля.

Первый модуль «Система организации физкультурно-оздоровительной работы в школе» ориентирован на изучение теории по здоровьесбережению, системы и методов работы, используемой в школьной физкультурной работе.

Второй модуль «Реализация физкультурно-оздоровительной работы в учебной и внеурочной деятельности школьников» направлен на практическую реализацию системы организации учебной и внеурочной деятельности школьников по сохранению здоровья (табл. 1 и 2).

Структура учебных модулей

<i>Название модуля</i>	<i>Цель модуля</i>	<i>Задачи модуля</i>	<i>Учебные элементы модуля</i>
Модуль 1 «Система организации физкультурно-оздоровительной работы в школе»	Охарактеризовать систему организации физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	1. Изучить нормативные требования ФГОС по здоровьесбережению 2. Овладеть системой и уровнями организации физкультурно-оздоровительной работы школьников 3. Освоить основные формы организации физкультурно-оздоровительной работы в школе	У.Э. 1.1. Нормативные требования ФГОС в направлении здоровьесбережения по физкультурно-оздоровительной работе учебной и внеучебной деятельности школьников У.Э. 1.2. Способы организации и уровни физкультурно-оздоровительной работы школьников У.Э. 1.3. Основные формы реализации внеклассной спортивно-массовой работы в школе
Модуль 2 «Реализация физкультурно-оздоровительной работы в учебной и внеурочной деятельности школьников»	Организовать физкультурно-оздоровительную работу в рамках учебной и внеурочной деятельности школьников	1. Овладеть методикой организации физкультурно-оздоровительной работы в урочной и внеурочной деятельности школьников 2. Составить программу физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	У.Э. 2.1. Методика организации физкультурно-оздоровительной работы в урочной и внеурочной деятельности школьников У.Э. 2.2. Реализация основных форм физкультурно-оздоровительной работы со школьниками

Структура учебных модулей через задачи учебных элементов

№ модуля	Учебные элементы	Задачи УЭ	Компоненты УЭ
Модуль 1 «Система организации физкультурно-оздоровительной работы в школе»	У.Э. 1.1. Требования Федерального Государственного Образовательного Стандарта по физкультурно-оздоровительной работе в учебной и внеучебной деятельности школьников	1. Освоить нормативно-правовую базу ФГОС в направлении здоровьесбережения школьников 2. Изучить уровни управления здоровьесберегающей деятельностью в школе 3. Рассмотреть способы организации физкультурно-оздоровительной работы школьников	У.Э. 1.1.1. Нормативно-правовые документы по введению требований ФГОС по здоровьесбережению школьников У.Э. 1.1.2. Функциональные компоненты уровней управления здоровьесберегающей деятельностью в школе У.Э. 1.1.3. Система планирования физкультурно-оздоровительной работы со школьниками (ФОРЩ)
	У.Э. 1.2. Способы организации физкультурно-оздоровительной работы (ФОР) школьников	1. Разработать систему внедрения физкультминуток и физкультпауз на уроках в школе 2. Изучить новые формы физкультурно-оздоровительной работы в школе 3. Ознакомиться с правилами внедрения и применения новых, дополнительных внеурочных форм ФОР на предметных занятиях	У.Э. 1.2.1. Система физкультминуток и физкультпауз на уроках в школе У.Э. 1.2.2. Новые формы физкультурно-оздоровительной работы в школе У.Э. 1.2.3. Правила подготовки школьников к сдаче учебных нормативов комплекса ВФСК «ГТО»
	У.Э. 1.3. Основные формы реализации внеклассной спортивно-массовой работы в школе	1. Изучить способ организации физкультурно-оздоровительных занятий с учащимися, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ) 2. Освоить организацию врачебно-педагогического контроля школьников 3. Овладеть организацией системы школьных спортивных соревнований	У.Э. 1.3.1. Способ организации учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ) У.Э. 1.3.2. Организация врачебно-педагогического контроля школьников У.Э. 1.3.3. Реализация системы школьных спортивных соревнований
	У.Э. 1.4. Резюме		
	У.Э. 1.5. Рубежный контроль		
Модуль 2 «Реализация физкультурно-оздоровительной работы в учебной и внеурочной деятельности школьников»	У.Э. 2.1. Методика организации физкультурно-оздоровительной работы в урочной и внеурочной деятельности школьников	1. Овладеть основными формами организации физкультурно-оздоровительной работы в урочной деятельности школьников 2. Овладеть основными формами организации физкультурно-оздоровительной работы во внеурочной деятельности школьников	У.Э. 2.1.1. Внедрение физкультурно-оздоровительных мероприятий в урочную деятельность школьников У.Э. 2.1.2. Разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий для внеурочной деятельности школьников
	У.Э. 2.2. Реализация основных форм физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	1. Научиться разрабатывать элективный курс в рамках программы здоровьесбережения школьников 2. Научиться составлять здоровьесберегающую программу физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	У.Э. 2.2.1. Элективный курс в рамках программы здоровьесбережения школьников по физкультурно-оздоровительной работе У.Э. 2.2.2. Здоровьесберегающая программа как форма реализации здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время
	У.Э. 2.3. Резюме		
	У.Э. 2.4. Рубежный контроль		

Модуль 1 «Система организации физкультурно-оздоровительной работы в школе»

<i>Тема учебного элемента</i>	<i>Цель</i>	<i>Учебные задачи</i>	<i>Учебный результат (типы задач и заданий)</i>
У.Э. 1.1.1. Нормативно-правовые документы по введению требований ФГОС по здоровьесбережению школьников	Освоить нормативно-правовую базу по введению требований ФГОС по здоровьесбережению школьников	1. Выявить в документах федерального уровня нормативно-правовую базу соблюдения требований сохранения здоровья средствами физической культуры в образовательном процессе школьников	1. Представить краткое изложение здоровьесберегающего материала в нормативно-правовых документах
У.Э. 1.1.2. Функциональные компоненты уровней управления здоровьесберегающей деятельностью в школе	Изучить основные компоненты уровней управления физкультурно-оздоровительной работы в школе	1. Изучить структуру управления физкультурно-оздоровительной работой в школе 2. Освоить уровни управления физкультурно-оздоровительной работой в школе	1. Знать структуру управления физкультурно-оздоровительной работой в школе 2. Выявлять системность взаимодействия участников образовательного процесса на каждом уровне в управлении ФОРШ
У.Э. 1.1.3. Система планирования физкультурно-оздоровительной работы со школьниками (ФОРШ)	Рассмотреть способы организации и планирования физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	1. Знать основные направления в системе организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе 2. Освоить систему планирования ФОРШ	1. Уметь определять основные направления системы здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации 2. Подготовить годовой план физкультурно-оздоровительной работы со школьниками для образовательной организации
У.Э. 1.2.1. Система физкультминуток и физкультпауз на уроках в школе	Изучить процесс построения системы традиционных малых форм физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	1. Изучить трудоёмкость умственной нагрузки на школьника в течение рабочего дня 2. Раскрыть систему малых форм физкультурно-оздоровительной работы со школьниками – цели, способы 3. Разработать малые формы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	1. Уметь определять трудоёмкость умственной нагрузки на школьника в течение рабочего дня 2. Уметь определять последовательность малых форм физкультурно-оздоровительной работы со школьниками в учебном процессе 3. Подготовить и провести комплекс физкультминуток для детей школьного возраста на уроке (для расслабления кистей рук и мышц туловища)
У.Э. 1.2.2. Новые формы физкультурно-оздоровительной работы в школе	Освоить новые формы физкультурно-оздоровительной работы в учебном процессе школы	1. Определить особенности новых форм физкультурно-оздоровительной работы в учебном процессе школы 2. Выявить структуру новых форм физкультурно-оздоровительной работы в учебном процессе школы 3. Разработать методические рекомендации составления программ дистанционного физического развития для учащихся, находящихся на домашнем обучении с использованием волонтерского движения	1. Уметь выявлять особенности новых форм физкультурно-оздоровительной работы в учебном процессе школы 2. Представить структуру новых форм физкультурно-оздоровительной работы в учебном процессе школы 3. Подготовить методические рекомендации для составления программ дистанционного физического развития для учащихся, находящихся на домашнем обучении с использованием волонтерского движения на примере комплексного использования форм физкультурно-оздоровительной работы

<i>Тема учебного элемента</i>	<i>Цель</i>	<i>Учебные задачи</i>	<i>Учебный результат (типы задач и заданий)</i>
У.Э. 1.2.3. Правила подготовки школьников к сдаче учебных нормативов ВФСК «ГТО»	Изучить основные правила подготовки школьников к сдаче учебных нормативов ВФСК «ГТО»	1. Знакомство с правилами подготовки к сдаче учебных нормативов ВФСК «ГТО» 2. Разработать конспекты внеурочных занятий по подготовке к сдаче учебных нормативов ВФСК «ГТО»	1. Уметь выделять здоровьесберегающие правила по подготовке к сдаче учебных нормативов комплекса Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) 2. Конспект внеурочного занятия по подготовке к сдаче учебного норматива комплекса ГТО на основе учёта здоровьесберегающих технологий
У.Э. 1.3.1. Способ организации учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ)	Освоить систему организации занятий специальной медицинской группы (СМГ) учащихся	1. Определить цель, способы, трудоёмкость занятий специальной медицинской группы (СМГ) учащихся по заболеваниям 2. Разработать комплексы индивидуальных упражнений при заболеваниях школьников	1. Знать о системе организации занятий специальной медицинской группы (СМГ) учащихся по заболеваниям (цель, способы, трудоёмкость) 2. Подготовить и провести комплекс оздоровительных упражнений в зависимости от заболевания школьника(ов)
У.Э. 1.3.2. Организация врачебно-педагогического контроля школьников	Изучить систему организации врачебно-педагогического контроля	1. Раскрыть систему врачебно-педагогического контроля школьников 2. Изучить основные функции учителя физической культуры и медицинского работника в организации внеклассной спортивно-массовой и оздоровительной работы в школе	1. Знать цели, способы врачебно-педагогического контроля школьников 2. Знать функции учителя физической культуры и медицинского работника в организации внеклассной спортивно-массовой и оздоровительной работы в школе
1.3.3. Реализация системы школьных спортивных соревнований	Изучить систему школьных спортивных соревнований	1. Раскрыть цели и задачи, способы организации школьных спортивных соревнований 2. Составить положение о проведении внутришкольной круглогодичной спартакиады на учебный год	1. Уметь формулировать целевые ориентиры организации школьных спортивных соревнований 2. Подготовить к защите положение о проведении внутришкольной круглогодичной спартакиады на учебный год

**Модуль 2 «Реализация физкультурно-оздоровительной работы
в учебной и внеурочной деятельности школьников»**

<i>Тема учебного элемента</i>	<i>Цель</i>	<i>Учебные задачи</i>	<i>Учебный результат (типы задач и заданий)</i>
У.Э. 2.1.1. Внедрение физкультурно-оздоровительных мероприятий в урочную деятельность школьников	Реализация урочных физкультурно-оздоровительных мероприятий с учащимися	1. Разработка плана урочных физкультурно-оздоровительных мероприятий с учащимися 2. Составление конспекта урочных физкультурно-оздоровительных мероприятий	1. Уметь составлять план урочных физкультурно-оздоровительных мероприятий с учащимися 2. Подготовить к защите конспект урочного физкультурно-оздоровительного мероприятия для школьников
У.Э. 2.1.2. Разработка физкультурно-оздоровительных мероприятий для внеурочной деятельности школьников	Организация физкультурно-оздоровительных мероприятий для внеурочной деятельности школьников	1. Составление конспекта одной из форм физкультурно-оздоровительного мероприятия для внеурочной деятельности школьников 2. Представить организацию проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий для внеурочной деятельности школьников	1. Подготовить к защите конспект одной из форм физкультурно-оздоровительного мероприятия для внеурочной деятельности школьников 2. Подготовить к защите организацию проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий для внеурочной деятельности школьников
У.Э. 2.2.1. Элективный курс по физкультурно-оздоровительной работе в рамках программы здоровьесбережения школьников	Разработка элективного курса по физкультурно-оздоровительной работе в рамках программы здоровьесбережения школьников	1. Представить элективный курс по физкультурно-оздоровительной работе в рамках программы здоровьесбережения школьников	1. Уметь разрабатывать элективный курс по физкультурно-оздоровительной работе в рамках программы здоровьесбережения школьников
У.Э. 2.2.2. Здоровьесберегающая программа как форма реализации здоровьесберегающих технологий на уроках и во внеурочное время	Разработка и внедрение здоровьесберегающей программы в школе	1. Представить и защитить собственный проект здоровьесберегающей программы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками	1. Уметь разрабатывать собственный проект здоровьесберегающей программы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками 2. Уметь презентовать и защищать собственный проект здоровьесберегающей программы физкультурно-оздоровительной работы со школьниками

По своему характеру и уровню новизны задания, включённые в издание, подразделяются на теоретические и практические. Задания воспроизводящего характера связаны с воспроизведением готовых знаний, решением типовых исследовательских задач по курсу, выполнением упражнений по указанному сценарию, способу, приёму. При выполнении аналитических заданий от студентов требуется самостоятельное проведение анализа проблемной ситуации. Это задания в темах, в которых студент самостоятельно формулирует здоровьесберегающую задачу, затем представляет выводы.

Текущий контроль выдвигает следующие требования к выполнению заданий:

- для получения общего представления необходимо познакомиться с системой физкультурно-оздоровительной работы в школе, характеристикой методов, представленных в пособии;
- успешно ответить на контрольные вопросы, для этого необходимо внимательно изучить содержание темы в рекомендуемой литературе;
- создать свою здоровьесберегающую программу для конкретного возраста и параллели;
- представить преподавателю для проверки и ответить на уточняющие вопросы.

Рубежный контроль проводится в виде защиты своей программы здоровьесбережения школьников перед преподавателем.

Итоговый контроль по дисциплине проводится с помощью презентации и публичной защиты здоровьесберегающей программы с целью проверки уровня усвоения учебного материала по всем темам.

Таким образом, для своей будущей профессиональной деятельности с помощью данного издания студенты на занятиях смогут:

- изучить технологии, применяемые в физкультурно-оздоровительной работе для внедрения инновационной программы по здоровьесбережению в учебном процессе школьников;
- грамотно применять методы здоровьесбережения в учебном процессе;
- давать оценку уровня физической подготовленности учащихся;
- грамотно пристраивать систему физкультурно-оздоровительных соревнований во внеурочном образовательном процессе школьников.

Материально-техническое обеспечение. Курс обеспечивается 12 компьютерами мобильного класса, мультимедийным проектором, необходимым спортивным инвентарём при проведении малых форм физкультурно-оздоровительной работы.