Профессиональная подготовка позволяет грамотно определить тип урока, место в теме, разделе, курсе; помогает расширять кругозор и творческие способности детей, добиваться выполнения всеми учащимися стандарта обучения. Средства решения поставленных образовательных задач подбираются с таким расчетом, чтобы они не были просты в выполнении, а требовали определенных усилии, в меру трудными и интересными. Известно, что если упражнение вызывает интерес, захватывает детей, то можно надеяться, что работать они будут достаточно активно. Мне, учителю физической культуры, предоставляется широкая возможность более разнообразно использовать средства и методы, которые позволяют большинство физически трудных упражнений выполнять легко, как бы играя, соревнуясь. Тем самым преодолевается монотонность занятий, присутствие которых делает скучным и одообразным процесс физического воспитания. Стиль моей работы характеризуется умением владеть классом, организовывать на оптимальном уровне учебный процесс с помощью методических новинок, нестандартного оборудования и юмора.

При проведении занятий я использую различные методы организации занимающихся: групповой, индивидуальной, круговой тренировки. При выборе упражнения ориентируюсь на физическую подготовленность учащихся, разделив их по весу, росту. Комплектую упражнения по сложности выполнения, исходному положению, структуре движений, количеств повторений, объёма нагрузки на основе показаний ЧСС. Прежде, чем рекомендовать комплексы упражнений и их методику исполнения, рассказываю учащимся о том, какова эффективность комплексов, достигаемая с их помощью. Среди ребят, регулярно выполняющих упражнения, не «хилых», с дряблой мускулатурой и «спичечными» конечностями. Уроки физической культуры и занятия в спортивных секций я рассматриваю как взаимообогащающие стороны одного и того же процесса физического воспитания, стараюсь не разделять их, а добиваться их гармонизации.

В целях формирования метапредметных результатов работа на уроках физической культуры построена на основе компетентностного и системно-деятельностного подходов, о чем неоднократно представлялся и теоретический, и практический материал на обсуждение во время заседания районного методического объединения учителей физической культуры Кировского района. Системно-деятельностный подход ориентирован на развитие учащегося на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира личности обучающегося, его активной учебно-познавательной деятельности, формирование его готовности к саморазвитию и непрерывному образованию и определяет умение у учащихся применять свои знания и умения в различных, не обязательно связанных со школой и уроками ситуациях.

Основными принципами работы:

- Принцип личностного ориентирования – сделать так, чтобы каждый ребенок был задействован в секции или кружке и мог средствами физических упражнений укреплять свое здоровье и самореализовать свои способности.
- Принцип метапредметности - учащийся должен понимать, что все предметы, которые он изучает в школе часть единого целого, все предметы взаимосвязаны.
- Принцип рефлективности – умение пошагово проанализировать свою деятельность для постановки целей и задач до итога, каким бы то он не был, положительным или отрицательным, умение переосмыслить некоторые свои шаги и выйти на новый более высокий результат.

4. Принцип выбора индивидуальной образовательной траектории – каждый учащийся может своими путями, проявляя свои творческие способности, прийти к решению поставленной перед ним проблемы или задачи.

5. Принцип практической направленности – физическая культура как предмет не возможен без участия в общешкольных мероприятиях, районных соревнования и товарищеский встречах, которые помогают учащимся приобрести собственный практический опыт определенной деятельности, способствует самовыражению, формирует опыт построения собственной деятельности для достижения поставленной цели. Большое количество практических работ в курсе «Физическая культура» позволяет перейти от репродуктивного образования к творческому и деятельному обучению.

Общеучебные навыки, умения и способы деятельности представляют ряд регулятивных, коммуникативных и познавательных универсальных действий, т.е. таких действий учащихся, которые направлены на формирование следующих умений и способностей:

В познавательной деятельности:

А) использование наблюдений, измерений и моделирования;

Б) способность преобразовывать практическую задачу в познавательную (самостоятельно, либо с помощью одноклассников, либо с моей помощью);

В) умение организовать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей;

Г) умение контролировать и оценивать свои действия и вносить коррективы в случае ошибочных выводов;

Д) способность проявлять самостоятельность, инициативу и взаимопомощь в процессе решения поставленных задач

Е) комбинирование известных алгоритмов деятельности в ситуациях, не предполагающих стандартного их применения.

Ж) уметь выполнять логические операции анализа и синтеза, сравнения, классификации, аналогии, обобщения, отнесения к известным понятиям;

З) умение сотрудничать с учителем и сверстниками при решении учебных проблем, принимать на себя ответственность за результаты своих действий.

Согласно рабочей программе по физической культуре уровень сформированности УУД у выпускников должен выглядеть определенным образом.

Регулятивные действия.

Регулятивные действия способствуют формированию у учащихся представления о последовательности организации их учебной деятельности, формируют умение управлять познавательной и учебной деятельностью посредством постановки целей, планирования, контроля, коррекции своих действий, оценки успешности усвоения, формирует четкое понятие у учащихся о последовательности любой деятельности от постановки целей до рефлексии.

В программе физической культуре 5 - 9 классов задания на формирование регулятивных УУД встречаются очень часто.

Основные виды заданий, которые я использую по формированию регулятивных действий:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

– формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

– формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

– определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Познавательные УУД

Включают действия исследования, поиска, отбора и структурирования необходимой информации, моделирование изучаемого содержания.

- формулирование цели
- выделение необходимой информации
- структурирование
- выбор эффективных способов решения учебной задачи
- действия постановки и решения проблемы

Коммуникативные УУД.

- строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами
- постановка вопросов
- разрешение конфликтов

Методические разработки и публикации, выступления:

- Организация и проведение физкультурно-массовой работы в школе.
- Разработка физкультурно-массовых мероприятий в школе.
- Методика подготовки школьников к сдачам нормативов ГТО

- Мониторинг учащихся занятий в кружках, секциях двигательной направленности.
- Подготовка учащихся к олимпиадам, районным и городским соревнованиям.