**Эффективные методические указания при организации урока физической культуры**

Автор: Лазарева Татьяна Германовна

**Аннотация.**Эффективность учебного процесса повышается, если ученики сознательно, активно осваивают движения.

Этому способствует такой приём, как «поисковые ситуации» при котором учитель называет цель, а пути достижения ее предлагает найти самим учащимся. Ценность приема в том, что дети под руководством педагога творчески ищут решение поставленной перед ними задачи (например, придумать подводящие упражнения, найти облегченные формы исполнения движения, выбрать ориентиры, придумать ограничители движений).

Просмотрев всех учеников, педагог анализирует и объясняет преимущества решения того или иного варианта.

Особенно полезно создавать «поисковые ситуации», используя полосы препятствий. Учитель дает задание: преодолевать указанные препятствия в любом порядке, любым способом,  тем самым ученикам предоставляется свобода действий. Но вот сложные задание – преодолевать препятствие в наиболее целесообразном порядке, чтобы сэкономить время прохождения полосы. Другое сложное задание: преодолевать препятствие самым легким способом или сложным, но экономным. В результате ученики сами определяют, какой порядок преодоления препятствий выгодный, какие способы легкие, какие трудные, какие экономные, когда удобнее применять те или другие. Самое главное при этом, что ученики проверяют свои «открытия» на практике. А это уже не просто знания, а убеждения.

1. **Учебная доска в зале.**

Размеры ее 1,5х1 м. Специальные держатели на стенах позволяют укрепить ее там, где удобнее находиться учителю. Перед уроком на доске можно написать тему урока, обозначить порядок смены снаряда; во время объяснения – графически изобразить положение частей тела. На доске удобно укреплять различные наглядные пособия.

1. **Постукивание палочками.**

Палочки длиной 20-25 см – хороший регулятор темпа движения. Время от времени следует прекращать постукивание и предлагать ученикам продолжать движение, сохраняя заданный темп. С возобновлением сигналов ученики проверяют точность темпа. Систематическое выполнение таких заданий вырабатывает умение ритмично двигаться.

Постукивание палочками эффективно еще и потому, что звуковые сигналы сосредотачивают внимание учеников, заставляют их соблюдать тишину при выполнении двигательного действия. Помогают привлечь внимание и другие сигналы. Например, рука, поднятая в верх, означает одно задание, опущенная в низ – другое. При этом ученики должны выполнить движение и одновременно следить за сигналами, вовремя переключиться с одного задания на другое. Это не только развивает внимание, но и вырабатывает быстроту реакции.

1. **При подготовке мест занятий и пособий к уроку.**
* рисуем на полу стрелки для четкого перестроения их колонны по одному в колонну по четыре с схождением четверками. Стрелки можно заменять воротцами из булав, городков или гранат;
* чертим условные линии и указатели на площадке для игры;
* Делаем легко стирающие отметки на снарядах;
* Отмечаем места, где постоянно стоят снаряды;
* Раскладываем малые мячи в четыре мешочка или кладём их в корзину;
* Раскладываем короткие скакалки, сложенные в четверо, на гимнастической скамейке или развешиваем их на гимнастической стенки;
* Раскладываем на скамейках или на полу в ряд набивные мячи с учетом веса;
* Располагаем гимнастические палки в стойках или специальной корзине.
1. **Флажки для прыгунов.**

В специальном ящике, приделанном к стойке, хранят верёвочку для прыжков. К ней прилепляем – два -три передвигающихся косых флажка разного цвета. Флажки помогают лучше видеть верёвочку и обозначают место для прыгуна.

При лазании по канату из положения стоя ученики разного роста захватывают канат на различной высоте. Обычно отметка, до которой надо влезть (3-5м), делается на самом канате – одна для всех. Для учеников более высокого роста это расстояние  практически уменьшается. Чтобы точнее определить расстояние, можно подвесить рядом с канатом веревочку, передвигающееся на блоках. Это позволит ставить нижний «маяк» (отметка цветными ленточками) на высоте захвата руками индивидуально для каждого ученика.

1. **Расстановка и уборка снарядов.**

Раздача и сбор предметов производиться с помощью учащихся. Школьники должны выполнять действия четко:

* Каждую стойку для прыжков несут вдвоём:
* Мат – четверо, взяв за петли и приподняв над полом;

По сигналу после установки снарядов бегут на свои места. Отделение получают оценку за выполнение задания. Убирает снаряды другое отделение, также по сигналам. Отделение соревнуются – кто выполнит задание быстрее, точнее, организованнее.