**Актуальные вопросы, методы и формы преподавания на уроках физической культуры**

*Щербаков Алексей Анатольевич*

*учитель физической культуры*

*МАОУ «Гимназия №12 им. Г.Р. Державина» г. Тамбов*

Урок – это основная форма организации учебной деятельности по воспитанию физической культурой. Учебное занятие физкультурой – это для обучающихся главная и обязательная форма занятия в школе, которая обеспечивает нужное количество навыков, знания, и умения, которые предусмотрены рабочей программой.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих задач, направленных на:

• укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;

• обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

• развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

• приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

• воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

• содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Методом преподавания занятий физической культуры являются способы организации обучающихся для выполнения физических нагрузок, упражнений.

Основными методами, которые применяются на занятиях физической культурой являются:

1. Фронтальный метод – это метод, при котором все обучающиеся класса выполняют физические упражнения вместе.
2. Поточный метод – это метод, при котором школьники задание учителя физической культуры, в виде упражнения, выполняют по очереди без перерывов, например, прыжки, акробатические упражнения.
3. Посменный метод – это метод, при котором обучающиеся делятся на очередь, смену, и выполняют задания.
4. Групповой метод – это метод, при котором школьники выполняют упражнения или задание учителя самостоятельно, но при этом по очереди, меняясь группами местами.
5. Индивидуальный метод – это метод, который применяется в основном на зачетах, позволяющий учителю увидеть ошибки ученика.

*Основными методами обучения двигательными качествами,которые применяются на занятиях физической культурой являются*:

1. Равномерный метод – это однократная непрерывная работа, характеризующаяся по длительности от секунд до нескольких часов, например, дистанции соревновательные.
2. Переменный метод - однократная непрерывная работа, характеризующаяся по длительности от секунд до нескольких часов и зависящая от поставленных целей и условий.
3. Повторный метод – это повторение одних и тех заданий с перерывом на отдых для восстановления сил организма школьника.
4. Интервальный метод - повторение одних и тех заданий с определенными интервалами времени.
5. Соревновательный метод – выполнение заданий близкими к соревновательным.
6. Игровой метод – выполнение упражнений и заданий в процессе игровой деятельности.
7. Круговой метод – этот метод является поточным, и последовательным, при котором школьники выполняют целый комплекс упражнений.

Также одними из главных методов преподавания на уроках физической культуры является метод словесный: рассказ, беседа, распоряжения, указания.

Таким образом, настоящее время учителю физической культуры необходимо быть современным и идти в ногу со временем, для этого его уроки должны быть информационными, интересными, практичными, должен быть настоящим профессионалом своего дела.