**Пути реализации ФГОС на уроках физической культуры**

***Авторы:****Старостина И.С., Берестенева Н.В., Милоградова Н.Н.*

Целью современного российского образования стало полноценное формирование и развитие способностей ученика самостоятельно очерчивать  учебную проблему, формулировать алгоритм ее решения, контролировать процесс и оценивать полученный результат, используя современные технологии и методики.

Реализация цели решает непростую задачу – развить и  сформировать  мобильную, самореализующуюся личность, способную к обучению на протяжении всей жизни. Данная задача актуальна, так как новый стандарт отличается реализацией системно – деятельностного подхода в обучении, при котором ученик становится субъектом  в учебной и внеурочной деятельности.

В основе Федерального Государственного Образовательного Стандарта основного общего обучения лежит ***системно - деятельностный подход***, который обеспечивает:

* проектирование и конструирование социальной среды развития обучающихся в системе образования;
* активную учебно-познавательную деятельность обучающихся;
* построение образовательного процесса с учетом индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся.
* изменение позиции учащегося: превращение в субъекта деятельности.

***Системно - деятельностный подход*** позволяет выделить основные результаты обучения и воспитания и создать навигацию проектирования универсальных учебных действий, которыми должны владеть обучающиеся. Логика развития универсальных учебных действий (УУД), помогающая обучающемуся почти в буквальном смысле объять необъятное, строится по формуле: от действия – к мысли. Развитие личности в системе образования обеспечивается, прежде всего через формирование УУД, которые являются  инвариантной основой образовательного и воспитательного процесса. Овладение обучающимися УУД создает возможность самостоятельного успешного усвоения новых знаний умений и компетентностей, включая организацию усвоения, т.е. умение учиться.

Используя ***дифференцированный подход***, мы учитываем индивидуальные возможности и особенности каждого обучающегося. Для этого мною создан банк данных о физическом состоянии каждого ученика, в котором мы фиксируем уровень усвоения учащимися учебных заданий. На уроках мы уделяем внимание формированию регулятивных универсальных учебных действий, которые необходимы обучающимся для осуществления самоконтроля своих действий и умений самостоятельно вносить изменения в свою работу. Осуществить эту задачу нам помогает использование уровневой дифференциации по группам:

- по медицинским группам;

- по половому отличию;

- по физическому развитию;

- по психическим качествам.

С обучающимися, отнесенными к подготовительной группе (которые имеют незначительные отклонения в состоянии здоровья) при изучении двигательных действий, связанных с повышенными нагрузками, мы снижаем требования (уменьшаем количество упражнений, объем выполнения упражнений).

Обучающиеся делятся на группы по половому отличию – девочкам и мальчикам, в силу их разных физиологических возможностей, особенностей, нами дается разная нагрузка (девочкам – меньшая); а так же при изучении разных разделов учебной программы. По результатам стартовой диагностики нами были разработаны и используются дифференцированные  упражнения по разделу «Гимнастика» для 5-х классов. При изучении раздела «Спортивные игры» команды мальчиков и девочек играют отдельно, так как мальчики в игровых видах спорта наиболее подготовлены. Они более подвижны, координированы, испытывают больший интерес к данному разделу программы, чем девочки. Если по желанию класса в играх формируются смешанные команды, то для мальчиков правила игр усложняются. Для развития основных групп мышц разработаны упражнения и комплексы упражнений с использованием гимнастической скамейки. Из большого количества предложенных заданий обучающиеся сами выбирают те упражнения, которые считают для себя наиболее нужными и полезными. Юноши акцентируют свое внимание на упражнения для развития силовых качеств (мышц рук, ног, брюшного пресса, спины), а девушки, в основном, выбирают упражнения для развития мышц брюшного пресса, ягодичных мышц.

Помимо деления обучающихся по медицинским группам, по половому отличию, разделяю обучающихся на группы по физическому развитию (физической подготовленности), который заключается в том, что детям с разным уровнем здоровья, физической подготовленности даются разные задания: сильным – более сложные (в техническом плане), с большим объемом заданий, серией упражнений, с большей нагрузкой, меньшим интервалом отдыха между сериями упражнений, с большими весами при выполнении силовых упражнений.

Обучающимся со средним уровнем физической подготовленности снижаем уровень физической нагрузки, учитывая их способности и подготовку. Обучающимся, даже имеющим основную и подготовительную медицинские группы, но обладающим ослабленным здоровьем и уровнем физической подготовленности ниже среднего мы даем щадящую нагрузку, чтобы у детей не случилось переутомления или травмы.

 Обучающимся имеющим специальную группу здоровья даем задание из раздела «Основы знаний» по темам («Приемы самоконтроля», «Органы кровообращения», «Осанка», «Комплекс упражнений для развития мышц» и т.д.).

Применяем дифференцированный подход не только при организации учебного процесса, но и при оценивании индивидуальных результатов обучающихся, учитываем прогресс каждого ребенка в собственном физическом развитии и физической подготовленности.

Работая в системе ***развивающего обучения*** в классах, занимающихся по системе Д.Б.Эльконина- В.В.Давыдова, обучающиеся являются субъектом образовательного процесса. На уроке формируем у обучающихся умение анализировать свою деятельность и корректировать ее. Работу организуем в малых группах, в которых самостоятельно обучающиеся анализируют материал предыдущих занятий, следят за правильным выполнением упражнений в своих отделениях, участвуют в судействе и т.д.

Система работы по использованию ***личностно - ориентированного подхода*** на уроках физкультуры состоит в комбинировании элементов личностно- ориентированных и здоровьесберегающих технологий, создании системы использования всех сторон методики урока: организации урока; подбора средств; использования методов обучения и методов физического воспитания. В своей педагогической деятельности мы не только формируем жизненно важные двигательные умения и навыки, но и воспитываем потребность в самоорганизации и умении самостоятельно выполнять физические упражнения. Наша задача заключается в том, чтобы помочь каждому ребенку осознать свои способности, создать условия для их развития, способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, т.е. осуществлять личностно-ориентированный подход при обучении и воспитании.

В рамках реализации ***ИКТ***, на уроках при освоении теоретического материала, с целью развития творческого потенциала детей, даем задания –  создать презентацию, видеоролик о спорте, о здоровом образе жизни и др.

В результате использования данных технологий и методик в обучении повышаются:

* положительная мотивация к урокам физической культуры;
* результативность учебного процесса;
* творческая активность обучающихся на уроках;
* интерес детей к изучению техники движений как к способу достижения результата.

Эффективность применения данных технологий и методик,  эффективность совместной деятельности подтверждается высокими показателями  качества обученности и позитивной динамикой при выступлении на соревнованиях различного уровня.

Организация учебного процесса и внедрения современных систем физического воспитания способствует положительной динамике уровня сформированности разносторонне физически развитой личности, что соответствует поставленной цели - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.