

**Прохорова Ольга Владимировна**

старший преподаватель

**Булнина Виктория Дмитриевна**

студентка

**Шаль Ольга Антоновна**

студентка

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный

педагогический университет им. К. Минина»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

DOI 10.31483/r-104207

## **АНАЛИЗ АКТУАЛЬНЫХ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИХ ПОСОБИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ПРОФИЛЯ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

***Аннотация:** в статье авторы анализируют актуальные учебно-методические пособия по физической культуре для подготовки студентов профильных специальностей на предмет современности подхода к физическому воспитанию. Рассмотрено, в чем отличие современных методических пособий по физической культуре, и их содержание. С помощью анализа подробно рассматриваются особенности обучения физической культуре в соответствии с возрастным диапазоном учащихся. Также в статье работе подробно отображена методология обучения физической культуре и её ключевые моменты.*

***Ключевые слова:** физическое воспитание, физическая культура, анализ, физическая подготовка, методы обучения.*

Физическая культура является одной из важнейших составляющих в жизни любого человека. Обучение физической культуры и основы физического воспитания закладываются в людей с самого детства, сначала родители и воспитатели, а затем и профильные специалисты. Именно на занятиях по физической культуре в школе, позже в профильных учреждениях ученикам и студентам дают практические и теоретические советы по сохранению и развитию физических качеств.

Учебные пособия для подготовки специалистов по физической культуре обновляются из-за постоянного получения новых знаний о физическом развитии и новых требований системы образования. Но зачастую эти учебники труднодоступны, не все студенты знают, что можно найти актуальные, новые пособия и пользуются устаревшими материалами для своих научных работ и самообразования. *Цель исследовательской работы* – проанализировать современные актуальные учебно-методические пособия по физической культуре.

*Задачи исследования:*

1. Рассмотреть учебно-методические пособия по физической культуре.
2. Акцентировать внимание на особенностях учебно-методического пособия: его задачах, возрастных периодах и основных разделах.

Начнём анализ учебно-методических пособий с учебника В.И. Ляха для начальной школы. Согласно программе физического воспитания, которая является комплексом для всех школьных возрастов, в период младшего школьного возраста внимание, прежде всего, уделяется формированию основных двигательных навыков и умений. Среди них стоит выделить ходьбу, бег, лазанье, прыжки, передвижение на лыжах. В возрасте от 7 до 10 лет формируются не только физические качества, но личностные. Такие как мышление, самостоятельность, сознание. Уроки физической культуры в школе являются одним из самых главных способов развития этих качеств. Всё они достигается в разной степени через двигательную активность считает В.И. Лях.

У каждой программы по физической культуре есть своя ориентация на определённый круг задач: укрепление физического здоровья школьников путем тренировки физических качеств, совершенствование навыков и умений, которые пригодятся школьнику в дальнейшей жизни посредством общих физических упражнений и специальных, основанных на базе того или иного вида спорта, развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями через игровую форму восприятия.

Рассмотрим пособие М.Я. Виленского «Физическая культура. Методические рекомендации. 5–7 класс». Автор утверждает, что его пособие способно

помочь педагогам по физической культуре в помощи прокладывания маршрута развития для ребенка в метапредметной, предметной и личностной сферах.

Автор рассматривает двигательные действия из различных сфер физической культуры. А именно двигательные действия в лёгкой атлетике, гимнастике с элементами акробатики, баскетболе, волейболе, футболе, лыжной подготовке и подготовке к комплексу ГТО. Пособие предоставляет методики для развития различных физических параметров, таких как сила, выносливость, скорость, гибкость и ловкость. Автор обращает внимание на то, чему должна обучить физическая культура, какие способы физической двигательной деятельности они смогут применять по окончании курса, овладеют знаниями об истории физической культуры, основными понятиями, навыками самостоятельного проведения занятий физической культурой, самонаблюдением и самоконтролем.

Следующее пособие, которое нам хотелось бы проанализировать, – пособие А.П. Матвеева «Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8–9 классы». Данное пособие насыщено педагогическими инновациями, идеями по развитию уроков физической культуры в школе. В нем разбираются основы тематического планирования, постановки задач на урок, проектная деятельность педагога.

Проектная деятельность педагога в данном пособии рассматривается в области предмета «Физическая культура» и включает в себя примеры, которые могут помочь будущим или нынешним педагогам в реализации своих идей для уроков. Автор предлагает свое видение результатов освоения программы по окончании курса физической культуры в школе, на которые можно опираться при создании проекта по данному предмету.

Для тематического планирования уроков в пособии представлена подробная таблица, охватывающая 5 разделов физической культуры, а именно: физическая культура, как социальное явление, физическая культура в жизни современного человека, организация и проведение самостоятельных занятий спортивной подготовкой, физкультурно-оздоровительная деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность

Таблица разделена по классам, в ней так же прописано количество времени, которое нужно уделить определенному разделу и теме. Пособие также содержит примерную поурочную программу. Стоит обратить внимание на то, что у данного автора есть много подобных методических пособий для разных возрастов, в которых можно найти такую же информацию, актуальную для конкретного класса, с которым работает педагог. Данные учебно-методические пособия соответствуют стандартам ФГОС, установленным в России и направлены на достижение учащимися личностного, межпредметного и внутри предметного развития. Учебники содержат психофизиологические особенности представленных возрастов, помогают в поурочном планировании, поддерживать интерес к физической культурной деятельности у школьников.

Стоит отметить, что данная литература сформирована так, что охватывает основные вехи развития человека в детском и подростковом возрасте – младшую и среднюю школу. А это значит, что данные методические пособия имеют прямую ориентацию на тот период, когда идёт основное физическое и психическое становление человека.

### *Список литературы*

1. Физическая культура. Методические рекомендации. 1–4 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2017. – 175 с.

2. Физическая культура. Методические рекомендации. 5–7 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций / М.Я. Виленский, В.Т. Чичикин, Т.Ю. Торочкова; под ред. М.Я. Виленского. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 2017. – 191 с.

3. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8–9 классы / А.П. Матвеев. – М.: Просвещение, 2017. – 96 с.

4. Сесорова О.В. Особенности менеджмента в сфере физической культуры и спорта / О.В. Сесорова, Ю.А. Красильникова, В.В. Антонова // Наука Красноярья. – 2021. – Т. 10, №5-1. – С. 148–154.