Омаров Омаркады Магомедзагирович
канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический университет им. Р. Гамзатова»
г. Махачкала, Республика Дагестан
Самохвалова Людмила Александровна
канд. пед. наук, старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный педагогический университет им. Р. Гамзатова»
г. Махачкала, Республика Дагестан
Новикова Наталья Борисовна
доцент
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет»
г. Махачкала, Республика Дагестан
Расулова Людмила Викторовна
канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Дагестанский государственный университет»
г. Махачкала, Республика Дагестан

АКТУАЛИЗАЦИЯ ВОПРОСОВ ПОВЫШЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ ЧАСТИ УРОКА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Аннотация: *в современной системе физического воспитания младших школьников одной их ключевых проблем является эффективность проводимых уроков физической культуры, которые выступают основной организационно-методической формой физкультурного образования в школе. В решении данной проблемы в настоящее время особое значение приобретает поиск более рациональных путей совершенствования эффективности проведения урока физической культуры.*

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Методы исследования: анализ и обобщение современной психолого-педагогической литературы, педагогического опыта высококвалифицированных учителей физической культуры.

Авторами статьи обосновывается возможность повышения эффективности проведения подготовительной части уроков физической культуры в начальных классах, посредством методически грамотного использования педагогом в учебном процессе незадействованных дидактических ресурсов: адекватных средств, методов и приемов обучения, форм организации учебно-познавательной и двигательной деятельности, с учетом решаемых в основной части урока образовательных задач, индивидуальных возможностей школьников младших классов.

Ключевые слова: *физическое воспитание, урок физической культуры, средства и методы обучения, формы организации учебной деятельности, двигательные задачи, двигательные задания.*

В младшем школьном возрасте на уроках физической культуры у детей закладываются знания основ здорового образа жизни, формируются двигательные умения, создается фундамент для дальнейшего физического совершенствования. Однако, практическая реализация задач физического воспитания учащихся начальной школы в рамках *организации и методики проведения* «подготовительной части» уроков физической культуры в настоящее время решается недостаточно эффективно.

Целевое назначение проведения *подготовительной части* в структуре урока физической культуры, как известно, предполагает «настроить» организм школьников на процесс решения образовательных задач *основной части* занятия, подготовку организма обучаемых к предстоящей физической нагрузке, путем выполнения комплекса относительно несложных двигательных действий [13; 14]. При этом, учителя физической культуры обычно соблюдают следующий

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

порядок действий, выполняемых классом: построение, строевые приемы на месте, ходьба и бег, затем выполнение ОРУ (упражнения для рук, туловища, ног, прыжки, дыхательные упражнения).

Как показали результаты анализа просмотренных нами уроков физической культуры в младших классах г. Махачкалы (сентябрь–октябрь 2026 г., всего – 19 уроков), в образовательной деятельности учителей выявлены определенные упущения, недочеты, обуславливающие в целом снижение качества учебного процесса, в частности, имеющих отношение к методике проведения (выбор эффективных методов, приемов и средств обучения, форм дидактического взаимодействия учителя и учащихся и др.) подготовительной части урока. По нашему мнению, основная проблема здесь заключается в *профессионально-дидактической готовности* учителя физической культуры, что конкретно проявлялось в следующих выявленных недостатках.

1. Относительно низкий уровень профессионального мастерства отдельных педагогов (как правило молодых или, возможно, недостаточно готовившихся к проведению данного урока), что выражалось в непродуманности действий на уроке: отдельные упражнения использовались без учета возраста и уровня подготовленности класса в целом; периодическое возникновение пауз из-за многократного объяснения и показа некоторых упражнений (нерационально потраченное время урока). В результате подготовительная часть получалась либо слишком короткой (учащиеся класса не успевали достаточно «разогреться»), либо чрезмерно затянутой, при этом дети неоправданно долго были неподвижны, а значит теряли интерес к занятию.

2. Однообразие в подборе *общеразвивающих упражнений* (ОРУ): продолжительное использование одного и того же комплекса ОРУ надоедает детям, что ведет к снижению мотивации к выполнению упражнений, превращает *разминку* в рутину. Практически не используется *поточно-проходной* способ проведения ОРУ, который позволяет (при необходимости) повысить моторную плотность урока; формирует у учащихся умения согласованных действий в строю, способ-

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ствует развитию координации движений и внимания. При этом, нередко выполняемые классом упражнения слабо связаны с задачами данного урока или не учитывают предметное содержание основной части, что не способствует эффективному решению поставленных образовательных задач.

2. Несоответствие предлагаемой физической нагрузки возрасту и уровню подготовленности детей: сложные или интенсивно выполняемые физические упражнения без учета возможностей детей класса ведет к перегрузке, психологическому дискомфорту, а порой и к травмам.

3. Неудачный выбор и применение методов и приемов обучения, форм организации учебной деятельности школьников. Например, использование «метода слова»: избыток словесной информации, что выражается в слишком подробном объяснении перед выполнением ОРУ (это снижает двигательную активность класса); «наглядный метод»: небрежный показ классу упражнений, практически не используется методический прием «зеркальный показ» и т. д.

4. Как правило, недостаточно внимания уделяется мотивации школьников на точное, технически правильное выполнение двигательных действий, упражнений, заданий.

Цель исследования: совершенствование организации и методики проведения подготовительной части урока физической культуры в начальных классах.

Объект исследования: процесс преподавания уроков физической культуры в общеобразовательных организациях.

Предмет исследования: методика проведения подготовительной части урока физической культуры в начальных классах.

Задачи исследования.

1. Проанализировать научно-методическую литературу по проблеме исследования.

2. Изучить и обобщить организационно-методический опыт учителей по проведению подготовительной части урока физической культуры в начальных классах.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

3. Выявить рациональные способы организации учебно-познавательной деятельности школьников младших классов; эффективные средства (упражнения, задания), методы и приемы обучения, влияющие на успешное решение задач подготовительной части урока физической культуры.

Методы исследования: анализ и обобщение современной психолого-педагогической литературы, педагогического опыта высококвалифицированных учителей физической культуры.

В процессе проведения урока учителю, в первую очередь, необходимо создать у детей *рабочую установку* на решение двигательных задач, для чего педагогу необходимо владеть приемами организации внимания учащихся, умениями поддерживать интерес к разучиваемым упражнениям, создавать положительную эмоциональную атмосферу на уроке, обеспечить оптимальную функциональную (физическую) нагрузку, при этом методически правильно размещать класс на спортивной площадке (спортзале) для последующей организации учебно-познавательной деятельности обучаемых [1; 2, 14].

В качестве основных (типичных) *средств* подготовительной части урока следует выделить:

– словесные воздействия педагога: команды, распоряжения, методические указания и др.

– гимнастические построения и перестроения, размыкания и смыкания и т. д.;

– ходьба и бег, выполняемые различными способами и с различным сочетанием положения рук;

– ритмичные прыжки и подскоки на месте и в движении, игры и короткие игровые задания;

– комплекс общеразвивающих упражнений;

– включение в подготовительную часть «игровых элементов» (использование физических упражнений, которые сочетают двигательную активность с игровым сюжетом или правилами) [3].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Учитывая возрастные особенности младших школьников, на подготовительную часть урока целесообразно отводить не более 10–12 минут. По результатам нашего исследования было выявлено, что эффективность решения образовательных задач в подготовительной части урока физической культуры зависит не только от ее продолжительности, но большей степени от содержания и методики проведения [1; 3–6, 11–14].

Для подготовительной части урока предпочтительнее подбирать большей частью такие упражнения, которые ранее были хорошо освоены школьниками, что позволяет педагогу при наименьшей затрате времени обеспечить одновременное и эффективное решение нескольких двигательных задач. При этом учителю следует помнить, что:

– на каждом уроке должны решаться задачи, поставленные для данного конкретного урока, не вводя, без необходимости, *дополнительные* (т.е. не планируемые по содержанию рабочей поурочной программы);

– любая задача подготовительной части урока, при необходимости, может также дополнительно решаться в основной и даже в заключительной части. Например, восстановление внимания, улучшение эмоционального состояния учащихся, дополнительная информация по технике исполнения осваиваемых двигательных действий и их практическое применение;

– особого внимания со стороны педагога требует тщательный отбор и умелое сочетание используемых на уроке методов (методических приемов) и средств обучения [1; 2, 4; 6].

Главная трудность в разработке содержания подготовительной части урока физической культуры, в частности у молодых педагогов, возникает в связи с необходимостью учитывать «переменные» условия – предметное содержание основной части урока, задачи обучения и готовность класса к их решению. При надлежащей квалификации педагога (владение умениями дидактического проектирования) в проектируемом им уроке могут быть почти полностью учтены все условия его эффективного проведения [7–10]. Состояние (готовность) учеников

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

может быть, в основном, предвидено педагогом и уточнено в процессе непосредственного проведения урока.

Основные средства организации младших школьников в начале урока – это команды и распоряжения, построения, перестроения, обмен приветствием, сообщение о предстоящей учебной деятельности. Поскольку именно здесь начинает складываться совместная деятельность педагога и учеников, взаимоотношения между ними, то воспитательная сторона использования вышеназванных средств приобретает первостепенное значение [11; 13; 14].

Размещая детей на определенном месте, в определенном порядке спортивного зала (школьной спортивной площадки), учителю важно обеспечить прежде всего организацию их внимания, создать положительный эмоциональный настрой у класса на совместную работу в процессе урока. От этого во многом будет зависеть успешность в решении основных задач урока. Какие задания подобрать для этого? Как выполнить их с детьми, чтобы они, в итоге, оказали должное влияние на качество учебно-воспитательного процесса?

Практика показывает, что, как правило, во всех классах в начале урока учащихся строят в одну шеренгу, в одном и том же месте. А известно, что однообразное и привычное вскоре надоедает детям, приводит к их дезорганизации. Нередко педагог допускает неряшливое выполнение даже в привычных построениях, не добивается с самого начала урока точности и аккуратности в действиях учеников. Такое начало урока не создает внутренней сосредоточенности, не настраивает детей на ответственное отношение к занятию, на стремление выполнять задания как можно лучше, что очень важно для дальнейшей успешной учебно-познавательной деятельности в основной части урока.

Применение двух–трех построений, да еще и в постоянных условиях выполнения (например, в одну шеренгу: мальчики всегда на правом фланге, а построение класса всегда по одной стороне зала), приводит к такой косности навыков, при которой дети с трудом реагируют даже на незначительные изменения обстановки. Поэтому в занятиях с младшими школьниками особенно важно избегать стандартов в построениях и перестроениях, учителю следует разнообразить

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

формы и приемы размещения и перемещения класса, варьировать временные и пространственные условия их выполнения и т. д. Например, строить в одну шеренгу продольно и по диагонали (то мальчики, то девочки на правом фланге), в две шеренги продольно и поперек зала, в две колонны по одному продольно и поперек зала. При этом, в роли направляющего в строю периодически ставить не только мальчиков, но и девочек. Весьма эффективными для решения задач подготовительной части урока являются задания на самостоятельный выбор классом или группами способа размещения в спортивном зале (площадке).

Из практического опыта работы можем рекомендовать педагогам использовать следующие приемы варьирования размещения учащихся класса в процессе проведения подготовительной части урока:

– постепенный переход от ранее заданных учителем ориентиров, определяющих направление передвижения и место размещения, к отвлеченным (не выполнявшихся ранее) заданиям: сначала вдоль начертанной учителем линии, затем по обозначенным заранее меткам для направляющих и, наконец, направляющий в строю самостоятельно выбирает место размещения класса по окружающим ориентирам;

– выполнение заданий подгруппами; смена мест и направлений построения; постепенное ограничение продолжительности действий; изменение способов передвижения; соревнования между подгруппами на точность, а затем на точность и быстроту выполнения заданий; видоизменение величины дистанции и интервалов в строю; увеличение количества и изменение порядка нескольких последовательных перестроений; самостоятельный выбор подгруппами пути передвижения к назначенному месту построения; самостоятельный выбор и творческое осуществление выбранных самими детьми способов построений/перестроений.

В любом случае к построению учащихся класса на уроке физической культуре необходимо предъявлять самые строгие требования. Основные из них: точное определение выполняемых двигательных действий к пространственным и временным условиям размещения групп или всего класса; сознательное и точное

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

согласование действий каждого ученика с действиями других; относительно высокая скорость и точность индивидуальных и коллективных действий; готовность к концентрации внимания и своевременному реагированию на изменение учебной ситуации на уроке.

Рапорт и проверка явки учащихся класса на урок. Нередко наблюдаемое в практике работы учителей физической культуры злоупотребление «перекличкой» учащихся и использования *сдачи рапорта дежурным по классу* (иногда, даже с 1-го класса) вынуждает нас специально остановиться на этом вопросе. При наблюдении в образовательной практике некоторых учителей подобного явления создается впечатление, что педагог «не знает, куда деть время». Между тем процедура сдачи рапорта не является жизненно необходимой в работе с детьми младшего школьного возраста и порой лишь затрудняет оперативность начала урока (тем более что программой она предусмотрена начиная с 3-го класса).

С другой стороны, в связи с отмеченным выше, следует отметить, что уже при первом ознакомлении детей с процедурой сдачи рапорта, каждый педагог наверняка заметит его положительный воспитательный и дисциплинирующий потенциал.

Таким образом, если учитель периодически включает в содержание подготовительной части сдачу рапорта дежурным, то при этом, нельзя допускать, чтобы находящиеся в строю в процессе сдачи рапорта разговаривали, отвлекались. Это отрицательно повлияет на дальнейший ход урока. Учитывая большую наполняемость младших классов, проверку явки детей на урок целесообразно начинать проводить до начала урока, используя при этом информацию учителя, за которым закреплен данный класс.

Обмен приветствиями между учителем и классом – обязательный элемент в проведении подготовительной части урока. Он должен быть взаимно благожелательным, спокойным, дисциплинирующим, воспитывающим корректное отношение к педагогу.

Постановка задач урока классу о предстоящей учебной деятельности.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В младших классах в начале урока педагогу нецелесообразно сообщать основные задачи урока, в которых он использует сложные для восприятия детьми термины (так как они пока еще не создают у детей конкретного, четкого представления о предмете изучения на данном уроке). Поэтому классу надо в доступной форме обозначить основные виды предстоящей познавательной (двигательной) деятельности: т.е., чем ученик будет заниматься на уроке. Также важно, подчеркнуть связь с содержанием предыдущего урока (что было на предыдущем уроке), с домашним заданием. Педагогу необходимо владеть умением вызвать у учащихся класса положительное отношение к предстоящей учебной деятельности, пробуждать (или усиливать) у них интерес (мотивировать) к намеченной на данный урок работе, желание осваивая двигательные действия действовать целесообразно.

Наиболее эффективные средства активизации двигательных функций организма детей традиционно считаются – ходьба (в том числе, ускоренная ходьба), бег в размеренном (среднем) темпе, ритмичные прыжки, танцевальные упражнения и игры.

Главные требования к работе с младшими школьниками в процессе использования вышеуказанных средств в решении задачи оздоровления ребенка – это постепенность нарастания прилагаемых двигательных усилий, ритмичность движений, посильная физическая нагрузка. Особенно важно привлечь внимание детей к необходимости овладения умением *управлять процессом бега*. Учителю необходимо добиться того, чтобы дети научились бежать в заданном темпе, равномерным умеренным длины шага. Нельзя преждевременно допускать бега детьми *наперегонки*. Возглавлять колонну класса в начале должен школьник, умеющий сохранять задаваемый педагогом темп бега. В дальнейшем этому следует, соблюдая поочередность, научить всех учеников данного класса. После освоения школьниками равномерного шага в беге, можно применять бег *врассыпную*, самостоятельно индивидуально меняя направление движения и чередуя бег с ходьбой.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

На начальном этапе освоения бега на уроках физической культуры, в зависимости от состояния и подготовленности занимающихся, целесообразно включить повторное пробегание учениками следующих отрезков: «3 × 30 м», «3 × 40 м», «2 × 50 м» и «3 × 50 м». Интервалы между пробегаемыми отрезками «заполняются» ускоренной ходьбой, с переходом на обычную ходьбу (расстояние отрезков ходьбы вполовину меньше пробегаемых отрезков). В дальнейшем можно переходить к более длительным отрезкам непрерывного бега. Правильность задаваемого учеником темпа в процессе бега, определяется учителем по частоте дыхания. Детям младшего школьного возраста недопустимы нагрузки, требующие чрезмерного напряжения физических и морально-волевых качеств.

Ускоренная ходьба, бег в умеренном темпе считаются одними из основных эффективных средств, используемых в подготовительной части урока физической культуры, так как при минимальных затратах времени они включают работу практически всю мускулатуру ребенка.

В содержании некоторых уроков педагогом могут быть использованы ритмичные прыжки (простейшие, с продвижением вперед и на месте, различным сочетанием положения рук) или хорошо ранее разученные игры с умеренными по напряжению двигательными действиями, в которых участвуют одновременно весь коллектив класса.

Выбор и применение игр и упражнений, выполняемых в игровой форме в подготовительной части урока. Хорошо воспринимают младшие школьники игры из серии «Будь внимательным». Приведем один из вариантов. Учитель предлагает следующее задание: «Я отойду в какую-нибудь сторону зала, а вы внимательно наблюдайте за мной, но не сходя с места. Как только остановлюсь и повернусь к вам лицом, бегите ко мне врассыпную («стайкой»), не обгоняя и не задевая друг друга. Остановитесь в 2 шагах от меня и будьте готовы внимательно выслушать мое следующее задание».

Если учащиеся начинают двигаться раньше остановки учителя, то он должен возвратить их на прежнее место и указать, что преждевременно начинать бег нельзя. Отметить, что не следует во что бы то ни стало *выделять себя*, становясь

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

ближе к учителю. Лучшим будет не тот, кто раньше прибежит, а тот, кто правильно выполнит задание учителя, проявит дисциплинированность, сдержанность и вежливость по отношению к учителю и товарищам по классу. Особенно учителю следует подчеркнуть, что для каждого важно учиться выдержке и самообладанию.

Конечно, в первых попытках отдельные ученики будут стараться встать ближе к учителю, забывая об установленных педагогом правилах выполнения задания. В этом случае педагог должен вновь напомнить классу требования (правила задания) и предлагает точно соблюдать указанное расстояние в следующей попытке, затем практически проверить исполненное классом задание шагами.

Начиная игру, некоторые ученики располагаются вплотную друг к другу. Видя это, учитель предлагает встать так, чтобы вокруг каждого было некоторое свободное пространство, и чтобы каждый мог хорошо видеть учителя, а учитель весь класс. Для проверки и уточнения правильности расположения каждого учащегося можно предложить классу поднять руки в положение – *стороны-книзу*. Тут же необходимо отметить тех учеников из класса, которые проявили сдержанность и первыми приняли правильное местоположение (на должное расстояние от всех).

Проведя данную игру с классом один раз, как правило, педагогу необходимо дать классу повторное инструктирование по соблюдению «правил игры». Но по результатам выполнения классом второй попытки, можно убедиться, что уже в процессе ее выполнения «изживаются» почти все допущенные ранее ошибки (недостатки) и дети с интересом, старательно выполняют все установленные требования, *мужественно* преодолевая стремление оказаться ближе остальных к учителю. В процессе проведения подобных игр, учителю необходимо объяснить детям их практическое назначение, приводя примеры из повседневной жизни (обращение к учителю, поведение на уроке, в столовой, театре и др.).

Свободное построение, позволяющее решать воспитательные задачи с младшими школьниками, воспринимаются ими как обычная игра и выполняется,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

как правило, с интересом и увлеченно. Подобные задания, выполняемые в игровой форме, можно проводить и по командам: «Ко мне шагом (бегом, прыжками) – «Марш!»; «На свои места шагом (бегом, прыжками) – Марш!». Знакомя класс с отдаваемой командой, необходимо предупредить учащихся о том, что они должны быть очень внимательными, выслушивать ее до конца (включая последнее слово – исполнительную часть команды – «Марш!»).

Разные команды (соответственно, разные действия, предполагающие к выполнению, после по той или иной команды, обращенной к классу) лучше всего чередовать (подавать *вперемешку*), а построения перед выполнением задания желательно на каждом уроке менять. Причем команды могут быть одновременными для исполнения как для всего класса, так и в отдельности для мальчиков и девочек. При построениях/перестроениях от учащихся следует требовать также технически правильное их исполнение. То же относится к выполнению заданий, применяемых при различных видах передвижений: ходьбе, беге, прыжках, в процессе выполнения которых классом, учитель должен обязательно контролировать принятие детьми правильной осанки (формировать привычку «держать спину»).

Построение класса (или в отдельности мальчиков и девочек) на указанное расстояние перед учителем или указанном месте и определенном строю, довольно редко применяемые средства и формы в практике работы учителей физической культуры. Между тем наш многолетний педагогический опыт показывает, что различные используемые построения/перестроения – эффективное средство не только для организации деятельности учащихся на уроке, но и решение важных развивающих и воспитательных задач, непосредственной подготовки к организованным действиям коллектива класса в повседневной школьной жизни. Задания, в основе которых заложено использование различных вариантов построений/перестроений, выполняемых классом, помогает учителю постепенно, целенаправленно вырабатывать у детей умения ориентироваться в пространстве, в коллективном взаимодействии на уроке, владеть собой в аналогичных жизненных ситуациях.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Приведем другие варианты заданий (из серии «Будь внимательным») – это сочетание различных видов (вариантов) ходьбы: обычная ходьба, на носках, на пятках, на внешней стороне стопы, с высоким подниманием бедра и, при этом, с различным сочетанием положения рук. По изменениям в задаваемых учителем с помощью хлопков ритмах, учащиеся должны самостоятельно определить время *смены шагов*, а затем, более сложное задание, требуемый учителем (после предварительного объяснения) переход класса на тот или иной вариант выполнения ходьбы, с изменением положения рук.

Второй вариант отличается от первого тем, что называются только виды ходьбы, входящих в учебную комбинацию, но не указывается порядок их чередования в процессе выполнения. В этом случае учащиеся должны самостоятельно определить следующий (очередной) вариант ходьбы, в зависимости от задаваемого учителем ритма и характера хлопков (или постукивания) и своевременно перейти к его выполнению.

Третий вариант: педагог не называет намеченные виды ходьбы, а предлагает учащимся, внимательно слушая его хлопки (или постукивания), самим определить, какой вариант ходьбы требуется выполнить в данный момент, соответственно, тотчас же перейти к его исполнению.

Четвертый вариант рассчитан главным образом на стимулирование самостоятельности учащихся. Учитель дает задание классу, в котором каждый ученик свободен в выборе любого варианта ходьбы или бега и любой последовательности их выполнения (на усмотрение учащегося). В комбинацию можно включать ранее освоенные на уроках виды ходьбы/бега.

Обязательное условие в проведении подготовительной части урока физической культуры – это включение в его содержание комплекса *общеразвивающих упражнений*. Используемые учителем разнообразные общеразвивающие упражнения должны правильно *преподноситься* детям в процессе их показа и объяснения. Это обеспечивается учителем путем четкого показа упражнения, сочетаемое с громким и ясным объяснением каждого движения (выполняемого на определенный счет), входящего в структуру данного упражнения.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Типичным назначением выполняемых младшими школьниками общеразвивающих упражнений – это развитие скелетной мускулатуры детей, формирование правильной осанки, формирование «школы» движений. Эти задачи успешно (до определенной степени) решаются в подготовительной части урока средствами общеразвивающих упражнений.

Содержание и используемые средства обучения подготовительной части урока, как было отмечено, должны быть подчинены решению задач основной части и служить созданию для этого наилучших предпосылок. Учитель физической культуры должен всегда помнить, что правильный подбор средств, методов и приемов обучения, форм организации учебной деятельности учащихся, планируемых для использования в подготовительной части, может быть обеспечен при условии их соответствия содержанию и обучающим задачам основной части урока.

Выводы. В решении задач совершенствования дидактических процессов на уроках физической культуры в начальных классах (*подготовительной части*), в качестве ключевых условий выступают следующие организационные и методические *ресурсы*, которые может и должен уметь задействовать педагог в своей работе:

1. Учитель должен владеть проективно-технологическими умениями. В частности, уметь разрабатывать проекты (план-конспекты) предстоящих уроков, а значит: диагностично формулировать задачи; четко структурировать *дозировку* на выполнение упражнений/заданий; найти «баланс» между объяснением упражнений/заданий и практической работой класса, что напрямую отражается на моторную плотность подготовительной части урока; организация контроля и др. Проще говоря, это когда у педагога «все продумано до мелочей» в виде спроектированного урока: от предметного содержания урока, постановки цели, структуры урока до выбора методов, методических приемов и средств обучения, и в итоге это должно действительно работать как «технологизированный дидактический процесс» [7–9].

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

2. Педагог должен свободно владеть разнообразным арсеналом средств обучения (физические упражнения); способен продумать эффективность использования в подготовительной части тех или иных форм организации класса (*фронтальная*, *поточная*, *групповая* – работа класса в малых группах), что позволяет на практике повысить учебно-познавательную, двигательную активность класса. Периодически чередовать используемые в подготовительной части комплексы ОРУ, включать элементы *игры* или *соревнования*, чтобы поддерживать интерес детей к выполняемым упражнениям.

3. Методически грамотно, как целостную *систему дидактических действий*, использовать арсенал методов и методических приемов обучения. В особенности хорошо владеть *практическими методами обучения* и *обучающими алгоритмами*, эффективно используемыми опытными учителями физической культуры для решения типовых двигательных задач.

4. Поддерживать дисциплину на уроке, устанавливать четкие правила поведения и последовательно их соблюдать. Учитывать индивидуальные особенности развития учащихся данного класса. Уметь, при необходимости, адаптировать нагрузку и сложность предлагаемых для выполнения упражнений под возможности каждого ученика класса.

5. Следить за *соответствием* используемых в *подготовительной части* упражнений, с двигательными задачами, которые решаются в *основной части* данного урока. Это позволяет повысить осмысленность выполнения упражнений учащимися класса, их вовлеченность в решение поставленных учителем основных задач урока.

6. Педагог должен обладать «дидактическим мышлением», быть «дидактически гибким», а, значит, принимать правильные (обоснованные) решения в соответствии с периодически возникающими на уроке теми или иными учебными (проблемными) ситуациями. Например, если педагог видит, что класс явно устал или не справляется с поставленной задачей/заданием, то должен скорректировать план урока по ходу его проведения.

Список литературы

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

1. Ибракова, Д. С. Особенности организации и методики проведения уроков физической культуры с учащимися младшего, среднего и старшего школьного возраста / Д. С. Ибракова, Ж. Н. Довлетукаева // Актуальные проблемы совершенствования системы непрерывного физкультурного образования: сборник материалов V Международной научно-практической конференции. – Грозный : ЧГПУ, 2021. – С. 135–145.

2. Клосова, Е. В. Методические рекомендации для проведения занятий по физической культуре : учебно-методическое пособие / Е. В. Клосова. – Саратов : НАУКА, 2018. – 160 с.

3. Кузекевич, В. Р. Методические рекомендации проведения вводно-подготовительной части урока физической культуры как средства повышения интереса обучающихся / В. Р. Кузекевич, А. А. Русаков, В. Ю. Еремчук // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 8 (222). – С. 183–187.

4. Курдюков, Б. Ф. Методические приемы повышения плотности подготовительной части уроков физической культуры в первых классах / Б. Ф. Курдюков, М. Б. Бойкова, И. К. Спирина // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2024. – № 3. – С. 25–28.

5. Ляховская, И. В. Применение игрового метода на уроках физической культуры в подготовительной части урока с учащимися начальной школы / И. В. Ляховская // Стратегические ориентиры развития науки и образования. – Чебоксары : Интерактив плюс, 2024. – С. 86–88.

6. Окунева, Ю. С. Включение игрового элемента в подготовительную часть урока физической культуры в начальной школе / Ю. С. Окунева, А. А. Ястребов // Вопросы педагогики. – 2021. – № 11–1. – С. 337–339.

7. Омаров, О. М. Учебно-проектировочная деятельность студентов в системе профессиональной подготовки физкультурно-педагогических кадров / О. М. Омаров, Б. М. Борлакова, Н. Б. Новикова // Инновации в образовании. – 2019. – № 3. – С. 75–88.

8. Омаров, О. М. Формирование дидактической культуры педагога в структуре вузовской подготовки бакалавров в области физической культуры и спорта /

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

О. М. Омаров, Б. М. Борлакова, Н. Б. Новикова // Мир науки, культуры, образования. – 2023. – № 3 (100). – С. 50–59.

9. Омаров, О. М. Проектирование в педагогической деятельности : учебное пособие / О. М. Омаров, М. О. Демченко. – Казань : Бук, 2026. – 272 с.

10. Омарова, М. О. Основные принципы проектной деятельности в профессиональном образовании / М. О. Омарова, Х. А. Алижанова // Технолого-экономическое образование. – 2015. – № 3. – С. 58–61.

11. Першин, Ю. Л. Повышение эффективности проведения подготовительной части практических занятий по физической культуре / Ю. Л. Першин, Л. А. Нюрксне // Концепции развития науки в современных условиях : сборник статей V Международной научной конференции. – Санкт-Петербург : ГНИИ НАЦРАЗВИТИЕ, 2026. – С. 15–19.

12. Прокопенко, В. И. Подвижные игры для учащихся начальной школы : учебное пособие / В. И. Прокопенко, А. К. Ковалевский, В. В. Прокопенко. – Екатеринбург, 2003. – 187 с.

13. Чепаков, Е. М. Гимнастика в школе: подготовительная часть урока : учебное пособие / Е. М. Чепаков, А. И. Рябчиков. – Санкт-Петербург : РГПУ им. А.И. Герцена, 2022. – 136 с.

14. Методика проведения подготовительной части урока физической культуры с гимнастической направленностью : учебное пособие / А. М. Цыганов-ский, Е. А. Цыбина, О. Н. Шкитырь [и др.]. – Брянск : БГУ им. акад. И.Г. Петровского, 2022. – 132 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)