

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОВЕДЕНИЯ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СО СТАРШЕКЛАСНИЦАМИ**

<sup>1</sup>Величко Е.Б., <sup>2</sup>Дорошко А.Г.

<sup>1</sup>БГУ, <sup>2</sup>УО МГПУ им. И.П. Шамякина

Физическое воспитание в условиях реформирования системы образования формирует систему ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни, обеспечивает мотивационную, информационную, функциональную и двигательную готовность к нему. Оно осуществляется в соответствии с общими и специфическими для него закономерностями, принципами и правилами педагогического процесса. Влияет на интеллектуальные, психологические, морально-волевые и другие качества личности.

Основной формой физического воспитания в школьном образовании являются обязательные учебные занятия. В процессе таких занятий изучается учебная дисциплина «Физическая культура» - структурная единица системы образования.

На занятиях физическим воспитанием решение главной цели - способствовать укреплению здоровья, повышению работоспособности для производительной работы в различных областях человеческой деятельности, что возможно только при сознательном отношении старшеклассниц к занятиям физическими упражнениями. Поэтому основной задачей учителя физической культуры является убеждение старшеклассниц в том, что двигательная активность является лучшим средством профилактики болезней.

Старшеклассницы не любят приказаний. Вежливая просьба во многих случаях приносит больше пользы в общении с ними. Немало ошибок допускают они в оценке личности других людей. Они весьма склонны к категоричным суждениям и оценкам. В этом случае может помочь терпеливое объяснение.

Старшеклассницы нуждаются в поощрениях. Оценка работы девушек стимулирует их к дальнейшей ещё более упорной работе. При наказании необходимо проявлять определённую чуткость и такт, понимать психологию девушек, не умалять их достоинства.

Пути решения заключаются в усовершенствовании процесса физического воспитания. Имеет смысл пересмотреть содержание самих уроков физической культуры, во время которых будут учитываться не только интересы и потребности, но и пожелания старшеклассниц. Особое значение имеют занятия, в которых будут использоваться те виды физических упражнений, которые нравятся старшеклассницам, направлены на улучшение фигуры, гибкости, грациозности, изящества движений и походки, упражнения способствующие подготовке организма женщин к детородной функции.

При планировании занятий по физическому воспитанию со старшеклассницами необходимо учитывать половозрастные и биологические особенности девушек. В частности, многие учителя в процессе работы не могут подобрать упражнения, соответствующие возрасту и подготовке старшеклассниц, это, в свою очередь, негативно сказывается как на здоровье девушек, так и на отношении их к занятиям физической культурой.

Таким образом, совершенствование проведения уроков физической культуры со старшеклассницами возможно при соблюдении ряда условий:

- Во время занятий осуществлять индивидуальный подход.
- Учитывать интересы и потребности старшеклассниц при выборе физических упражнений.

« Включение большего количества часов на вариативный компонент адаптации к интересам старшеклассниц.

- Необходимо использовать музыкальное сопровождение во время выполнения физических упражнений для того, чтобы сделать занятие более эмоциональным и привлекательным.

- Улучшение материально-технической базы школ.

Следовательно, необходим поиск новых педагогических моделей, инновационных технологий, направленных на изучение интересов старшеклассников.

Таким образом, реализация вышеперечисленных методов (путей), позволит, на наш взгляд, сформировать у девушек старшего школьного возраста позитивное отношение к урокам физической культуры в школе.

МГПУ им. И. П. Шамякина