

Секция «Исследования в области физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности»

Технология организации и проведения урока физической культуры в школе

Дубинников Адель Ринатович

Студент (бакалавр)

Мордовский государственный педагогический университет им. М. Е. Евсевьева, Саранск,
Россия

E-mail: adeldubinnikov252@gmail.com

Современная школа всё больше обращает внимание на развитие физических и личностных качеств учащихся, формирование у них здорового образа жизни и мотивации к регулярным занятиям спортом. Организация урока физической культуры играет ключевую роль в достижении этих целей. Технология проведения урока — это системный подход, включающий планирование, подготовку и выполнение учебного процесса с учетом возрастных особенностей, уровня подготовленности и индивидуальных возможностей учащихся. В данной работе рассматриваются основные этапы и современные подходы к организации и проведению уроков физической культуры.

Цели урока включают развитие физических качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости), формирование умения создавать и реализовывать спортивные навыки, а также воспитание командного духа, ответственности и самодисциплины. Задачи — обеспечить систематическое развитие двигательных умений, укрепление здоровья и формирование позитивного отношения к физической активности.

Организация урока начинается с его проектирования, включающего определение целей, содержания, методов и форм работы. Важное значение имеет подготовительный этап (подготовка площадки, инвентаря, уяснение санитарных требований), а также создание благоприятной психологической атмосферы. Не менее важно продуманное распределение времени — одно из главных условий эффективности урока.

Урок традиционно состоит из следующих частей: входная часть (приветствие, разогревающие упражнения), основная часть (выполнение специфических упражнений, игр и соревновательных элементов) и заключительная часть (заминка, подведение итогов, рефлексия). Каждая часть выполняет свою функцию: подготовку организма к нагрузке, достижение поставленных задач и закрепление результатов.

Эффективность урока повышается за счет внедрения дифференцированного подхода, игровых методов, включения инновационных средств и современных технологий (видео, компьютерные симуляции). Особое место занимает использование командных игр и соревнований, которые способствуют формированию командного духа и социальной компетентности.

На сегодняшний день актуальными являются проблемы недостаточной мотивации учащихся к физической активности, отсутствие индивидуального подхода и недостаточное использование современных технологий. Перспективные направления — углубленное внедрение интерактивных методов, развитие массового спорта и создание условий для занятий на внеурочной и кружковой базе.

Технология организации и проведения урока физической культуры — это сложная и многогранная система, ориентированная на достижение максимальных образовательных, воспитательных и оздоровительных целей. Современные подходы и инновационные технологии позволяют сделать уроки более интересными, продуктивными и адаптированными к потребностям каждого ученика. Важно постоянно совершенствовать методы и формы работы, чтобы обеспечить формирование у детей стойкого интереса к физической деятельности и здоровому образу жизни.

Источники и литература

- 1) Физическая культура : учебник для вузов / под редакцией Е. В. Конеевой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 609 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18617-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/586530>.
- 2) Алхасов, Д. С. Теория и история физической культуры : учебник и практикум для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04714-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585856>.
- 3) Алхасов, Д. С. Организационно-методические основы физкультурно-спортивной работы : учебник для вузов / Д. С. Алхасов. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 144 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15395-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/589104>.