**Проектная и исследовательская деятельность на уроках физическая культура**

 В ходе модернизации образования одной из основных задач в преподавании предмета «физическая культура» становится освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни. При реализации мы неизбежно сталкиваемся с рядом трудностей: лишать детей столь необходимой двигательной активности в пользу изучения теории, либо изучать теоретическую часть вскользь, не акцентируя на этом большого внимания. Это заставило нас искать новые стратегии в преподавании именно теоретической части физической культуры. Практика показала, что наиболее рациональным является внедрение метода **проектов**

Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика по физической культуре. Обучающиеся по физической культуре делятся на основную, подготовительную и специальную группы. Ученикам с подготовительной и специальной группой можно заниматься с ограничениями. Помимо этого, учащиеся болеют, а затем их освобождают от уроков физической культуры на некоторый срок. Все временно освобожденные должны быть аттестованы по предмету физическая культура. Один из вариантов решения данной проблемы – это использование проектной деятельности на уроках.
Проект может включать элементы докладов, рефератов, исследований и любых других видов самостоятельной творческой работы учащихся, но только как способов достижения результата проекта.
Хочу поделиться опытом по данному вопросу. Работу мы начинаем от простого к сложному.
Ученики начинают с простого исследования – это с сообщений, рефератов, докладов.
Например, сообщение «Влияние физических упражнений на органы зрения». Ребенок выясняет можно ли заниматься физическими упражнениями при заболевании глаз, а затем составляет комплекс упражнений для себя. Результатами делимся с классом в начале урока.
Для учеников разработаны темы сообщений на выбор, хотя они могут предложить и свои. Этот раздел я назвала «Познай себя». Темы разработаны по всем разделам программы.
Следующий этап — это презентации и написание инструкций.
Презентации можно составлять в виде справочного материала (истории спорта, правил игры и т.д.) или в виде тестовых заданий.

Составление кроссвордов разнообразит учебную деятельность, привлекает внимание учащихся, позволяет проверить конкретные знания по теме. Дети очень любят кроссворды.

Составление инструкций очень интересный вид деятельности. Данное задание можно применять не только с освобожденными учениками, но и с учениками, у которых что-либо не получается. Например, у ребенка не получается верхний прием и передача мяча в волейболе. Для этого ему предлагается написать инструкцию. Предварительно ученику объясняется, на что необходимо обратить внимание. Причем задание можно дать нескольким ученикам, а затем обсудить всем вместе и исправить ошибки или научить одноклассника.
Приведу пример одной из таких инструкций.
Инструкция
Передача и прием мяча сверху
Основой правильного выполнения передачи мяча является своевременный выход к мячу и выбор исходного положения:
• Ноги согнуты в коленях и расставлены, одна нога впереди
• Туловище находится в вертикальном положении
• Голова приподнята
• Руки согнуты в локтях
• После передачи мяча ноги и руки выпрямляются
Правильная техника постановка кистей рук:
• Поднять кисти рук приблизительно на 15 см выше головы
• Пальцы рук должны быть расставлены
• Большие и указательные пальцы формируют равнобедренный треугольник
• Контакт с мячом должен произойти со всеми десятью пальцами
• Ладонь руки никогда не должна соприкасаться с мячом
К инструкции может быть приложен рисунок.


Вместе с получением информации ученик учится правильно излагать материал, оформлять, выступать перед одноклассниками.
И наконец, самое трудоемкое – это написание научно-исследовательской работы. Последние исследовательские проекты у нас были на темы: «Мой любимый лыжный спорт, «Мой друг-велосипед», «Почему дети любят подвижные игры», «Почему коньки скользят на льду» «Роль физических упражнений на формирование осанки». С этими работами мы выступали на Республиканских, Региональных, муниципальных научно-практических конференциях, где ребята ставали победителями, призерами, участниками на этих конференциях. С одной из моих учениц мы сделали проект спортивный календарь с ключевыми датами спорта на 2018 год.

Также в нашей замечательной гимназии ежегодно проводятся такие проекты, как Волейбол среди родителей учащихся, «Папа, мама, я - спортивная семья», «Спортивная викторина», «Волейбол на переходящий кубок среди учащихся», которые помогают организовать наши учащиеся.

Вот так мы аттестовываем наших освобожденных учеников с помощью проектной деятельности.
В заключении хочется сказать, что

1. Проектные работы могут выполнять учащиеся, относящиеся к любой группе здоровья, освобожденные от уроков физической культуры, чтобы не просто получить оценку, но, прежде всего, почувствовать свою причастность к спорту, более активно использовать в своей жизни физические упражнения.

2. Материалы проектов могут использоваться для проведения Олимпийских уроков, создания стендов, подготовки различных мероприятий и др.

3. Материалы проектов могут использоваться учителями-предметниками для проведения метапредметных уроков.

4. Ученики и учитель получат опыт проектной деятельности, который пригодится им в дальнейшем.

Свое выступление я хочу закончить словами известного драматурга, политика и поэта Джозефа Аддисона : **«Чтение для ума — то же, что физические упражнения для тела».**

**Спасибо за внимание.**