**Дисциплина на уроке физической культуры**

**через метод круговой тренировки.**

**Эта история произошла со мной лет семь назад, как раз после Нового года. Переехав из города Томска в село Каргасок, я пришел устраиваться в школу №1. Прошел медицинское обследования, получил 9 б класс. Его мне передал мой коллега и сказал: «Петр Владимирович крепись, класс тяжелый, есть уникумы, которые портят дисциплину на уроке». Я прослушал напутствующие слова, поблагодарил друга и пошел на урок.**

**По звонку построил класс, произвел расчет и поприветствовал учеников. Эта часть урока прошла хорошо.**

**Перекличка показала мне всех выше перечисленных уникумов и их «прекрасное» поведение. Они смеялись, когда я неправильно озвучивал фамилии, выходили из строя, говорили громко.**

**После переклички, я назвал раздел, цель и задачи и приступил к разминке. Во время подготовительной части урока юноши усилили свой гам. Мои замечания не приносили пользы. И я спокойно ждал основной части урока.**

**В основной части урок должен быть баскетбол. Но так как парни вели себя плохо, то для них наступило педагогическое наказание методом круговой тренировки.**

**Метод круговой тренировки подразумевает станции с физическими упражнениями. В моем случае станции были следующие: 1. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание), 2. Приседание, 3. Сгибание и разгибание туловища из положения лежа ноги, согнутые в коленях (пресс), 4. Выпрыгивание из положения присед, 5. Челночный бег в 9-метровой зоне. Работали ученики в парах с нагрузкой 3 по 30 секунд со сменой станций 25 минут, то есть до конца урока.**

**Мальчики просились попить, сходить в туалет, чтобы хоть маленько отдохнуть, но я был не умолим и до конца урока они выполнили всю физическую нагрузку.**

**Подводя итоги уроки, школьникам были озвучены требования урока физической культуры и поведения в спортивном зале. Парни ушли в раздевалку на полусогнутых ногах и не в том настроении, которое у них было в начале урока.**

**Я думал, что они будут жаловаться и не придут больше на уроки. Но парни на следующем уроке попросили прощение, и мы рука в руку дошли с ними до выпускного.**

**В заключении моего рассказа хочу сказать, что мы много раз еще возвращались к методу круговой тренировки на уроках физической культуры, но это было только по просьбе школьников.**