**Методическая система на тему « Методика физического воспитания школьников с использованием современных образовательных технологий»**

**«Любой выбор, любой труд, который будет способствовать улучшению здоровья детей, бесценен, результатом и наградой является сознание, что ты внёс свой вклад в то, чтобы здоровье детей стало лучше, а жизнь нравственнее, чтобы сегодняшние подростки стали завтра духовно и физически здоровыми личностями на благо себе и Отечеству»**

Сегодня нельзя найти ни одной сферы человеческой деятельности, не связанной с физической культурой, поскольку физическая культура и спорт – общепризнанные материальные и духовные ценности общества в целом и каждого человека в отдельности. Не случайно все последние годы всё чаще говорится о физической культуре не только как о самостоятельном социальном феномене, но и как об устойчивом качестве личности.

 Новые требования к преподаванию предмета, обусловленные новыми федеральными государственными стандартами, способствовали тому, что учителем была разработана и успешно адаптирована собственная методика обучения обучающихся всех категорий.

 Говоря о развитии физической культуры, я не забываю, что основой физического воспитания является урок. Урок физической культуры способствует укреплению здоровья, всестороннему развитию личности, обучению основам гигиенических знаний. При правильном подходе к развитию физических качеств, происходит укрепление здоровья школьника. Обучение в школе увеличивает нагрузку на организм ребенка. Физиологически доказано, что двигательная активность необходима в любом возрасте, наиболее выражена она у детей и подростков. Растущий организм особенно нуждается в мышечной деятельности, поэтому недостаточная активность, некомпенсируемая необходимыми по объему и интенсивности физическими нагрузками, приводит к развитию целого ряда заболеваний. В современной школе высокие и продолжительные учебные нагрузки неблагоприятно сказываются на здоровье школьников и часто приводят к срыву базовых биологических функций.

**Актуальность моей педагогической системы** очевидна, так как учитель физической культуры – это «Педагог динамичного действия», потому- что в процессе его педагогической деятельности наравне с общепедагогическими способностями учитель развивает и совершенствует у обучающихся и двигательные способности. Каким будет результат труда учителя на сегодняшний день – таким будет и современное общество. Насколько грамотно будет выстроена педагогическая система работы учителя физической культуры, настолько здоровым будет наше молодое поколение в будущем.

**В своей системе педагогической работы ставлю цели:**

* укрепление здоровья детей средствами физической культуры;
* формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности;
* развитие и совершенствование физических качеств;
* использование средств физической культуры и спорта в организации здорового образа жизни;
* коррекция имеющихся заболеваний средствами лечебной физической культуры.

**Решаю следующие задачи:**

1. Применение наиболее эффективных организационных форм, средств и методов проведения уроков физической культуры.

2. Поиск рациональных подходов к нормированию физических нагрузок, адекватных функциональному состоянию организма обучающихся обеспечивающих сохранение и укрепление и профилактику их здоровья.

3. Развитие у обучающихся универсальных умений, позволяющих самостоятельно обучаться в течение всей жизни, уметь решать возникающие проблемы.

4. Формирование необходимых в предметной и метапредметной сфере умений и навыков, добывать необходимые для жизни знания из различных источников.

5. Формирование самостоятельной деятельности обучающегося на уроке и во внеурочной деятельности и способствование достижению высокой результативности в умении справляться с различными физическими и психологическими нагрузками в учебной и трудовой деятельности.

6. Формирование физической культуры личности юношей и девушек в процессе овладения содержанием физкультурной деятельности, освоение ими навыков разработки индивидуальных методик самостоятельных занятий физическими упражнениями.

 7. Введение в урочную деятельность корригирующих и общеразвивающих комплексов упражнений, способствующих профилактике имеющихся заболеваний. Обучение составлению различных комплексов корригирующих упражнений по специфике своего заболевания и дальнейшее применение их в практической деятельности.

В своей работе опираюсь на теорию выдающегося ученого П.Ф.Лезгафта. На теории ученых в области физической культуры: Владимира Иосивовича Ляха, С.М.Вайцеховского, А.Т. Паршикова, В.В. Кузина, М.Я. Виленского .

Данную систему педагогической работы смогут применять учителя физической культуры при проведении уроков в 1-11 классах по всем темам образовательной программы, при проведении внеурочной деятельности для подготовки к Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура», для специальной и общефизической подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО. Отдельные методы и средства могут применять тренеры при подготовке к соревнованиям.