**Cамоанализ**

**педагогической деятельности учителя физической культуры**

**МБОУ «СОШ № 87» Прокловой Марины Игоревны**

**1. Ф.И.О.** Проклова Марина Игоревна

**2. Год, число, месяц рождения** 01.09.1991

**3. Место работы** Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 87»

**4. Занимаемая должность на момент аттестации** учитель физической культуры

**5. Образование** ФГАОУ ВО Национальный Исследовательский Томский Политехнический университет, 2014г.

**Специальность по диплому**  Специалист по физической культуре и спорту

**Программа, по которой работаю** «Комплексная программа физического воспитания. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, 2007.

В 2014 году я закончила ФГАОУ ВО Национальный Исследовательский Томский Политехнический университет. Решением Государственной экзаменационной комиссии присвоена квалификация «Специалист по физической культуре и спорту». Сейчас работаю в школе № 87 г. Северска с сентября 2015 года.

Область «Физическая культура» призвана, на мой взгляд, формировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности. Целостным развитии своих физических и психологических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основная цель моей работы- сохранение и укрепление физического и психического здоровья учащихся средствами физической культуры и спорта. Эта цель достигается в процессе обучения и воспитания учащихся и раскрывается в задачах:

* Укрепление здоровья, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.
* Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены.
* Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
* Воспитания привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
* Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
* Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности.
* Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Успешным может быть только такой урок, в котором соблюдены три главных условия:

* Интерес к нему учащихся (это можно проконтролировать, если хотя бы изредка советоваться с детьми, спрашивать, что им понравилось или не понравилось на только что закончившемся уроке.
* Урок должен быть полностью осмыслен занимающимся, понятным, им по постановке цели и выбору средств.
* Урок-это место, где каждому выделано время, приобретать умения заниматься самостоятельно при высокой сознательной дисциплине.

Моя рабочая программа составлена на основе программы, рекомендованной МО РФ, под редакцией доктора педагогических наук В.И, Ляха, кандидата педагогических наук А.А. Зданевич. Программа соответствует Федеральному компоненту Государственного образовательного стандарта и федеральному базисному учебному плану.

Качественное выполнение программы по физической культуре обеспечивает материально-техническая база школы. Наличие школьного спортивного стадиона, двух спортивных залов (малого и большого) и тренажерной площадки. В малом зале обучаются учащиеся с 1-го по 4 класс, в большом учащиеся с 5-го по 11 класс. На стадионе проводятся занятия по легкой атлетике, спортивным играм и лыжным гонкам, в залах по спортивным и подвижным играм, гимнастике. На тренажерной площадке занимаются силовой подготовкой школьники 8-11 классов.

В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Важность в такой ориентации образовательной области как «Физическая культура» чрезмерно высока, поскольку, согласно данным Минздрава РФ, лишь 14% детей практически здоровы, в то время как более 50% имеют различные функциональные отклонения, 35-40% хронические заболевания. По данным специалистов, последствия интенсификации учебного процесса в образовательных учреждениях ведут к дисгармоничному физическому развитию учащихся, создают проблемы с общей умственной и физической работоспособности, психофизической перегрузкой.

Малоподвижный образ жизни делает организм человека беззащитным при развитии различных заболеваний. Для того что бы дети росли здоровыми, необходимо правильное физическое воспитание и здоровый образ жизни учащихся.

Все занятия физической культуры я веду с учетом возрастных физиологических особенностей, индивидуальных возможностей, уровня двигательной подготовленности и состояния здоровья учащихся, используя индивидуальный и дифференцированный методы обучения.

При подготовке уроков я выделяю четыре основные задачи:

* Образовательные: формирование у обучающихся теоретических и методических знаний, овладение способами (умениями и навыками0 собственно двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.
* Развивающие: задачи состоят в обеспечении высокого уровня разностороннего развития, прежде всего, координационных и кондиционных способностей (выносливость, сила, гибкость, быстрота), развитие у обучающихся речемыслительных и интеллектуальных процессов, двигательной памяти, движения и разнообразной чувствительности, приобретающей в процессе занятий конкретными видами спорта специализированный характер в виде чувства мяча, дистанции, снаряда, времени.
* Воспитательные: на занятиях физической культурой надо усилить акцент на воспитание духовно-нравственных и волевых качеств личности; создание педагогических условий для выработки интереса и потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом; воспитание сознательного и активного отношения к ценностям здоровья и ЗОЖ.
* Оздоровительные: задачи состоят в том, чтобы: содействовать гармоничному физическому развитию обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей; сформировать общественные и личностные представления о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности; содействовать воспитанию привычке к здоровому образу жизни.

Наши дети стали меньше двигаться. Появились многосерийные сериалы по телевизору, компьютерные игры, сотовые телефоны и интернет. Сегодня нормальный день школьника- шесть уроков в школе плюс два, три часа дома на самоподготовку, три-четыре часа у телевизора или монитора. Я напоминаю, учащаемся закономерности режима дня. Более подробно рассказываю о динамике работоспособности человека в течении дня, так как это необходимо для правильного самостоятельного планирования занятий физическими упражнениями.

Строго слежу за спортивной формой и обувью своих учеников. Во время занятия контролирую соблюдение учениками правил техники безопасности при выполнении упражнений, учу детей следить за своим самочувствием во время урока и вне его.

Большое внимание отвожу на развитие физических качеств. Ведь быстрота, ловкость, сила и выносливость необходимы каждому человеку, эти качества тесно связанны формированием у детей двигательных навыков. Обучая детей, широко использую слово и показ, что играет важнейшую роль в формировании знаний, как о разучиваемых упражнениях, так и о двигательной деятельности вообще.

На своих уроках физической культуры обеспечиваю максимальную занятость всех учащихся и продуктивность их работы (выполнение заданий в предусмотренном объеме и с нужными результатами), безопасность, порядок и дисциплину. Стараюсь, чтобы каждый урок давал достаточно большую физическую нагрузку на организм школьников, чтобы учащиеся приобрели такие знания и умения, которые они смогут впоследствии использовать для самостоятельной тренировки.

Работу учащихся по освоению двигательных навыков, развитию двигательных качеств организую фронтальным, групповым или индивидуальным методом, одновременно, посменно или поточно. При развитии двигательных качеств большую плотность нагрузки стараюсь достигнуть применением кругового метода тренировки. Ценность его обусловлена еще и тем, что он в большей степени стимулирует развитие самостоятельных навыков школьников. Я составляю определенный комплекс упражнений с тем, чтобы дать необходимую нагрузку на все или на некоторые группы мышц, развить то или иное двигательное качество.

Социальная компетентность учащихся формируется на моих уроках через следующие формы: спортивная игра, соревновательная и судейская деятельность. Игровые виды спорта развивают в детях лидерские качества и способствуют воспитанию командного духа. Физическая культура и спорт воспитывает в детях дух соперничества и учит их участию, независимого от того заканчивается оно победой или поражением, помогает корректно и позитивно принимать оба варианта. Игровые виды спорта, соревновательная и судейская деятельность очень полезны для развития в человеке социальных навыков. Спорт учит взаимодействию между людьми и командным действиям, способствует коллективному мышлению, беспристрастному отношению к ситуации и развивает навыки планирования в детях. Способствует воспитанию инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности. Таким образом, физическая культура и спорт играет важную роль в социальном развитии человека.

Особое внимание уделяю слабо подготовленным ученикам, облегчая условия выполнения упражнения, стремлюсь вселить надежду и уверенность в них. К ученикам с хорошей физической подготовкой предъявляю повышенные требования при выполнении заданий и частично усложняю упражнения. К тем ученикам, которые не проявляют интереса к физической культуре, так же подхожу индивидуально. Стараюсь выявить причины в беседе с ним, родителями, его товарищами и дать ему отдельные поручения по учебной или внеклассной работе. Основным принципом создания положительной мотивации деятельности ученика на уроке является посильное участие в решении поставленной на уроке задачи.

Важную роль в своей работе отвожу контролю уровня физической подготовленности. Я считаю обязательным систематически проверять и оценивать уровень развития физических качеств учеников и динамику их изменения за период обучения. Своевременный контроль и оценка успеваемости с способствует осуществлению индивидуального подхода к занимающимся. Тестирование помогает мне не только оценивать учащихся, но и проводить спортивный отбор для участия в соревнованиях, а также выявлять преимущества и недостатки применяемых средств, методов обучения и форм организации занятий.

Динамику учебных достижений учащихся по результатам внешних факторов, могу предоставить в виде результатов участия детей в соревнованиях, что показывает положительную динамику выступлений сборных команд школы и отдельных учащихся в различных спортивных соревнованиях.

На своих занятиях стараюсь поддерживать положительную психологическую атмосферу, построенную на доброжелательных, уважительных и открытых отношениях с учениками. Дети очень чувствуют отношение к ним учителя, зачастую не получая понимания и достаточного внимания от родителей, они доверяют педагогу даже самые откровенные переживания и чувства, пытаясь получить поддержку или совет.

Мною накоплен большой опыт организации и проведения спортивно-массовых мероприятий оздоровительного характера. В течении всего года проводятся первенства школы по волейболу, легкой атлетики, лыжным гонкам, веселые старты. Все проведенные мероприятия анализирую.

В своей работе я сотрудничаю с руководством и тренерами – преподавателями СДЮСШОР «Лидер», ДЮСШ им. Л.Егоровой, ДЮСШ «Смена», ДЮСШ «Русь», СДЮСШОР гимнастики им Р. Кузнецова. Дети посещают следующие секции : баскетбол, волейбол, самбо, легкая атлетика, футбол, плавание, бокс, борьба, лапта. На базе нашей школы работают секции легкой атлетики, лапты, футбола, тенниса -это способствует повышению интереса к физической культуре и спорту у школьников, и как следствие увеличивается количество занимающихся в спортивных школах. Сама являюсь выпускницей СДЮСШОР «Янтарь» отделение-плавание.

Мои профессиональные планы:

Важнейшей стороной педагогического процесса на уроках физической культуры является обучение школьников двигательным действиям, воспитание физических и духовных сил, их подготовки к жизни, развитие и становление личности в целом.

В связи с этим я планирую решить следующие задачи:

1. Проводить уроки физической культуры на высоком профессиональном уровне, не забывая, что этот предмет занимает основное место в ряду общеобразовательных школьных дисциплин.
2. Заботится о вовлечении учащихся в различные формы занятий физическими упражнениями, привлекать к этой работе школьный педагогический коллектив для проведения упражнений гимнастики и физкультминуток.
3. Привлекать учителей школы к спортивным мероприятиям для того, чтобы они личным примером влияли на учащихся, на формирование здорового образа жизни.
4. Организовать высокую подготовку школьников к районным спортивным мероприятиям.
5. Разнообразить формы проведения внутришкольных соревнований и физкультурных праздников.
6. Строить уроки физической культуры на основе принципов демократизации, гуманизации, педагогики сотрудничества, в соответствии с которыми обеспечить каждому юноше и девушке одинаковый доступ к занятиям физическими упражнениями и спортом, предоставить им разноуровневый по сложности материал программы. Опираться на широкие и гибкие средства и методы обучения, создать условия для выбора занятий, которые ближе каждому школьнику.