

Итоги реализации проекта по физической культуре

Творческий проект по теме «Виды спорта: Волейбол», который подготовили обучающиеся 9 класса Птушкина Полина и Горшенина Алина, соответствует требованиям к оформлению проектной работы. Авторы проекта обратили внимание на тот факт, что современные дети растут и развиваются в эпоху, когда техника (ноутбуки, компьютеры, телефоны) «притягивает» их внимание.

В большинстве случаев при выборе занятия для досуга ребёнка, главное слово остаётся за родителями. Среди отрицательных моментов в занятиях спортом чаще всего именно родители называют возникновение возможных проблем с успеваемостью ребёнка в связи с регулярными тренировками/ занятиями спортом.

С другой стороны, ученые утверждают, что физическая активность способствует лучшей успеваемости.

Здоровье нового подрастающего поколения - особая боль и забота нашего общества. Социологические опросы свидетельствуют о том, что состояние здоровья детей постоянно находится в центре внимания общественности. В последние годы эта проблема вызывает тревогу и является «точкой напряженности» в общественном мнении. Всё это позволяет сделать вывод, как о низком уровне здоровья и широком распространении вредных привычек, так и крайне низком уровне развития в области массового спорта.

Работая по плану проекта авторы доказывают, что овладение элементарными акробатическими упражнениями является важной частью физической и психологической подготовки волейболиста. улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Игра в волейбол требует укрепления и развития мелких мышечных групп. Неправильное положение кистей может привести к травме пальцев. Постоянная смена характера деятельности, изменчивость ситуации и условий игры, неожиданность приемов делают игру высоко эмоциональной, обеспечивающей способность к многократному переживанию различных стрессов, что имеет важное значение для тренировки психических процессов. Игра, воздействуя разнохарактерными нагрузками на мышцы ног, заставляя включать в игровую деятельность акробатические элементы, способствует укреплению позвоночника, мышц туловища, а многообразные способы приема, подачи и пробивания мяча эффективно развивают верхний плечевой пояс. Все это делает волейбол универсальной игрой, комплексно воздействующей на все функции и системы организма. Занятия волейболом укрепляют нервную систему, совершенствуют органы чувств, нормализуют вес тела. То есть, авторы утверждают, что волейбол оказывает положительное влияние на все системы и органы тела человека.

Птушкина Полина и Горшенина Алина считают, что такие занятия приносят только пользу. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Занятия волейболом способствуют решению оздоровительных, образовательных и воспитательных задач физического воспитания. Игра в волейбол стала не только чисто спортивной, она помогает сохранить здоровье,

восстанавливает работоспособность. Авторы приводят примеры из изученных ими источников: «Эксперты пришли к выводу, что чем более физически активен школьник, тем лучше его отметки».

В проекте были затронуты важные вопросы:

- Проблемы состояния здоровья детей и подростков.
- Влияние занятий волейболом на здоровье человека/ школьника.
- Условия в городе Братск для занятий волейболом.
- Итоги анкетирования обучающихся МБОУ «СОШ № 15».

Очень важным этапом был этап представления результатов исследования. Он позволил решить несколько задач: развитие научной речи; развитие умений работать с текстом; анализ продукта собственной деятельности; возможность продемонстрировать свои достижения; пополнение знаний других обучающихся новыми сведениями; умения оценки и самооценки результатов исследования.

В результате проведенных исследований авторы получили не только определенный продукт (новое знание), но и переживания, личный опыт, можно говорить и возможность формирования личностных компетенций. Таким образом, организовав исследовательскую деятельность школьников, можно формировать все группы универсальных учебных действий. Однако для этого исследования не должны быть разовыми, случайными. Следует говорить о системе организации исследовательской деятельности на уроках физической культуры в школе.

Авторы проекта высказали мнение, что волейбол является не только эффективным средством физического развития человека, укрепления и охраны его здоровья, сферой общения и проявления социальной активности людей, разумной формой организации и проведения их досуга, но, бесспорно, влияют и на другие стороны человеческой жизни: авторитет и положение в обществе. В процессе занятий спортом закаляется воля, характер, совершенствуется умение управлять собой, быстро и правильно ориентироваться в разнообразных сложных ситуациях, своевременно принимать решения, разумно рисковать или воздерживаться от риска.

Птушкина Полина и Горшенина Алина убедили обучающихся: «Волейбол – учёбе не помеха!»

Комиссия НПК высоко оценила проект Птушкиной Полины и Горшениной Алины, оценив их работу на «5».

Данная работа является образцом для выполнения проекта по физической культуре. Познакомиться с материалами проекта можно в методическом кабинете школы.

