



«Институт международных социально-гуманитарных связей»

Итоговая аттестационная работа

по курсу профессиональной переподготовки :

"Профессиональные компетенции, требования ФГОС,
инновационные технологии и методика преподавания (свой предмет)»

На тему: «Методика преподавания физической культуры. Гандбол »



*Выполнил(а):
учитель физической культуры
Серова Светлана Алексеевна
МБОУ СОШ №11 г.Сергиев Посад*

Москва
2016г.

Оглавление

Введение

1.1. начальная стадия обучения

1.2. основа техники

1.3. тактика игры

2.1. эффективность начала обучения технике гандбола

2.2. обеспечение детальной наглядности выполнения приемов.

2.3. применение учебного фильма для изучения техники .

3. Список литературы

Введение

С введением третьего часа физической культуры в школе, у учителей появилась возможность обучать детей основам гандбола. Образовательные технологии предложенные в данной работе можно применять и проведении уроков физической культуры в начальной школе при прохождении раздела программы « Спортивные и подвижные игры».

Гандбол, популярный вид спорта. В младшем школьном возрасте у детей наблюдается максимальный прирост в развитии таких физических качеств как координация и скорость. Через обучение детей гандболу мы можем воздействовать на развитие этих качеств. В это период связь между преподавателем и ребенком должна строиться следующим образом: Ребенок-Преподаватель

Физически: обладает физическими способностями;

Психологически: не осознает, что и как делает, а понимает действие в целом.

Работает над координацией, двигательными способностями, ловкостью другими физическими качествами;

Опирается при обучении на действия ребенка, старается, чтобы тот замечал их особенности, ощущал, что он делает, и на основе своих ощущений совершенствовал их;



Гандбол – универсальная спортивная игра, которая имеет общие корни с футболом и баскетболом, а по атлетизму мало в чем уступает регби. Основные технические приемы гандболистов – это бег, ускорения, перемещения, отрывы, опорные броски в прыжке по воротам, передача и ловля мяча самыми различными способами, борьба за мяч и позицию и т. д., а также игра гандбольного вратаря. Все они тесно связаны с такими видами спорта, как легкая атлетика, гимнастика, борьба и акробатика.

Начальная стадия обучения

Прежде чем начинать обучение гандболу в школьном зале, следует подготовить зал и приобрести необходимый спортивный инвентарь.

Стандартной площадкой для гандбола является поле размером 40х20 м, но проводить занятия и обучать игре можно и в зале 24х12 м. Можно также использовать имеющуюся разметку для игры в баскетбол или в волейбол и, проведя несколько линий другого цвета, получим площадку для игры в гандбол .

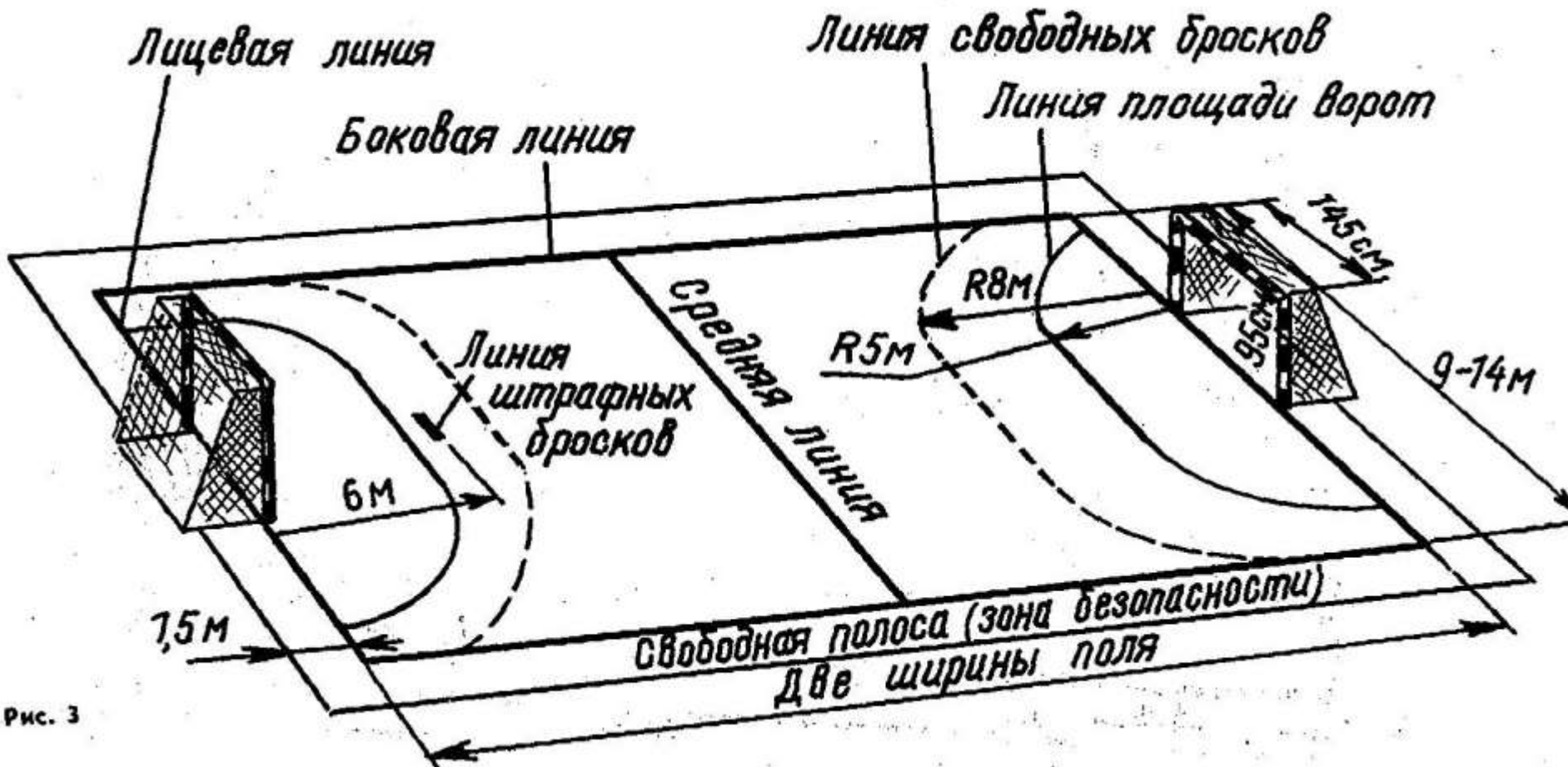


Рис. 3

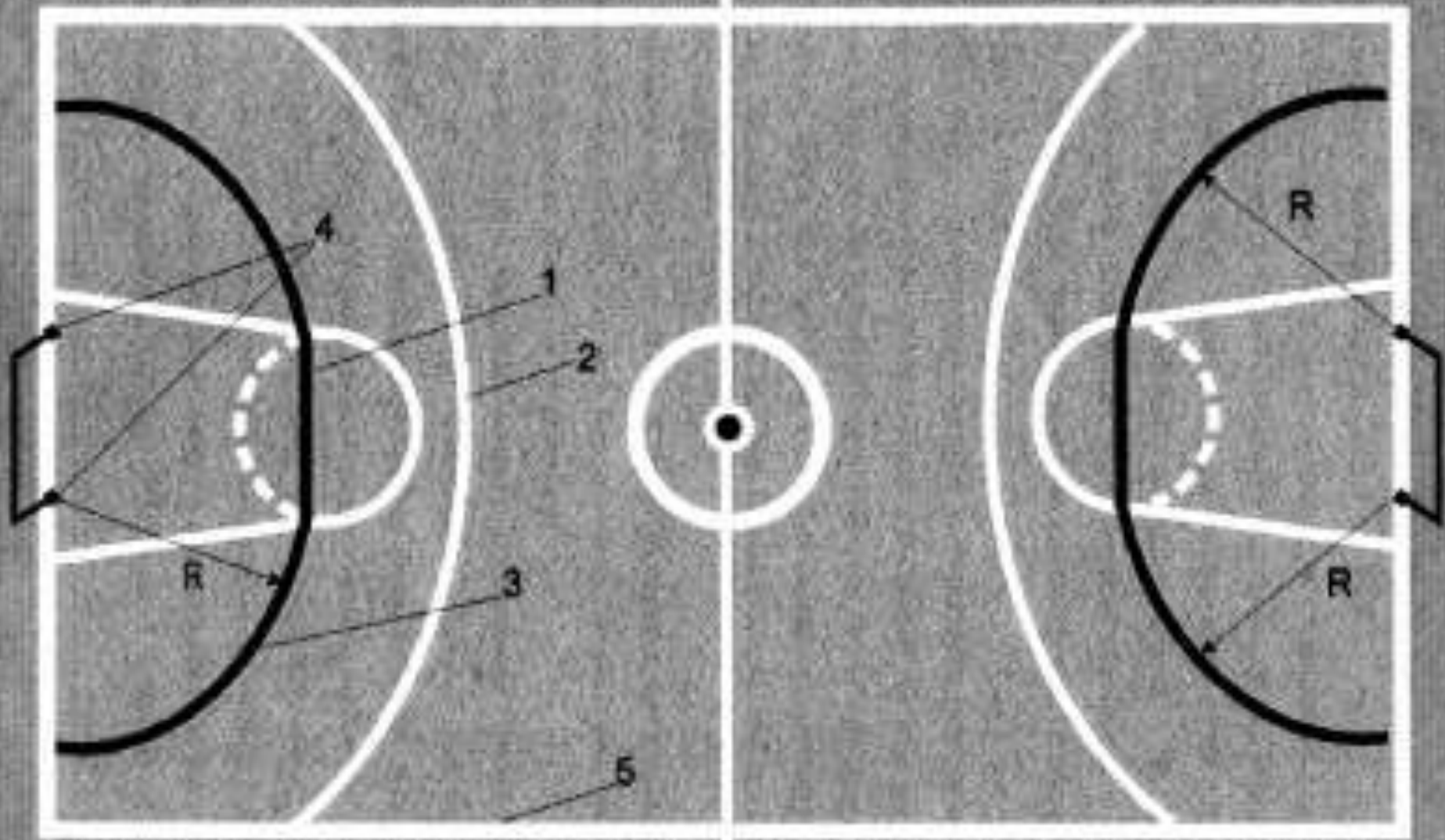
Начинаем с построения гандбольных ворот. Они могут быть из металлических труб, прикрепленных к стене и по бокам и оснащенных сетками. Можно использовать деревянный брус, закрепив его непосредственно шурупами к стене и покрасив штанги черно-белыми полосами.

Стандартный размер гандбольных ворот – 3х2 м. Но так как залы в школе, как правило, имеют размер 24х12 м, то ворота следует изготовить меньших размеров, например, 2х1,5 м; 2,5х1,8 м и т.д.

После того как ворота изготовлены и закреплены, можно приступать к разметке площадки. Используя линию штрафных бросков в баскетболе (на рис. линия № 1), закрепив в точке опоры штанги (№ 4) шпагат, провести мелом линию (№ 3) соответствующего радиуса – R , покрасив линию (№ 3) в красный цвет, мы получим вратарскую зону, а линия штрафного броска в баскетболе будет служить также линией пробития семиметровых гандбольных пенальти.

Линию (№ 2) трехочковых бросков в баскетболе (как правило, белого цвета, сплошную или пунктирную) следует использовать как зону свободных штрафных бросков в гандболе.

Боковые линии (№ 5) при игре в гандбол можно не учитывать. Ушедшим в аут можно считать мяч, коснувшийся боковой стенки, что позволит увеличить поле игры.



Приобретя гандбольные, а также резиновые мячи меньшего диаметра для тренировки пяти- и шестиклассников, можно приступать к занятиям гандболом как на уроках, так и в школьной спортивной секции.



Уже на первоначальном тренировочном этапе можно параллельно проводить физическую, техническую и индивидуальную подготовку игроков. Основными, базовыми будут являться упражнения по общефизической подготовке, а также игровые варианты гандбола по упрощенным правилам. Комплексные упражнения лучше строить на основе соединения нескольких заданий или технических приемов в единую систему действий и в качестве задачи выносить на простейшую двустороннюю игру. В зависимости от возраста и подготовленности игроков следует определять и численность команды: например, 5 полевых игроков + вратарь; 4 + 1 или 3 + 1.

Основы техники

Техника игры – это не просто набор технических приемов, характерных для конкретной спортивной игры. Это еще и разные способы их выполнения. В свою очередь, техника выполнения приема – это система элементов движения, позволяющая наиболее рационально решать конкретную двигательную задачу.

По характеру игровой деятельности технику в гандболе делят на два больших раздела: техника полевого игрока и техника вратаря.

Когда я начинаю обучение гандболу, то стараюсь, чтобы каждый занимающийся «примерил» на себя роль и нападающего, и защитника, и вратаря. Дети любят играть, а игры по принципу «забей – поймай», на мой взгляд, нравятся почти всем. И хотя большинство стремится играть в нападении и забивать мячи, важнее другое: дать почувствовать детям особенности конкретной игры в каждой точке площадки.

Так как гандбол – спортивная темповая игра, в которой и в атаку идет, и при потере мяча обороняется вся команда, то можно выделить подразделы: технику нападения и технику защиты. Знакомить детей с техническими элементами игры на уроках, и на внеурочных занятиях интереснее по самым разным методикам. От выбора учителя, например, зависит, что учащиеся будут осваивать на занятии: элементы техники нападения или защиты? А возможно, Вы предпочтете построить урок таким образом, что одна половина класса будет отрабатывать защитные действия, а другая – атакующие.

При выполнении тех и других можно выделить группы упражнений по перемещению игроков, которые, за редким исключением, характерны как для защиты, так и для нападения. Кроме того, технике владения мячом в гандболе противостоит техника противодействия владению мячом.

Участие в игре обязывает игрока быть в постоянной готовности к перемещению, к принятию мяча, передаче его партнеру или взятию ворот. Эта готовность отражается в позе игрока, которую называют стойкой.

Главными задачами игры в защите являются: оборона своих ворот дозволенными средствами, разрушение организованного нападения противника и овладение мячом. Для решения этих задач защитнику необходимо уметь быстро передвигаться по площадке, неожиданно менять темп и направление, обладать позиционным чутьем для срыва атаки соперника.

Пользуясь классификацией технических приемов, учитель может самостоятельно разработать специальные подготовительные и тренировочные упражнения, определить дозировку нагрузок и те технические приемы, к работе над которыми требуется подойти с большим вниманием.

Учитель, выбравший гандбол для уроков физкультуры, в отличие от тренера, задачей которого является обучение только конкретной игре, преследует иную цель. С точки зрения профессионального освоения игры она минимальна: познакомить, показать, научить в той степени, чтобы дети могли играть самостоятельно. Но с точки зрения преподавателя физкультуры со специализацией «гандбол», у меня появляются новые возможности для программной подготовки учащихся в рамках предмета «физкультура». К примеру, освоение элементов двигательной активности с предметом и без предмета. На основании приведенных выше схем можно придумать не один десяток упражнений, позволяющих проводить это обучение нестандартно и интересно.

На технику защиты и нападения делится и техника игры вратаря.

Выполнение основных технических приемов вратарь может осваивать в общей группе полевых игроков, но специальные упражнения необходимо отрабатывать индивидуально или с группой из трех-четырех вратарей, так как вратарская техника намного сложнее техники полевого игрока.

Но даже более сложную вратарскую технику можно использовать на уроках, например, при изучении программы по гимнастике. В данном случае я имею в виду, что в индивидуальной подготовке вратарей обязательны упражнения на растяжку, гибкость, координацию, что характерно и для гимнастики.

Тактика игры

Освоив технические приемы, не менее важно уметь их применять с максимальной пользой, а это уже – дело тактики. Не случайно признаком высокого тренерского мастерства считается умение перестраивать игру команды по ходу, в зависимости от сложившейся ситуации.

Тактика игры находится в постоянном развитии. Это зависит от изменения правил игры, совершенствования физических способностей игроков, появления новых приемов в технике. Современная тактика как в нападении, так и в защите строится, во-первых, на высоком индивидуальном мастерстве, во-вторых, на согласованных действиях между собой отдельных игроков и, в третьих, – команды в целом. Если основной принцип выполнения технических элементов заключается в том, что и как делать, то с тактической стороны важно, как и когда. Это касается тактики игры не только полевых игроков, но и вратаря.

Если же вновь исходить из того, что мы включаем обучение гандболу в вариативную часть учебной программы, то понятно: на это у нас будет минимальное число уроков. Знакомить ребят с тактикой придется по ходу игровых моментов, выбирая из множества тактических вариантов всего несколько, чтобы учащиеся лучше их освоили.

Как показывает моя практика работы в школе, гандбол для детей не менее интересен, чем другие игровые виды спорта. А когда, например, на зачетном уроке по легкой атлетике кто-то из ребят показывает по прыжкам в длину результат, которого до этого никогда не добивался, то он вопросительно смотрит на меня: как такое может быть, ведь он в прыжках специально не тренировался? Но в том-то и ценность спортивных игр, что они позволяют нашим детям не просто научиться новому, но и всесторонне развить свои физические качества. А если еще при этом игра будет доставлять удовольствие, наполнять детей положительными эмоциями, снимать напряжение в ходе учебы, можно считать что свою основную задачу на уроке Вы как учитель выполнили.

2. Эффективность начального обучения технике гандбола на основе применения современных информационных технологий

Современный гандбол требует высокого уровня владения всеми техническими приемами , поэтому учебно-тренировочный процесс на всех этапах подготовки должен базироваться на возможности детального анализа индивидуальной техники спортсменов . Для этого уже недостаточно просто визуального анализа техники каждого игрока в связи с тем, что высокая скорость выполнения технических приемов гандболиста часто не позволяет достаточно точно уловить отдельные нюансы их индивидуального выполнения. Современный гандбол требует более широкого применения информационных технологий на всех этапах подготовки, особенно - при обучении технике, что и определило цель исследования.

В качестве усиления обучающего эффекта можно применять наглядные пособия, аналогичные представленному



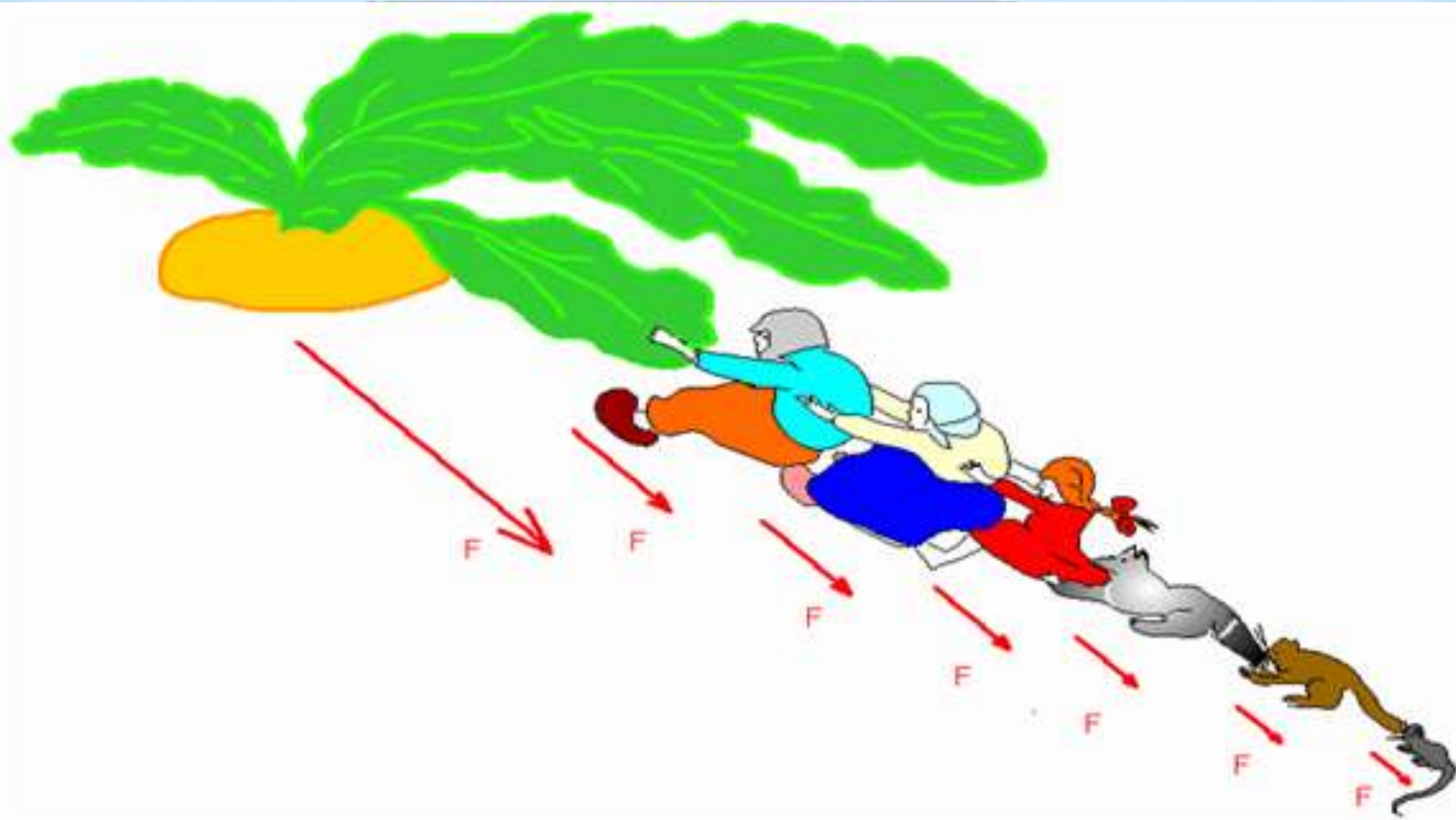
Наглядное пособие для изучения техники броска с места

2.1. Обеспечение детальной наглядности выполнения приемов

Объяснение техники броска и показ сделанных самостоятельно с помощью видеосъемки и компьютерной обработки материалов наглядных пособий , а также - видеороликов с записью техники выполнения бросков гандболистами-профессионалами (производство Калифорнийского Университета). Просмотр видеороликов можно организовывать 2 раза в месяц. Наглядные пособия выдавать каждому ученику для детального изучения дома на неограниченный срок.

.2.2. Методика применения учебно-методического мультфильма для изучения техники выполнения передачи мяча

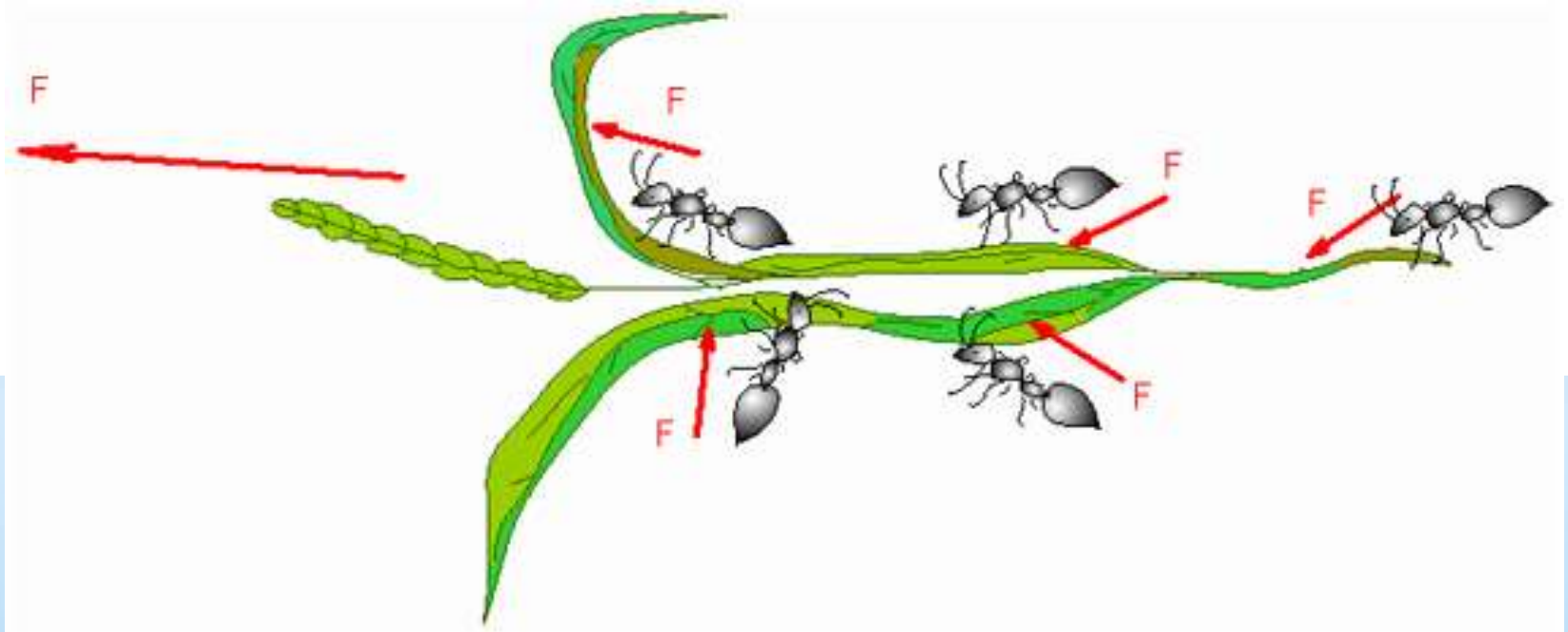
На уроках с учениками можно посмотреть учебный мультфильм, в котором проводится аналогия в правиле сложения векторов между законами биомеханического сложения сил при выполнении передачи мяча, законами взаимодействия сил у муравьев при перетаскивании ноши и законами сложения сил при любом коллективном однонаправленном действии на примере сказки "Репка".



При этом ученикам необходимо детально объяснить правило сложения сил по векторам . После чего приводить примеры сложения сил по векторам. Среди данных примеров надо продемонстрировать правильную технику передачи мяча в гандболе, при которой должны работать все мышцы, и в первую очередь - ноги, так как это наибольшая векторная составляющая в сумме действующих сил в данном движении.

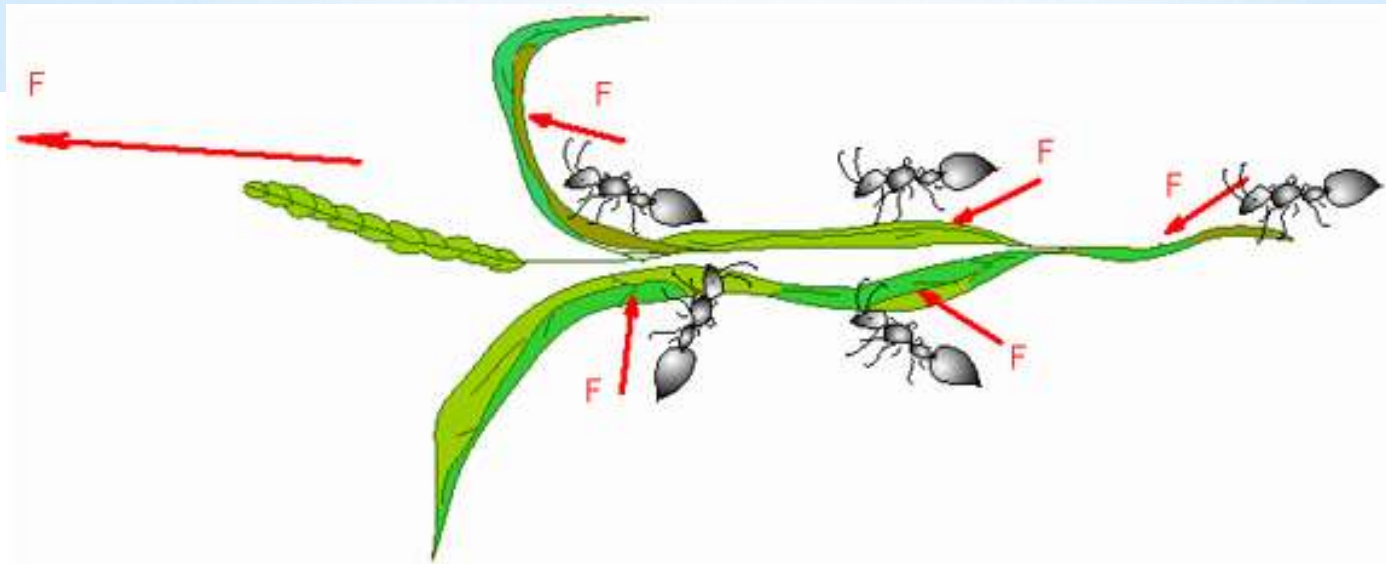
Таким образом, мышцы, правильно включаясь в движение, создают силу, которая способствует точному и сильному посыланию мяча в цель . Эта сила является результатом сложения всех векторов сил, обеспечивающих данное движение. Поэтому при передаче мяча обязательно должны работать все мышцы. Это актуально с той точки зрения, что наиболее распространенной ошибкой у начинающих гандболистов является стойка на прямых ногах при передачах и бросках мяча. При этом теряется возможность не только скоростно-силового компонента движения, но и возможность сильной и точной передачи.

В качестве аналогии из живой природы приводился пример совместного перетаскивания муравьями ноши, когда складываются вектора сил действия всех муравьев . Как муравьи могут быстро перетащить ношу в нужное место только сложив свои усилия, так и мышцы могут выполнить сильное и точное действие, работая согласованно.



С этой точки зрения также целесообразно сгибать ноги при передаче мяча, так как при этом в действие включаются наиболее крупные мышцы, которыми являются мышцы нижних конечностей, что обеспечивает скоростно-силовой аспект при выполнении данного приема.

V



«Мозговой штурм» - основная задача метода сбор как можно большего числа идей в результате освобождения участников обсуждения от инерции мышления и стереотипов. Начинается штурм с разминки быстрого поиска ответов на вопросы тренировочного характера. Затем еще раз уточняется поставленная задача, напоминаются правила обсуждения и старт. Каждый может высказать свои идеи, дополнять и уточнять. К группам прикрепляется эксперт, задача которого - фиксировать на бумаге выдвигаемые идеи. Для «штурма» предлагаются вопросы, требующие нетрадиционного решения. Работа ведется в следующих группах: генерации идей, анализа проблемной ситуации и оценки идей, генерации контридей. Генерация идей происходит в группах по определенным правилам. На этапе генерации идей любая критика запрещена. Всячески поощряются реплики, шутки, непринужденная обстановка. Затем полученные в группах идеи систематизируются, объединяются по общим принципам и подходам. Далее рассматриваются всевозможные препятствия к реализации отобранных идей. Оцениваются сделанные критические замечания. Окончательно отбираются только те идеи, которые не были отвергнуты критическими замечаниями и контридеями.



Знания, усвоенные "активно", прочнее запоминаются и легче актуализируются. Решение проблемных задач выступает своеобразным тренингом в развитии интеллекта.

Знания, усвоенные "активно", более глубоки, систематизированы и обладают свойством переноса в другие ситуации эффект развития, творческого мышления.

Наконец, подобного рода усвоение повышает интерес к усваиваемому содержанию и улучшает профессиональную подготовленность эффект психологической подготовки к профессиональной деятельности.

Программированная лекция-консультация.

Эта форма занятий отличается от обычной групповой консультации тем, что преподаватель **сам** составляет и предлагает вопросы обучаемым. На подготовленные вопросы преподаватель сначала просит ответить обучаемых, а затем проводит анализ и обсуждение **неправильных** ответов.



Групповая консультация проводится, как правило, после лекции или цикла занятий, посвященных данной теме. Таким образом, отвечая на поставленные вопросы, ученики актуализируют полученные знания, привлекая свой опыт, и показывают тем самым понимание проблемы и умение правильно применять то или иное положение в конкретной ситуации.

Преимущество лекции-консультации перед другими формами проведения лекционного занятия в том, что она позволяет в большей степени приблизить содержание занятия к практическим интересам обучаемых, в какой-то степени индивидуализировать процесс обучения с учетом уровня понимания и восприятия материала каждым обучаемым.

Лекция с применением техники обратной связи. При проведении такой лекции используются специально оборудованные классы для программированного обучения, где имеется возможность с помощью технических средств получать сведения от всей группы обучаемых на поставленный вопрос. Вопросы задаются в начале и конце изложения каждого логического раздела лекции. Первый - для того, чтобы узнать, насколько обучаемые осведомлены об излагаемой проблеме. Второй - для контроля качества усвоения материала. В дальнейшем, в зависимости от количества правильных ответов, преподаватель корректирует намеченный порядок изложения материала.



2.2. Ролевые игры, дискуссии, моделирование

В школе особое место занимают такие формы занятий, которые обеспечивают активное участие в уроке каждого ученика, повышают авторитет знаний и индивидуальную ответственность школьников за результаты учебного труда. Эти задачи можно решить через технологию игровых форм обучения.

Игровая деятельность детей, возникая в дошкольном возрасте, проходит в своем развитии путь от элементарной подражательности к сложной ролевой игре. Она в начале отражает предметную деятельность людей, а затем - человеческие взаимоотношения, нормы и правила общественного поведения. Уже в школьном возрасте дети отдают предпочтение коллективным играм, которые приучают их к коллективным формам жизни и деятельности. Игровые ситуации обогащают эмоционально восприимчивость детей, обостряют их интерес, воображение и мышление, упражняют в подчинении желаний и настроений социальным требованиям.

Определение педагогической технологии, как систематичное воплощение на практике заранее спроецированного учебно-воспитательного процесса. Игра имеет большое значение в жизни ребенка, имеет то же значение, какое у взрослого деятельность, работа, служба. Игра только внешне кажется беззаботной и легкой. А на самом деле она властно требует, чтобы играющий отдал ей максимум своей энергии, ума, выдержки, самостоятельности.

Интересная игра повышает умственную активность ребенка, и он может решить более трудную задачу, чем на занятии. Но это не значит, что занятия должны проводиться только в форме игры. Игра - это только один из методов, и она дает хорошие результаты только в сочетании с другими: наблюдениями, беседами, чтением и другими.

Играя, дети учатся применять свои знания и умения на практике, пользоваться ими в разных условиях. Игра - это самостоятельная деятельность, в которой дети вступают в общение со сверстниками. Их объединяет общая цель, совместные усилия к ее достижению, общие переживания. Игровые переживания оставляют глубокий след в сознании ребенка и способствуют формированию добрых чувств, благородных стремлений, навыков коллективной жизни

В игровой деятельности происходит существенная перестройка поведения ребенка - оно становится произвольным. Под произвольным поведением необходимо понимать поведение, осуществляющееся в соответствии с образом и контролируемое путем сопоставления с этим образом как этапом.

Эффективность движения, так и его организация существенно зависят от того какое структурное место занимает движение в осуществлении той роли, которую выполняет ребенок.

Игра представляет собой первую доступную для школьника форму деятельности, которая предполагает сознательное воспитание и усовершенствование новых действий.

Ребенок в игре, выполняет как бы две функции; с одной стороны он выполняет свою роль, а с другой - контролирует свое поведение. Произвольное поведение характеризуется не только наличием образца, но и наличием контроля за выполнением этого образца.



Игра имеет значение и для формирования дружного детского коллектива, и для формирования самостоятельности, и для формирования положительного отношения к труду и еще для многого другого. Все эти воспитательные эффекты опираются как на свою основу, на то влияние, которое игра оказывает на психическое развитие ребенка, на становление его личности.

Игровая технология строится, как целостное образование, охватывающее определенную часть учебного процесса, объединенное общим содержанием, сюжетом персонажем. При этом игровой сюжет развивается параллельно основному содержанию. Такое обучение помогает активизировать познавательный процесс, усваивать ряд учебных элементов.

В сюжетно - ролевых играх моделируется ситуация отдаленного прошлого, и участники играют роли исторических деятелей и представителей социальных групп, причастных к тем или иным важным событиям.

Во время игры моделируется определенная ситуация прошлого или настоящего, «оживают» и «действуют» люди - участники исторической драмы. Важно создать во время такого занятия у школьников игровое состояние - специфическое эмоциональное отношение к исторической действительности. Ученики как бы наполняют «безлюдную» историю персонажами, которые они сами и изображают, в играх различного типа.

Через понимание мыслей, чувств и поступков своих героев школьники моделируют историческую реальность. При этом знания, приобретаемые в игре, становятся для каждого ученика лично значимыми, эмоционально окрашенными, что помогает ему глубже понять, лучше «почувствовать» изучаемую эпоху.

Метод разыгрывания ролей наиболее эффективен при решении таких отдельных, достаточно сложных управленческих и экономических задач, оптимальное решение которых не может быть достигнуто формулированными методами. Решение подобных задач является результатом компромисса между некоторыми участниками, интересы которых не идентичны.

Такая трудная задача требует от ученика мобилизации всех умений, побуждает осваивать и углублять новые знания, расширяет его кругозор и, самое главное, заставляет овладевать целым комплексом важных умений, в первую очередь, коммуникативных. Развиваются способности школьника к восприятию, сопереживанию.

Игры классифицируют по различным признакам: по целям, по числу участников, по характеру отражения действительности. Выделены, в частности, имитационные, символические и исследовательские игры.

Семенов В.Г. выделяет несколько видов игр:

- интерактивные игры с опосредованным воздействием на ученика - ребусы, кроссворды;
- интерактивные игры с непосредственным воздействием на ученика-сюжетно-ролевые игры;
- неинтерактивные игры - индивидуальные игровые задания.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Вряд ли найдется учитель истории, который не заинтересуется тем или иным методом развивающего обучения. Перед современным учителем истории уже десятилетия стоят задачи, навеянные пересмотром содержания предмета: альтернативные подходы к оценке проблем прошлого, прогнозирование событий и явлений. Неоднозначные этические оценки личностей и хода событий. Обсуждение этих вопросов на уроке невозможно без приобретения учащимися опыта ведения диалога, дискуссии и приобщения к творческой деятельности. Коммуникативные умения, способность к моделированию ситуаций приобретают все большее значение в нашей непростой жизни.

Поэтому, я считаю, применение инновационных технологий и интерактивных методов обучения, описанных в этой работе, ориентируют учителя на эффективное решение образовательно-воспитательных задач в условиях скромного количества предметных часов, нацеливают на усиление самостоятельной творческо-поисковой деятельности школьников.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баранова С.П. Педагогика.- М.: Просвещение, 1976.- С.140.
2. Буланова – Топоркова М.В., Духавнева А.В., Кукушин В.С., Сучков Г.В. Педагогические технологии.- М., 1997.
3. Вяземский Е.Е., Стрелова О.Ю. Методика преподавания истории в школе.- М., Владос, 2000.
4. Вяземский Е.Е., Стрелова О.Ю. и др. Историческое образование в современной России.- М., Русское слово, 1997.
5. Гин А.А. Педагогические технологии.- М., 2001.
6. Нестеренко А.А.Игры по развитию творческого воображения.- М., Педагогика, №7,2000.
7. Сальникова Т.П. Педагогические технологии: Учебное пособие.- М., ТЦ Сфера, 2005.

Спасибо за внимание!

