

Протокол № 2

заседания методического объединения учителей физической культуры образовательных организаций Каменского района.

Дата проведения -16.10.2025г.

Присутствовало – 26 человек

Вопросы заседания.

- 1.Обобщение передового педагогического опыта «Современные педагогические технологии при реализации ФГОС ООО и ФГОС СОО»
2. Работа с одаренными детьми, как фактор повышения качества образования (прикладная физическая культура)
3. Первая доврачебная помощь при различных травмах и повреждениях на занятиях по физкультуре.

По первому вопросу выступил руководитель РМО учителей физической культуры Фомина О.Ю., инструктор по физической культуре МБОУ детского сада №3 Л. В. Зуева. Современные педагогические технологии .

- **Проектная технология:** Развивает у учащихся навыки исследования, планирования, самоорганизации.
- **Технология развития критического мышления:** Формирует умение анализировать информацию, выражать собственное мнение, аргументировать его.
- **Проектная технология:** Способствует формированию навыков, необходимых для самостоятельного решения учебных и практических задач.
- **Информационно-коммуникационные технологии (ИКТ):** Используются для создания цифровых образовательных ресурсов, организации дистанционного обучения и проектной деятельности.
- **Игровые технологии:** Помогают вовлечь учащихся в процесс обучения, делают его более интересным и мотивирующим.
- **Технология проблемного обучения:** Создает ситуации, в которых ученики самостоятельно ищут пути решения проблем, что развивает их познавательную активность.
- **Кейс-технология:** Позволяет анализировать реальные ситуации и принимать решения в условиях неопределенности.

Как одна из форм работы с детьми -игровые технологии. Зуева Л.В. поделилась опытом работы и провела практическую часть по развитию физических навыков в дошкольных образовательных учреждениях на тему: "Использование Сибирского бора (сиббора) для развития двигательной активности ".

Сибирский борд (сибборд) используется на уроках для развития координации, равновесия, общей физической подготовки и высших психических функций (внимание, речь, память) через игровые упражнения. Он помогает улучшить моторику, осанку и мышечный тонус, а также развивает слуховое внимание и речевую деятельность, особенно при одновременном выполнении двигательных и интеллектуальных заданий.

Как использовать сибборд на уроках:

физическая подготовка:

- **Балансировка:** Упражнения на удержание равновесия стоя на борде.

- **Координация:** Поднятие и опускание рук, передача мяча, выполнение различных движений, стоя на борде.
- **Осанка и гибкость:** Упражнения, способствующие укреплению мышечного корсета и развитию гибкости.

Интеграция с другими предметами:

- **«Двигательные сказки»:** Включайте упражнения на борде в повествования, что способствует познавательному и речевому развитию (например, «попади в цель» или «пройди через туннель»).
- **Речевые задания:** Сочетайте упражнения с названием слов, животных или выполнением других речевых заданий, чтобы стимулировать мозг.
- **Артикуляционная гимнастика:** Используйте специальные упражнения, например, синхронизируя движение языка с движением борда.
- **Психофизические тренировки:**
- Совмещайте физическую нагрузку с интеллектуальной или речевой задачей, что активизирует работу всего мозга.
- Используйте сибборд для снятия эмоционального напряжения, улучшения внимания и концентрации.

Важные правила безопасности и организации:

- **Техника безопасности:** Всегда подстраховывайте ребенка во время занятий.
- **Игровой формат:** Делайте упражнения веселыми и интересными, чтобы дети не боялись и с удовольствием занимались.
- **Правильная длительность:** Не занимайтесь слишком долго, оптимальное время – около 20 минут в день.
- **Разминка:** Обязательно проводите разминку и растяжку перед началом занятий.
- **Позитивный настрой:** Поддерживайте позитивные эмоции и мотивируйте ребенка на достижение результатов.

По второму вопросу выступили учителя физической культуры МОУ СОШ №4 Калганов А.Д. и Лузина А.В. МОУ СОШ №9(мастер -класс).

В заданиях Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре спортивные игры являются частью практического тура и включают испытания по баскетболу, волейболу, футболу и другим видам спорта. Задания могут варьироваться в зависимости от этапа, а в практический тур также входят гимнастика, легкая атлетика и полоса препятствий.

Прикладная физическая культура (ППФП) в олимпиадах по физкультуре проявляется в заданиях, которые включают практические испытания в заданиях на преодоление полосы препятствий. Участники должны показать знания и навыки, необходимые в различных видах спорта, а также продемонстрировать умение действовать в нестандартных ситуациях, развивая прикладные и психофизические качества.

По второму вопросу выступила специалист Центра тестирования ВФСК ГТО Чернова Д.Р. Познакомила с особенностями сдачи нормативов, активации через госуслуги, знаки ГТО для выпускников общеобразовательных организаций

По третьему вопросу выступил учитель физической культуры МОУ СОШ №1 Мамыкина Н.Е.

При занятиях физкультурой и спортом, в ходе тренировки и соревнований, несмотря на самые тщательные меры предосторожности возможны те или иные травмы. Причин для этого множество: ошибки в методике проведения занятий, нарушение правил соревнований, погодные или гигиенические условия, невнимательность спортсменов, несоблюдение врачебных требований. В борьбе с травматизмом должны участвовать все тренеры и спортсмены, чтобы не допускать серьезных последствий в состоянии здоровья и спортивной работоспособности. Большую роль в снижении спортивного травматизма имеет соблюдение основных принципов профилактики травм: недопущение хронических перегрузок, перенапряжений, недооценка внешних и внутренних факторов, состояние утомления и переутомления, изменение функционального состояния отдельных систем организма спортсмена, связанного с перерывами в занятиях или заболеваниями, склонность к спазмам мышц и сосудов, недостаточная физическая подготовка спортсмена, несоблюдение правил врачебного контроля.

При травмах нужно обеспечить неподвижность, приложить холод, остановить кровотечение, наложить стерильную повязку и при необходимости вызвать скорую помощь, а также доставить пострадавшего в лечебное учреждение. Покой и холод являются ключевыми при вывихах и растяжениях.

Общие действия при травме.

- **Покой:** Пострадавшему необходимо придать удобное положение и обеспечить покой поврежденной области.
- **Вызов помощи:** Если состояние пострадавшего вызывает подозрения или он не может добраться до травмпункта самостоятельно, нужно вызвать скорую помощь.
- **Охлаждение:** К травмированному месту приложите холод (лед, пакет с замороженными продуктами), завернутый в ткань, чтобы избежать прямого контакта с кожей. Холод можно прикладывать на 15-20 минут за один прием.
- **Не трогайте:** Не пытайтесь самостоятельно вправлять вывихи, вправлять выпавшие органы, массировать или смазывать йодом травмированное место.

Важно.

- Не применяйте к ранам йод, так как это может вызвать ожог.
- Если необходимо переместить пострадавшего, максимально ограничьте подвижность травмированной части тела.
- При остановке сердца, дыхания или сильной боли, переломах, а также при любых сомнениях в состоянии пострадавшего, немедленно вызывайте скорую помощь.

Решили:

- 1.Активизировать работу с одаренными детьми для участия в соревнованиях различного уровня, Всероссийской олимпиады школьников, сдаче нормативов ВФСК «Готов к труду и обороне»;
- 2.Активизировать работу по соблюдению техники безопасности на уроках физической культуры.

Руководитель районного методического объединения

О.Ю.Фомина