

НІКОЛАЄВА ТЕТЯНА СЕРГІЇВНА

Посада: викладач фізичного виховання

Моє кредо: Хто з фізкультурою на «ти», в житті досягне він мети, бо в спорті міць та сила і для душі і тіла.

Освіта: вища

Спеціальність за фахом: викладач фізичного виховання і спорту, реабілітолог .

Навчальний заклад: Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука (МЕГУ).

Стаж педагогічної роботи: 13 років

Кваліфікаційна категорія: спеціаліст другої категорії

Форма та результати підвищення кваліфікації: Курси підвищення кваліфікації при Закарпатському інституті післядипломної педагогічної освіти , 15 квітня 2016 рік, свідоцтво №12СПК769940,04.09.2020 № ЗІ СПК 02139723/012406-20

Предмети, які викладає: фізична культура

Мета атестації педагогічного працівника: присвоєння кваліфікаційної категорії «Спеціаліст першої категорії»

Методична проблема: Мотивація та інтерес до занять фізичними вправами і спортом у дітей підлітків

Сьогодні, спрямовуючи основну увагу на розумовий розвиток дитини, ми мало уваги приділяємо її фізичному вдосконаленню. Два-три уроки на тиждень не задовольняють потребу дітей (учнів) в руховій активності, яка необхідна молодому організму. При дослідженні даної проблеми, на уроці « Загальнорозвиваючі та спеціальні вправи; біг на дистанції 100м.(контрольний норматив)», виявлено та оцінено стан фізичної підготовленості учнів. Також проведено анкетування на тему: мотивації до занять фізичними вправами і спортом у дітей підліткового віку. Досліджуючи дану проблему, можна сказати що на сьогоднішній день, форми та засоби фізичного виховання потребують корекції. Саме залучення учнів до занять спортом є реальним шляхом збільшення обсягу, інтенсивності та рухової активності учня та мотивації до щоденних занять фізичними вправами. Щоб виключити негативний вплив гіпокінезії на організм дитини потрібно не менше ніж, двогодинна неорганізована рухова активність або одногодинні щоденні організовані заняття фізичними вправами інтенсивного характеру.



Відкриті уроки у міжзатестаційний період на рівні навчального закладу

2017р проведено відкритий урок - Легка атлетика: Техніка безпеки на уроках з л/а. Загальнорозвиваючі та спеціальні легкоатлетичні вправи. Техніка бігу на короткі дистанції. Техніка естафетного бігу та передача естафетної палички.

Відкритий урок 2018р на тему: Загальнорозвиваючі вправи без предметів із предметами.

Переворот боком через руки «колесо»



Про користь ранкової оздоровчої гімнастики відомо дуже давно. Вона полягає в тому, аби організм прокинувся і зарядився енергією на цілий день..

На протязі багатьох років в нашому навчальному закладі навчання розпочинається з ранкової гімнастики. Викладачі фізичного виховання, учні училища виконують комплекс загально - розвиваючих

вправ, щоб підготувати організм до занять. Ще одне завдання, яке переслідують подібні заходи – привчити учнів робити її щоранку, незалежно від пори року.





У вересні на алеях Боздошського парку проведено щорічні традиційні змагання з легкоатлетичного кросу серед навчальних груп 1-2 курсів.

Юнаки і дівчата змагались на дистанціях 1000 та 500 метрів. Учасники змагань продемонстрували волю до перемоги і високі спортивні результати. Переможці і призери були нагороджені грамотами, медалями та преміями.



05 листопада 2019 р. в спортивному залі училища було проведено щорічну спартакіаду училища серед навчальних груп 1-2 курсів. На протязі двох ігрових днів змагання

Кожна гра була цікавою та захоплюючою, команди запекло змагались за звання найкращої. До самого завершення змагань зберігалась інтрига, тому що усі команди були



гідні та варті перемоги. Учні виявили стійке прагнення до перемоги за що і були нагороджені грамотами та медалями.

Позанавчальна робота: В училищі працюють секції з волейболу та н/тенісу. Фізична культура і спорт – важливий засіб підготовки всебічно розвинутої людини, зміцнення її здоров'я, працездатності, активного довголіття. Перед викладачами професійно-технічних закладах ставиться завдання усіляко сприяти тому, щоб учні опанували необхідні професійні знання, уміння і навички по фізичному вихованню.

Завдання спортивної секції є:

- поступове і послідовне зміцнення здоров'я, загартування організму і

підвищення рівня фізичної працездатності;

- оволодіння теоретичними і практичними знаннями;
- виховання усвідомленої необхідності в постійних заняттях фізичними вправами, набуття знань і навичок з основ гігієни і самоконтролю;
- виховання у сучасної молоді моральних якостей: цілеспрямованості та волі, дисциплінованості та вміння мобілізувати в потрібний момент свої фізичні сили;
- усунення функціональних відхилень і недоліків у фізичному розвитку, підвищення стійкості організму до несприятливих факторів навколишнього середовища.

