

## Структура урока физической культуры

Под структурой урока понимается ориентировочный план, которым можно пользоваться как основой при составлении отдельного урока.

Структура урока помогает учителю в рациональном подборе упражнений, наиболее правильном расположении материала и определении возможной нагрузки на уроке.

Построение урока зависит от поставленной задачи, которая определяется в соответствии с последовательным изучением программного материала.

Решение любых педагогических задач на уроке физической культуры часто требует усиленной деятельности организма занимающихся. К этой работе организм должен быть соответствующим образом подготовлен.

И. П. Павлов, указывая на необходимость подготовки организма к решению трудных задач, говорил, что в клинике и педагогике постепенность и тренировка – основное физиологическое правило.

Это указание обязывает учителя решать педагогические задачи, требующие значительных усилий со стороны занимающихся, не в начале урока, а в середине, после некоторой подготовки. Решение основных задач урока требует и соответствующей организационной подготовки занимающихся, создания у них необходимого настроения и желания приступить к выполнению этих задач.

После того как проведена необходимая организационная подготовка учащихся и выполнено Павловское «физиологическое правило» о постепенности, следует приступить к решению основной задачи.

Выполнение основных педагогических задач чаще всего совпадает с самым большим напряжением и активностью занимающихся.

После общего относительно большого напряжения организма и, как правило, повышенного эмоционального состояния учащихся недопустим резкий переход к состоянию покоя. Поэтому в построении урока отражается постепенный переход к состоянию покоя и организованное завершение занятий.

Таким образом, в построении каждого урока различаются три части: первая часть – организующая, подготавливающая учащихся к выполнению наиболее трудных задач урока, условно называется вводной;

вторая часть – направлена на выполнение основных задач урока, условно называется основной;

третья, во время которой организованно завершается урок, условно называется заключительной.

Деление на части является относительным. Каждый отдельно взятый урок вне зависимости от его задач с начала и до конца должен быть слитным, единым, и все задачи и содержание урока выполняются в тесной взаимосвязи