

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета

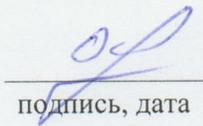
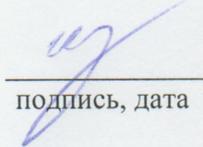
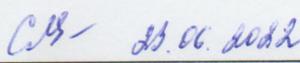
Базовых дисциплин  
кафедра

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
С. В. Мамаева  
подпись инициалы, фамилия  
« СВ » июль 2022 г.

### БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

49.03.01 Физическая культура  
код и наименование направления

МЕТОДЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА ФИЗИЧСЕКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО  
ФОРМИРОВАНИЮ ОСНОВ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ  
НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Руководитель	<u></u> подпись, дата	<u>доцент, канд.пед.наук</u> должность, ученая степень	<u>О. Б. Лобанова</u> инициалы, фамилия
Выпускник	<u></u> подпись, дата		<u>Д. С. Киндяков</u> инициалы, фамилия
Нормоконтролер		<u> 22.06.2022</u> подпись, дата	<u>С. В. Мамаева</u> инициалы, фамилия

Лесосибирск 2022

## РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры» содержит 52 страниц текстового документа, 42 использованных источников, 21 рисунок.

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, БЕЗОПАСНОСТЬ, БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ, МЕТОДЫ РАБОТЫ ПЕДАГОГА.**

Объект исследования – формирование основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Цель работы – охарактеризовать методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Задачи исследования.

1. Раскрыть сущность безопасного поведения человека в современных условиях.
2. Выявить особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.
3. Проанализировать методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.
4. Разработать методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

В ходе выпускного исследования определена сущность безопасного поведения; выявлены особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры; организована опытно-экспериментальная работа по изучению эффективности использования методов работы педагогов физической культуры по формировании основ безопасного поведения школьников; разработаны методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	4
1 Теоретические аспекты формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.....	7
1.1 Сущность безопасного поведения.....	7
1.2 Особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.....	11
2 Опытнo-экспериментальная работа по изучению эффективности использования методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках... ..	24
2.1 Анализ методов работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках... ..	24
2.2 Методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках .....	36
Заключение .....	46
Список использованных источников .....	48

## ВВЕДЕНИЕ

Сегодня важнейшим условием сохранения жизни и здоровья человека становится необходимость формирования навыков безопасного поведения, а проблема обучения детей основам безопасного поведения имеет важное государственное значение. Поэтому освоить навыки безопасного поведения должен каждый выпускник образовательной организации. О важности формирования навыков безопасного поведения свидетельствует большое количество исследований, среди которых работы А. Б. Бгуашев [4], И.М.Бутина [7], О.С. Васильевой [8], М. Г. Магомедова [22], И. В. Манжелей [24] Ю. В. Менхина [25], Г. А. Хакимовой [39], и др. Авторы подчеркивают важность формирования культуры и навыков безопасного поведения школьников, основываясь на приоритетных задачах современной системы образования. Кроме того, ученые рассматривают безопасное поведение как составляющую повседневной жизни человека.

В этом контексте важно говорить о формировании навыков безопасного поведения начиная со школы, что продиктовано ФГОС ООО [29]. Несмотря на то, что в школьной программе имеется предмет «Основы безопасности жизнедеятельности», формирование безопасного поведения не должно ограничиваться только рамками данного предмета. Особое внимание уделяется формированию безопасного поведения на уроках физической культуры, что определяется спецификой предмета. Авторы исследований этой проблемы (Е.Ю. Кизиляева [13], В. Р. Кузекевич [16], Д. В. Литовченко [20], А. Н. Приешкина [28], А. Н. Приспешкина [30] и др.) подтверждают тот факт, что особое внимание необходимо уделять формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Отметим, что приобретение навыков безопасного поведения можно сделать более эффективным при использовании широкого спектра педагогических методов. В связи с этим актуальность выбранной темы исследования не вызывает сомнений.

Цель работы – охарактеризовать методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Объект исследования – формирование основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Предмет исследования – методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

Задачи исследования :

1. Раскрыть сущность безопасного поведения человека в современных условиях.

2. Выявить особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры.

3. Проанализировать методы работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

4. Разработать методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

Методы исследования: анализ научно-педагогической литературы, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, анкетирование, систематизация, обобщение.

Практическая значимость работы: результаты исследования могут быть полезны учителям физической культуры и всему педагогическому сообществу, а также родителям, заинтересованным в формировании основ безопасного поведения детей; кроме того, материалы исследования могут быть использованы студентами при подготовке к семинарским и практическим занятиям, а также при написании научных работ по схожей тематике.

База исследования: Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 42» , г. Красноярск.

Апробация и внедрение результатов исследования: основные положения и выводы выпускной квалификационной работы отражены в материалах публикации на Всероссийском образовательном портале Инфоурок.

Структура исследования. Работа включает в себя введение, две главы, заключение и список источников, а также приложения. Результаты работы отражены в 21 рисунке. Объем работы составляет 57 страниц.

# **1 Теоретические аспекты формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры**

## **1.1 Сущность безопасного поведения**

Сегодня в качестве одной из главных задач системы воспитания рассматривается формирование культуры безопасного ответственного отношения к собственной жизни и здоровью человека. Культура безопасности – одна из многих идей, которые в настоящее время рассматриваются как потенциально способные привести к более высоким стандартам качества жизни российских граждан. Очень важно с детства объяснять детям правила безопасного поведения в различных ситуациях - от этого зависят его здоровье и благополучие, а иногда и жизнь [36].

Обучение детей безопасному поведению является основной задачей современного государства и общества. Лишь физически и психологически здоровый человек сможет в жизни достичь каких-либо высот и в полной мере реализоваться в обществе учитывая свои индивидуальные потребности. Обучение подрастающего поколения основам безопасного поведения во все времена будет важнейшей составной частью системы всей общественной безопасности. Исходя из всего сказанного выше, можно сделать вывод, что формирование основ безопасного поведения – это знание основных правил поведения, а также меры предосторожности для предотвращения неправильного поведения человека, способного вызвать аварийные и трагические ситуации. Поэтому становится ясно, что безопасное поведение - одно из неотъемлемо важных условий, которое обеспечивает личную безопасность человека и сообщества.

В более обширном понимании «формирование безопасного поведения является педагогическим условием приобщения школьников к жизни, формирование его личности, которая будет готова действовать в различных непредсказуемых ситуациях, также стремящийся к самосовершенствованию и реализации своих возможностей.

Безопасность – ключевое понятие, означающее состояние защищённости от внутренних и внешних угроз [7]. Эта научная категория имеет множество трактовок, представленных на рисунке 1.

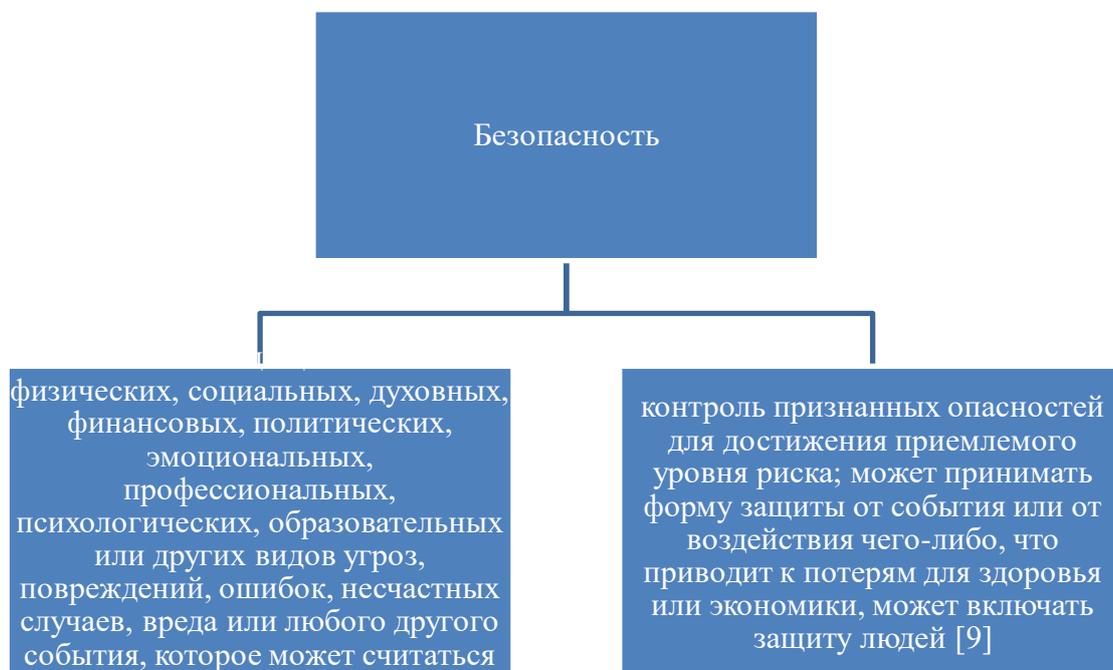


Рисунок 1 – Сущность безопасности

Существует достаточно большое количество исследований, авторы которых анализируют категорию «безопасное поведение».

В ФГОС ООО безопасное поведение – определяется как поведение, которое обеспечивает безопасность жизнедеятельности индивида, и при этом не несет опасности для окружающих [29]. Это определение подразумевает обеспечение сохранности и безопасности личности во внешней среде. Также в этом определении указывается на то, что безопасное поведение включает в себя соблюдение мер безопасности по отношению к окружающим, внимательное отношение к ним.

По мнению Ю. В. Менхина [25], безопасное поведение – это осознанная форма поведения человека, основа которой – личностные качества, отражающие социально-культурные ценности, нормы и правила безопасной

жизнедеятельности, соответствующие возрастным особенностям [25]. В данном определении особое внимание уделяется личностным качествам человека, основанным на социально-культурных ценностях. Иначе говоря, это определение рассматривает безопасное поведение с точки зрения личных качеств человека.

Как считает Г. А. Хакимова, безопасное поведение – это такое произвольное поведение, которое сохраняет или увеличивает соматическое благополучие индивида, снижает риск травматизма или заболевания [39]. В данном определении безопасное поведение трактуется в аспекте телесного, физического благополучия человека. Избегание травм и болезней, сохранение здоровья, развитие организма – вот что такое безопасное поведение с точки зрения данного определения.

Согласно определению И. М. Бутина, безопасное поведение – это понимание того, что представляет опасность для жизни и здоровья, а также знание особенностей поведения при наступлении угроз [7]. В этом определении внимание сфокусировано на оценке потенциальных опасностей для жизни и здоровья. Безопасное поведение трактуется как поведение, позволяющее избегать опасных ситуаций, а также способствующее сохранению здоровья в случае, если такая ситуация все же произошла.

Предвидение опасности предполагает, что человек знает многообразие ее источников. Для преодоления опасности потребуется: осторожное поведение в опасной ситуации; знать всевозможные способы защиты, овладеть навыками их применения, овладеть навыками самостоятельной и взаимной помощи [15].

Г. А. Костецкая выделяет индикаторы опыта безопасности поведения, которые отражают уровень ее формирования представлены на рисунке 2.

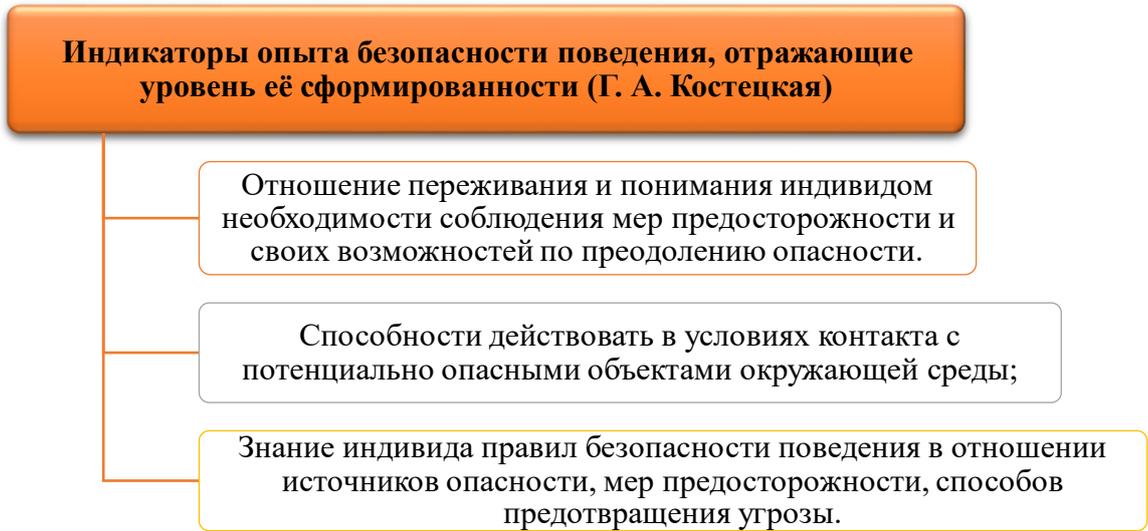


Рисунок 2 – Индикаторы опыта безопасного поведения (Г. А. Костецкая) [15]

Оценка конкретной опасной ситуации и ее отношение к ней сформируют культуру безопасности, которая представляет собой процесс преодоления опасных ситуаций человеком.

Поскольку активное физическое движение в силу своей природы может таить в себе потенциальные опасности, то для целей нашего исследования наиболее соответствует последнее определение. Безопасное поведение на уроках физической культуры как раз и направлено на понимание и предотвращение различных опасностей.

Безопасное поведение должно иметь место и в повседневной жизни человека, и в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.

М. Г. Магомедов, Р. В Магомедов в своей работе указывают, что существует три элемента безопасного поведения, которые влияют на жизнедеятельность человека : предвидение опасности, уклонение от опасности, преодоление опасности [22, 23]. Сформированные привычки и навыки личного безопасного поведения могут помочь современным детям оставаться в безопасности в большинстве ситуаций и при общении с большинством людей. Поэтому так необходимо воспитывать навыки личной безопасности,

самозащиты, уверенности и осторожности. Взрослые должны научить детей быть в безопасности, не запугивая их.

Таким образом, анализ научно-педагогической литературы свидетельствует о том, что на сегодняшний день не существует единого подхода к определению ключевого понятия выпускного исследования. В своей работе за основу мы взяли определение Л. В. Байбородовой, которая под безопасным поведением понимает, что безопасное поведение – это понимание того, что представляет опасность для жизни и здоровья, а также знание особенностей поведения при наступлении угроз.

## **1. 2 Особенности формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры**

Поскольку школьные уроки физической культуры гарантированно охватывают практически всех детей, обучающихся в образовательной организации, физкультура является главной возможностью почти для всех детей школьного возраста получить доступ к оздоровительным физическим упражнениям. Физическое воспитание – это запланированная последовательная программа учебных программ и обучения, основанная на ФГОС, предназначенная для развития знаний, умений и двигательных навыков, а также безопасного поведения, связанного со здоровым активным образом жизни, физической подготовкой, самоорганизацией и эмоциональным интеллектом [29].

Преподавание физической культуры означает развитие или поддержание навыков, связанных с силой, ловкостью, гибкостью, движением и выносливостью; развитие знаний и навыков, касающихся командной работы и честной игры; развитие знаний и навыков, касающихся питания и физической подготовки как части здорового образа жизни; и развитие позитивного отношения к здоровому питанию и физической активности как компоненту личного благополучия. Физическое воспитание предоставляет учащимся

инструменты, необходимые для создания и поддержания физически активного образа жизни в будущем. В то же само время, как и любая другая физическая активность, урок физкультуры может нести в себе определенные риски и опасности. К сожалению, до сих пор школьники в нашей стране получают травмы, иногда – тяжелые, на уроках физической культуры. Чтобы этого не произошло, необходимо строго соблюдать правила безопасного поведения на уроках, в том числе и физической культуры.

Уроки физкультуры многими школьниками воспринимаются как «очень длинная перемена», во время которой можно много, активно и бесконтрольно двигаться. После учебных кабинетов, в которых необходимо сидеть за партой и слушать преподавателя, спортивный зал или спортивная площадка на улице воспринимается как место, где можно спонтанно бегать, прыгать, взбираться на спортивные снаряды, толкать друг друга и т.д. Тем не менее, спортивный зал и спортивная площадка могут нести в себе потенциальную опасность для здоровья детей. Проявится ли эта опасность – зависит от того, как именно школьники будут вести себя в спортивном зале [6].

Безопасность обучающихся во время школьных спортивных занятий является ключевым вопросом в методологии физического воспитания (физкультуры). По этой причине безопасность должна быть предметом первостепенной заботы при планировании мероприятий. Помимо основных правил и норм безопасности, соблюдаемых в школе на физкультуре, каждый вид физической активности имеет свой собственный набор правил безопасности, с которыми должны ознакомиться все учащиеся [29].

По мнению некоторых исследователей (Л. Д. Глызина [11], В. С. Кузнецов [17], и др.), несчастные случаи неизбежны при выполнении физических упражнений, поскольку они являются неотъемлемой частью движения, поэтому любой, кто физически активен, должен знать о таком риске. Надлежащий контроль безопасности во время занятий физкультурой должен быть особенно адресован учащимся начальных классов [17], а также учащимся с ограниченными возможностями здоровья и физическими особенностями,

такими, как лишний вес [11]. Как известно, число школьников с ожирением постоянно увеличивается, в связи с этим ожидается, что учителя физкультуры будут не только хорошо разбираться в своем предмете, но и проявлять должное внимания к росту и массе тела своих учеников.

Помимо знаний специалиста, учитель физкультуры должен уметь прогнозировать потенциальные опасности, быть исключительно наблюдательным и иметь очень хорошие отношения с детьми. Такой подход может предотвратить несчастные случаи, которые происходят в результате следующих ситуаций : уроку не предшествует разминка, учащиеся находятся в состоянии эмоционального потрясения или опасаются задачи, которую они собираются выполнить, они страдают от усталости или /и истощения, они ведут нездоровый образ жизни, они переоценивают свои способности, они недостаточно знают правила безопасности или помощь другого учащегося, они испытывают недружелюбие со стороны других учащихся, у них проблемы в семье [33]

Соблюдение безопасного поведения регламентирована государственными документами, представленными на рисунке 3.

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273 ФЗ от 29.12.2012.

- Образовательное учреждение создает условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся. Образовательное учреждение обязано предоставлять помещение с соответствующими условиями для работы медицинских работников. Медицинское обслуживание обучающихся образовательного учреждения обеспечивают органы здравоохранения [1].

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ:

- глава I, ст. 3 гласит, что законодательство о физической культуре и спорте основывается на принципе обеспечения безопасности жизни и здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом, а также участников и зрителей физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;
- глава II, ст. 20 указывает, что организация и проведение физкультурных мероприятий, спортивных мероприятий возможны только при условии обеспечения мер общественного порядка и общественной безопасности;
- глава VI, ст. 38, п. 1 говорит о пропаганде массовой физической культуры, спорта, здорового образа жизни, основ знаний о физической культуре и спорте, популярных физкультурно-оздоровительных и спортивных программ, комплексов физических упражнений [4].

СанПин 2.4.2.1178-02 от 28.11.2002 г. № 44-РФ: 2.3.17

- спортивный зал следует размещать на 1-м этаже в пристройке. Его размеры предусматривают выполнение полной программы по физическому воспитанию и возможность внеурочных спортивных занятий. Площади спортивных залов приняты 9 x 18 м, 12 x 24 м, 18 x 30 м при высоте не менее 6 м. Количество мест в спортивном зале на занятиях должно устанавливаться из расчета 0,7 квадратных метров на одного учащегося [6].
- при спортивном зале должны быть предусмотрены снарядные помещения площадью 16-32 квадратных метров в зависимости от площади спортивного зала, раздевальные для мальчиков и девочек площадью 10,5 квадратных метров каждая, душевые площадью 9 квадратных метров каждая, уборные для девочек и мальчиков площадью 8 квадратных метров каждая. Предусмотрена комната для инструктора площадью 9 квадратных метров. В состав помещений физкультурно-спортивного назначения необходимо включать помещение, оборудованное тренажерными устройствами, а также по возможности бассейн.

Рисунок 3 – Нормативно-правовая база обеспечения безопасности при занятиях физкультурой в школе, на основании которой должны строиться школьные уроки

Извлечения из Правил по охране труда в образовательной учреждении «О безопасности занятий по физической культуре и спорту» [31] :

– администрация учебного заведения несет ответственность за подготовку мест занятий, за соответствие санитарно-гигиенических условий

Требованиям СанПин 2.4.2.1178-02, за соответствие требованиям строительных норм и правилам СанПин, за требования к расписанию уроков и соответствие количества мест площади спортивного зала, за качество учебно-воспитательного процесса по физической культуре;

– медицинские работники осуществляют санитарный надзор за условиями и местами проведения учебно-воспитательного процесса по физической культуре; составляют списки по группам здоровья (основная, подготовительная, специальная), несут ответственность за проведение в установленном порядке лечебно-профилактических мероприятий, за своевременное оказание первой помощи при травме;

– преподаватель физической культуры несет ответственность за охрану жизни и здоровья учащихся, за выполнение правил по безопасности занятий, за использование качественного и надежного оборудования, за санитарно-гигиенические условия мест проведения занятий и подсобных помещений (СанПин 2.4.2.1178-02 и инструкция по охране труда ИОТ-018-023-98), за выполнение программы по физической культуре, за качество учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию [31].

Помимо знаний специалиста, учитель физкультуры должен уметь прогнозировать потенциальные опасности, быть исключительно наблюдательным и иметь очень хорошие отношения с детьми. Такой подход может предотвратить несчастные случаи, которые происходят в результате следующих ситуаций : уроку не предшествует разминка, учащиеся находятся в состоянии эмоционального потрясения или опасаются задачи, которую они собираются выполнить, они страдают от усталости или /и истощения, они ведут нездоровый образ жизни, они переоценивают свои способности, они недостаточно знают правила безопасности или помощь другого учащегося, они испытывают недружелюбие со стороны других учащихся, у них проблемы в семье [33].

Однако, несмотря на все правила и инструкции по надлежащему проведению уроков физкультуры в школах, на уроках физкультуры по-

прежнему происходит значительное количество несчастных случаев. Наиболее распространенными травмами являются следующие: переломы верхних и нижних конечностей, позвоночника, вывихи, ушибы, разрыв мышц, связок, порезы, сотрясения мозга и другие черепно-мозговые травмы. При этом есть гендерные особенности детского травматизма – мальчики сталкиваются с такими травмами чаще, чем девочки [25].

Причины возникновения угроз безопасности на занятиях физической культурой рассмотрены на рисунке 4.

<p>Причины опасностей проистекают главным образом из того факта, что обучающиеся не осознают последствий своего поведения, которое может представлять угрозу для их здоровья или жизни.</p>		
<p>одной из причин такого положения является отсутствие активного продвижения безопасности, ориентированной на образ жизни молодежи. Виленский М.Я. [9]</p>	<p>двигательные действия различаются по сложности, что имеет место не только в профессиональном спорте, но и в школьной физкультуре. Этот аспект приобретает все большее значение в связи с научно доказанным феноменом гипокинеза, т.е. уровнем физической активности, на который запрограммировано человеческое тело (Глазырина Л.Д.) [11]</p>	<p>в результате малоподвижного образа жизни люди становятся слабее с точки зрения своей физической подготовки, что, следовательно, снижает уровень их двигательных навыков и способностей, таких как скорость, сила, выносливость, координация и гибкость В. Ломан [21]</p>

Рисунок 4 – Причины опасности, обусловленные отсутствием осознанности соблюдения безопасного поведения на занятиях физической культуры

Как отмечает Ю. В. Менхин, в повседневной школьной практике существуют три причины угроз безопасности [25] :

- а) вызванные учителем;
- б) вызванные учеником;
- в) технические.

Опасности могут быть вызваны недостаточными полномочиями и несоответствующей квалификацией учителя. Учитель физкультуры должен обладать базовыми знаниями в области физической культуры и спорта, в области физического воспитания, возрастной физиологии и гигиены, медицинских знаний. Уроки физической культуры может и должен проводить педагог, имеющий специальное образование [36, 37, 29,]. Помимо соответствующей квалификации в области физической культуры, учителя физкультуры должны уметь оказывать первую медицинскую помощь [36]. В связи с этим в спортивном зале должна быть надлежащим образом укомплектованная аптечка первой помощи, содержимое которой четко указано в перечне инструкции по применению.

Плохая организация класса – это, несомненно, самое слабое звено мастерства учителя, независимо от опыта и продолжительности карьеры. Необходимо привлечь внимание к тому факту, что безопасность учащихся должна быть гарантирована с момента их прихода на урок (например, по дороге в бассейн), или пока они готовятся к занятиям в раздевалке, или по дороге в спортзал или на поле [3].

В большинстве случаев безопасность ребенка зависит от множества факторов. Для того, чтобы избежать несчастных случаев, необходимо знать основные причины несчастных случаев на уроках физической культуры, представленные на рисунке 5.

Отсутствие дисциплины и порядка является важнейшим фактором опасности, особенно при выполнении двигательных видов деятельности, таких как: гимнастика, боевые искусства, плавание, прыжки в высоту и т.д. Нарушение элементарной дисциплины часто является причиной несчастных случаев, так как учащиеся, которые начинают занятия без дисциплинирующих упражнений (выполняемых с помощью команд), ведут себя очень легкомысленно. Плохо спланированные и неадекватно организованные занятия, которые не обеспечивают безопасность места (разбег, приземление),

снаряжения (гимнастические снаряды), часто приводят к серьезным травмам [26].

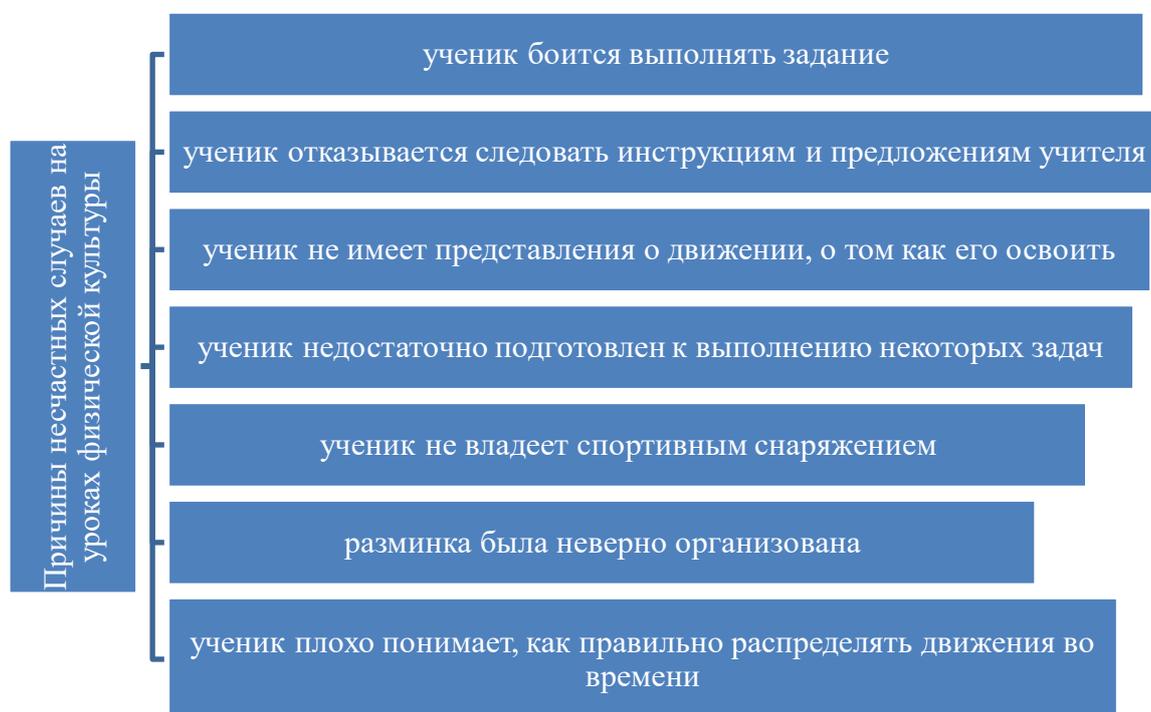


Рисунок 5 – Причины несчастных случаев на уроках физической культуры [5]

Несоблюдение применимых правил относится к организации и проведению самих уроков; также к участию учащихся, инструкциям преподавателя по использованию снаряжения и качеству снаряжения, оборудованию, спортивному снаряжению; правилам использования помещений, пространственных устройств (правила использования ковров для единоборств, тренажерных устройств, каната, бассейна и т.д.). Например, неправильное расположение оборудования может вызвать трудности у учеников при выполнении упражнений. Неверная организация может создать ситуацию неразберихи и беспорядка, что грозит нештатными ситуациями.

Плохая осведомленность о психомоторных способностях учащихся – недостаток, который особенно заметен, когда учитель имеет дело с переполненными группами учащихся со смешанной двигательной подготовкой

[6]. Занятия физкультурой должны привести к правильному психомоторному развитию ребенка. На уроках физкультуры учащийся может проявлять естественную склонность к движению как таковому, быть очень импульсивным, непредсказуемым. Более того, участие в спортивных соревнованиях и отдельных формах физической активности может увеличить агрессивное поведение обучающихся [14].

На уроках физической культуры педагогу необходимо помнить, что существует ряд субъективных причин, влияющих на безопасность обучающегося на уроках физической культуры: личные или бытовые проблемы ученика; плохое самочувствие; перенесенная болезнь. Важно следить за тем, чтобы ученик не переоценивал свои возможности при выполнении упражнений на уроках.

Во время проведения уроков важно знать о причинах несчастных случаев технического характера. Несмотря на меры предосторожности, предпринимаемые большинством учителей, тренеров и воспитателей, на уроках физической культуры, тренировочных занятиях, спортивных соревнованиях еще нередки случаи травматизма. Четкая организация труда учителя, соблюдение установленных правил и норм позволяет полностью исключить возможность возникновения несчастных случаев на уроках физкультуры и занятиях спортивных секций. Сознательное отношение к четкой организации труда, усвоение безопасных методов и приемов работы - залог полноценной профилактики детского травматизма, что представлено на рисунке 6.



Рисунок 6 – Причины несчастных случаев технического характера [33]

Опасности, которые могут угрожать детям, разнообразны – травмы мышц и связок, переломы нижних и верхних конечностей в результате падения, порезы и, как следствие, вероятность инфекций, повреждение кожи и мягких тканей в результате прямого контакта с предметом или заклинивания ног между лестницей и радиатором и т.д.

Перед началом занятий учитель должен проинструктировать учащихся о правилах техники безопасности, которые являются частью методики. Он должен постепенно увеличивать сложность упражнений и оказывать помощь при выполнении более сложных задач. Несчастный случай может произойти в результате несвоевременной реакции учителя на опасные ситуации, в которых оказываются учащиеся. Обучающиеся должны быть осведомлены о

безопасности выполняемых ими задач. Необходимо обсудить кодекс поведения на уроках физкультуры, особенно с учениками начальных классов. Наконец, крайне недопустимо оставлять детей без присмотра во время тренировки. Учитель должен создать такую благоприятную среду, чтобы эмоциональные и физические потребности учащихся были удовлетворены [10]. Во время правильно проведенных занятий каждый этап урока проходит в полном порядке. Хорошо подготовленные и продуманные занятия не только повышают безопасность учащихся, но и ускоряют темпы приобретения двигательных навыков и умений. Учитель несет ответственность за представление не только целей занятий, но и правил охраны труда и техники безопасности, действующих в классе.

Чтобы подготовить ребенка к столкновению с трудными, опасными или пугающими ситуациями, необходимо развить всестороннюю двигательную подготовленность ребенка : существует сильная обратная связь между чувством безопасности ребенка и эффектом его тренировки [5].

Особое внимание преподаватель физкультуры должен уделять работе на тренажерах. В последнее время спортивные тренажеры стали довольно популярными в школьной среде. Они представляют собой устройства или группы устройств, которые обеспечивают конкретные условия для тренировки мышц, объективное измерение заданных двигательных параметров, а также возможность программирования и настройки двигательных задач [21]. В связи с тем, что в упражнениях на тренажере может участвовать относительно большое количество учащихся, они становятся обычным явлением при обучении физкультуре обучающихся. Каждое устройство такого рода должно иметь инструкции по использованию, а также прилагаемые правила техники безопасности, которые должны быть четко продемонстрированы учащимся. Это, в частности, относится к ограничениям минимального возраста пользователей, например, электрической беговой дорожки. Во время работы этого оборудования может произойти разряд электростатической силы, и устройство будет выключено. Совершенно недопустимо позволять детям

пользоваться такими устройствами без присутствия преподавателя. Учитель физической культуры должен подробно представить технику выполнения упражнений на каждом отдельном компоненте устройства и объяснить учащимся цель каждого упражнения [19].

Спортивное снаряжение и оборудование, являющиеся частью тренажерного зала или поля, должны иметь действительные сертификаты и разрешения, которые гарантируют надлежащее функционирование всех элементов в этих местах и сооружениях. Материалы, используемые для производства, способ сборки всех деталей, а также способ размещения спортивного инвентаря на объектах не должны иметь недостатков или «слабых звеньев», но должны соответствовать стандартам охраны здоровья и безопасности. В каждом спортивном или тренажерном зале или на каждом поле, а также в зонах, предназначенных для физических упражнений и игр, таких как бассейны, катки и пр., обязательно должны быть размещены информационные доски, устанавливающие правила безопасного и правильного использования снаряжения и оборудования в таких местах. Кроме того, в целях повышения безопасности могут быть выставлены другие информационные табло с изложением правил для конкретного использования тренажерного зала, школьного поля, ковриков и других элементов оборудования (например, гимнастический конь, турник, брусья, трамплин, сетки, мячи и т.д.).

Таким образом, особенностями формирования основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры является следующее: учитель физической культуры должен постоянно напоминать детям основные правила безопасности, которые они должны соблюдать в повседневной практике физкультуры; при этом каждая форма физической активности имеет свой собственный набор правил безопасности, осведомленность о которых необходимо постоянно повышать среди детей; обязанность преподавателя физической культуры – постоянно разъяснять детям основы безопасного поведения во время физической активности и показывать им на собственном примере, как нужно заниматься спортом, чтобы это было безопасно и полезно

для здоровья. Эту работу требуется проводить как во время уроков физической культуры, так и во время внеурочной деятельности, и на других занятиях, таких как безопасность жизнедеятельности.

## **2 Опытнo-экспериментальная работа по изучению эффективности использования методов работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках**

### **2. 1 Анализ методов работы педагога физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках**

Безопасность ученика на уроке физкультуры связана с используемыми педагогом методами работы с детьми. В этой связи необходимо рассмотреть, что такое методы работы учителя физической культуры. Для того, чтобы школьники успешно усваивали правила безопасности, педагогу нужно использовать эффективные методы педагогического воздействия. Педагогический метод – это совокупность способов и приемов воздействия на формирование у обучаемых знаний, умений и навыков с целью достижения педагогических целей [42]. Выбор методов обучения представлен на рисунке 7.

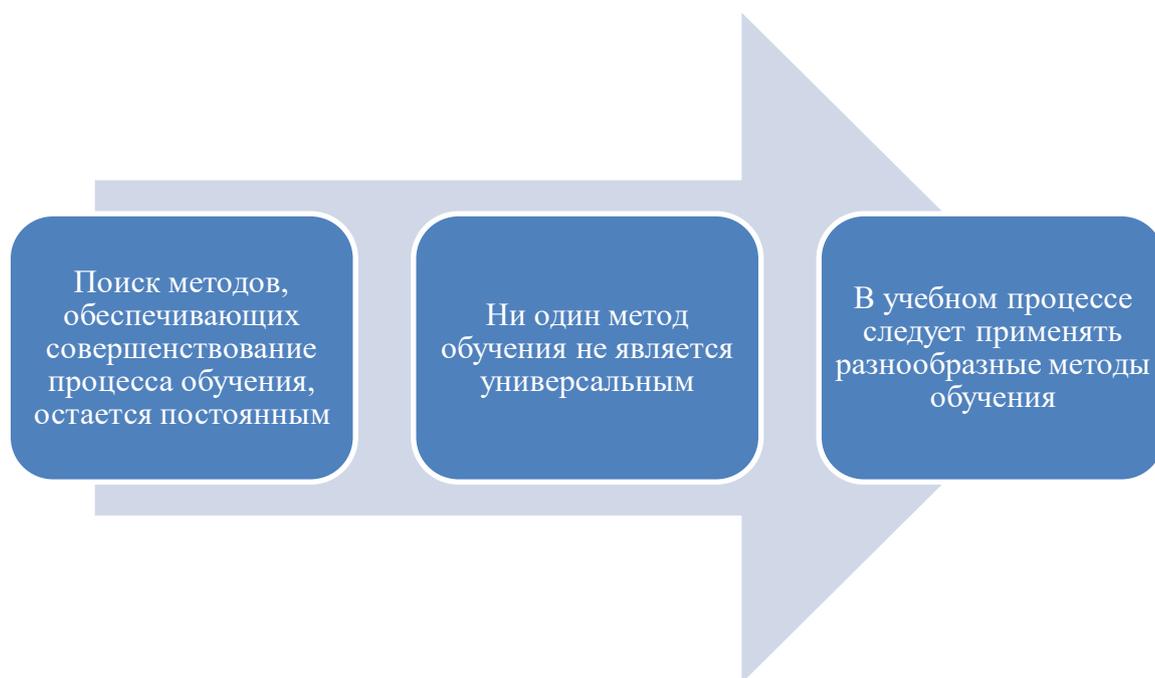


Рисунок 7 – Выбор методов обучения

В современной педагогической практике используется большое количество методов обучения и их классификаций. Единой классификации методов обучения не существует. В своей работе мы остановились на

классификация методов обучения по источнику получения знаний (Н. М. Верзилин, Е. И. Перовский, Д. О. Лордкипанидзе) представленные на рисунке 8.

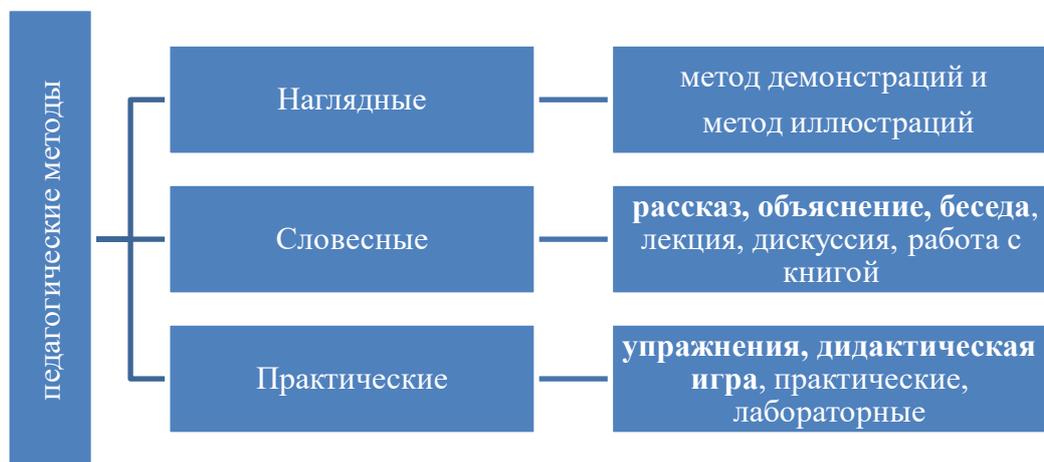


Рисунок 8 – Классификация методов обучения по источнику получения знаний (Н. М. Верзилин, Е. И. Перовский, Д. О. Лордкипанидзе) [42, с.79]

Выбранная нами классификация отличается простотой, что и определяет ее широкое использование в практике. В ходе реализации методов каждого вида решаются свои педагогические задачи, каждый из них имеет разную эффективность для достижения различных целей воспитания и образования.

Наглядные методы представляют собой такие методы, которые основаны на наблюдении и непосредственном визуальном восприятии материала. Это наблюдение за другими людьми, изучение иллюстраций, схем, просмотр видеороликов и иных наглядных материалов. Наблюдение – целенаправленное организованное активное восприятие наблюдаемого объекта. Оно может быть как организованным, когда оно преследует определенную цель и включено в образовательный процесс (просмотр видеоматериалов), так и стихийным (наблюдение за одноклассниками, как они выполняют упражнения, соблюдают ли правила).

Наблюдение позволяет фиксировать ключевые признаки безопасного поведения, его основные свойства, особенности его воздействия.

В качестве наглядных методов можно применять мультимедийные презентации, такие как «Правила поведения на уроке физкультуры», «Как важно соблюдать технику безопасности» и др., а так же проводить трансляцию видеороликов, содержащих примеры безопасного поведения. Так же необходимо размещать плакаты и схемы с методическим сопровождением, например содержащими :

1. Требования безопасности для школьников на занятиях с гимнастическими снарядами (перекладина, опорный прыжок, канат);
2. Требования безопасности для школьников на занятиях с гимнастическими снарядами (брусья, шведская стенка, бревно);
3. Требования безопасности для школьников на занятиях по легкой атлетике и т.п.

Особый эффект будет иметь демонстрация выполнения по технике безопасности определённых видов упражнений на примере известных спортсменов.

Практическая группа методов формирования безопасного поведения представлена такими методами, как эксперимент, опыт и моделирование. Эти методы могут активно применяться в формировании привычки к безопасному поведению на уроках физкультуры.

Ценность практических методов заключается в том, что, в отличие от всех иных методов, они наиболее приближены к жизни, при их помощи можно фактически увидеть, «потрогать» и понять суть изучаемого – что именно представляет собой безопасное поведение. Практические методы позволяют понять суть безопасного поведения в действии в условиях его искусственного воссоздания.

Одним из эффективных методов среди группы практических методов является метод опыта. Опыт позволяет обучающимся включаться в непосредственную деятельность. Например, преподаватель может обучить

детей навыкам безопасного падения. Также можно «смоделировать» падение со спортивных снарядов при несоблюдении правил. Выбрав добровольцев из числа учеников, преподаватель показывает с их помощью, какие опасности угрожают при несоблюдении правил. Такого рода упражнения могут сопровождаться беседой о том, при каких обстоятельствах человек может упасть, что нужно сделать, чтобы избежать падения, и какие приемы применять, чтобы ущерб от падения был минимальным, даже если оно произошло.

Практический метод является более действенным и побуждает к безопасному поведению.

Данный метод можно реализовать, предложив учащимся самим поучаствовать в инсценировке: «Что будет если не соблюдать технику безопасности». Например, одна группа учащихся разыгрывает сценку с несоблюдением правил безопасности при метании снаряда, а другая группа разбирает и комментирует ошибки и последствия опасного поведения. Или же при помощи добровольцев из учащихся демонстрируется правильная техника выполнения определённого упражнения, а учитель комментирует и даёт пояснения.

Наконец, словесный метод также эффективен в педагогической работе. В качестве словесного метода применяется традиционная беседа и такие её виды, как фронтальная, организующая, обобщающая, так же можно использовать форму вопрос-ответ. В беседе целесообразно приводить конкретные примеры из жизни. Возможно применение техники мозгового штурма. Хорошо, если преподаватель будет с обучающимися именно разговаривать, поддерживать диалог, задавать вопросы и отвечать на вопросы учащихся, рассказывать реальные случаи из жизни, приводить примеры, шутить и т.д.

Цели дидактических бесед с обучающимися по теме безопасного поведения на уроках представлены на рисунке 9.

Установочная	Эвристическая	Итоговая
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Цель: Активизирует внимание обучающихся к теме беседы</li> <li>• Тематика: Безопасность жизнедеятельности и т.п.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Цель: Носит поисковый характер установления взаимосвязей между различными травмами и несчастными случаями и соблюдением правил безопасного поведения</li> <li>• Тематика: Например, проведение сравнительного анализ правил занятий в спортивном зале и занятий на улице. Какие правила безопасности необходимо соблюдать в том и другом случае</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Цель: Рефлексия, подведение итогов, классификаций и типология наблюдаемых объектов природы, анализ увиденного</li> <li>• Тематика: Выявление факторов опасности при занятиях физкультурой и спортом, основные правила безопасности</li> </ul>

Рисунок 9 – Дидактические цели бесед [1, с.52]

Далее представлены результаты опросов преподавателей физической культуры, учащихся и их родителей по вопросам обеспечения безопасности на уроках физкультуры.

Экспериментальная база исследования – школа № 42 города Красноярск. Выборка исследования представлена тремя группами респондентов.

1 группа – преподаватели физической культуры школы № 42 города Красноярск. Численность – три человека.

2 группа – учащиеся 9 класса № 42 города Красноярск. Численность – 29 человек.

3 группа – родители учащихся 9 класса № 42 города Красноярск. Численность – 22 человека.

Список учащихся и их родителей представлен в Приложении.

В начале опроса педагогам было предложено оценить систему безопасности на уроках физической культуры по 5 - балльной системе. Все три учителя поставили оценку «4».

Затем педагогам был задан вопрос, проводят ли они разъяснительную работу со школьниками по обеспечению безопасности проведения уроков физкультуры. Все трое ответили утвердительно. По словам учителей, перед началом каждого урока они кратко напоминают учащимся основные правила безопасного поведения на занятии. Также перед выполнением упражнений на спортивных снарядах педагоги проводят краткий инструктаж.

В ответ на вопрос о том, отмечена ли работа по технике безопасности в личных планах работы, все три преподавателя сказали, что такой пункт присутствует в плане.

Далее преподавателям физкультуры был задан вопрос о том, какие имеются недостатки в данной работе на уровне школы. Все трое отметили формальность работы в данном направлении. Рабочая программа школы по физкультуре предусматривает технический инструктаж по технике безопасности и соблюдение соответствующих правил. Также есть специально разработанная инструкция по технике безопасности. Однако нет наглядных материалов, нет разработанных занятий, нет каких-либо методических указаний по данной тематике.

По мнению педагогов, необходима популяризация данного направления среди школьников. Для этого целесообразно использовать наглядные материалы – плакаты и листовки. Также один из педагогов предложил провести специальное занятие «Безопасность на уроке физической культуры» в рамках предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». По мнению преподавателя, целесообразно сделать этот урок в форме конференции, на котором школьники выступят с собственными докладами и презентациями по теме безопасности. Также преподаватели назвали эффективным методом просмотр видеоматериалов по теме безопасности на уроках физкультуры.

Применительно к формированию безопасного поведения методы педагогического воздействия представляют собой приемы педагогического воздействия на обучающегося со стороны учителя физкультуры для достижения поставленных задач, в ходе реализации которых формируются

теоретические знания о безопасном поведении и практические навыки и умения, обеспечивающие безопасность.

Далее представлены результаты опроса обучающихся на рисунках 10, 11, 12, 13, 14, 15.

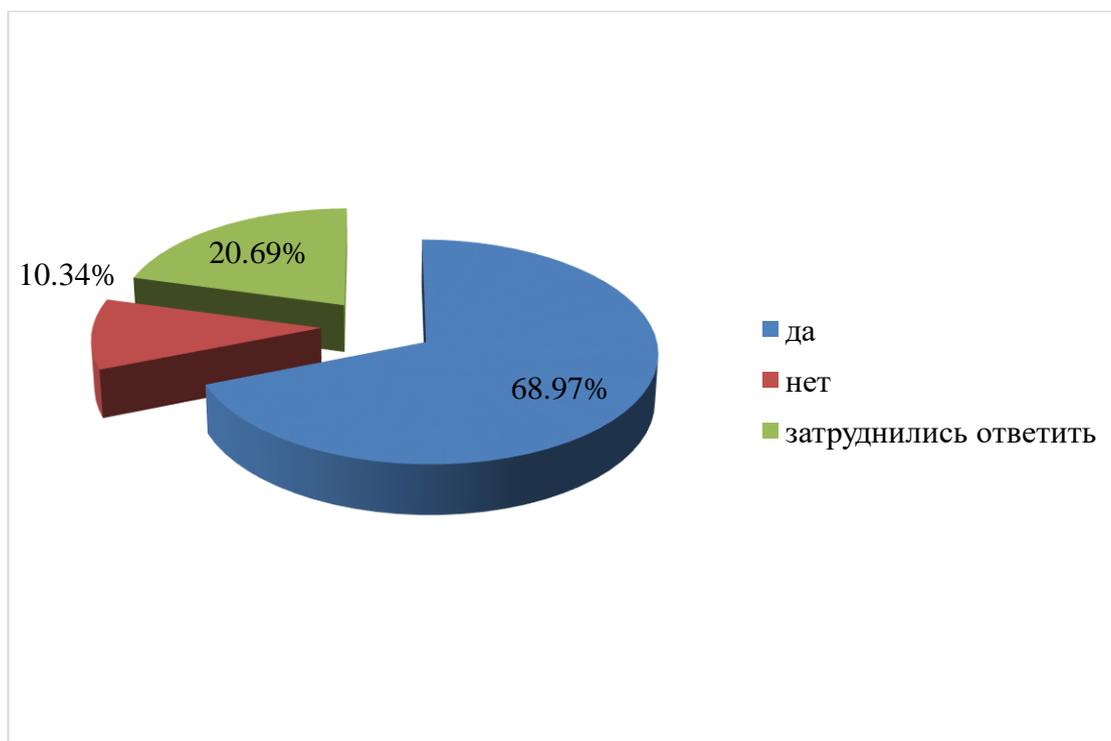


Рисунок 10 – Нравятся ли школьникам уроки физической культуры.

На вопрос, нравятся ли им уроки физкультуры, 20 учеников ответили утвердительно, трое – отрицательно, и шестеро – затруднились ответить.

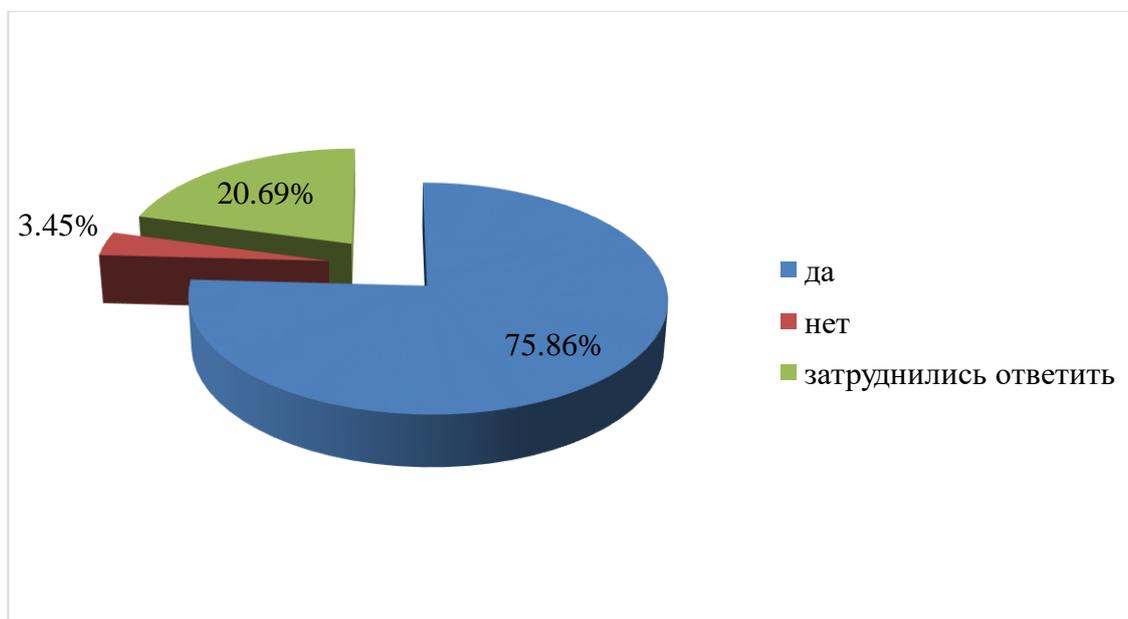


Рисунок 11 – Рассказывал ли учитель физкультуры о правилах безопасности

На вопрос, рассказывал ли учитель физкультуры об этих правилах, 22 человека ответили утвердительно, один – отрицательно, шестеро затруднились ответить. Все без исключения обучающиеся имеют представление о правилах безопасного поведения на уроках физкультуры.

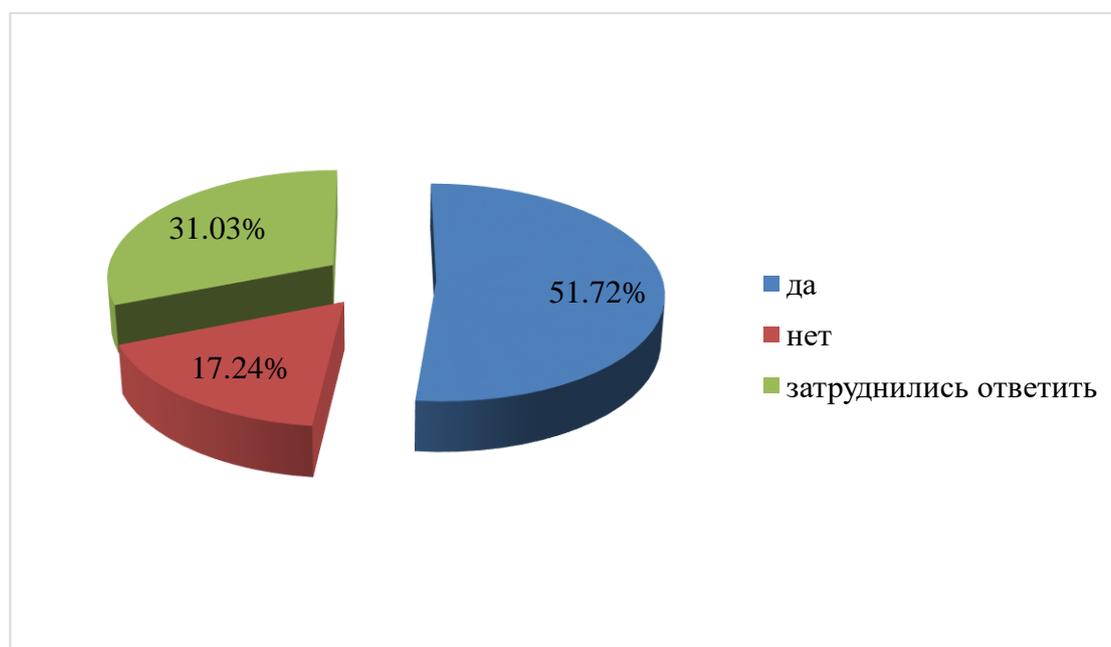


Рисунок 12 – Нарушали ли школьники когда-нибудь правила безопасности на физкультуре

Далее школьникам был задан вопрос о том, нарушали ли они когда-нибудь правила безопасности на физкультуре. 15 человек признались, что нарушали правила безопасности, пятеро – не нарушали, девять человек затруднились ответить.

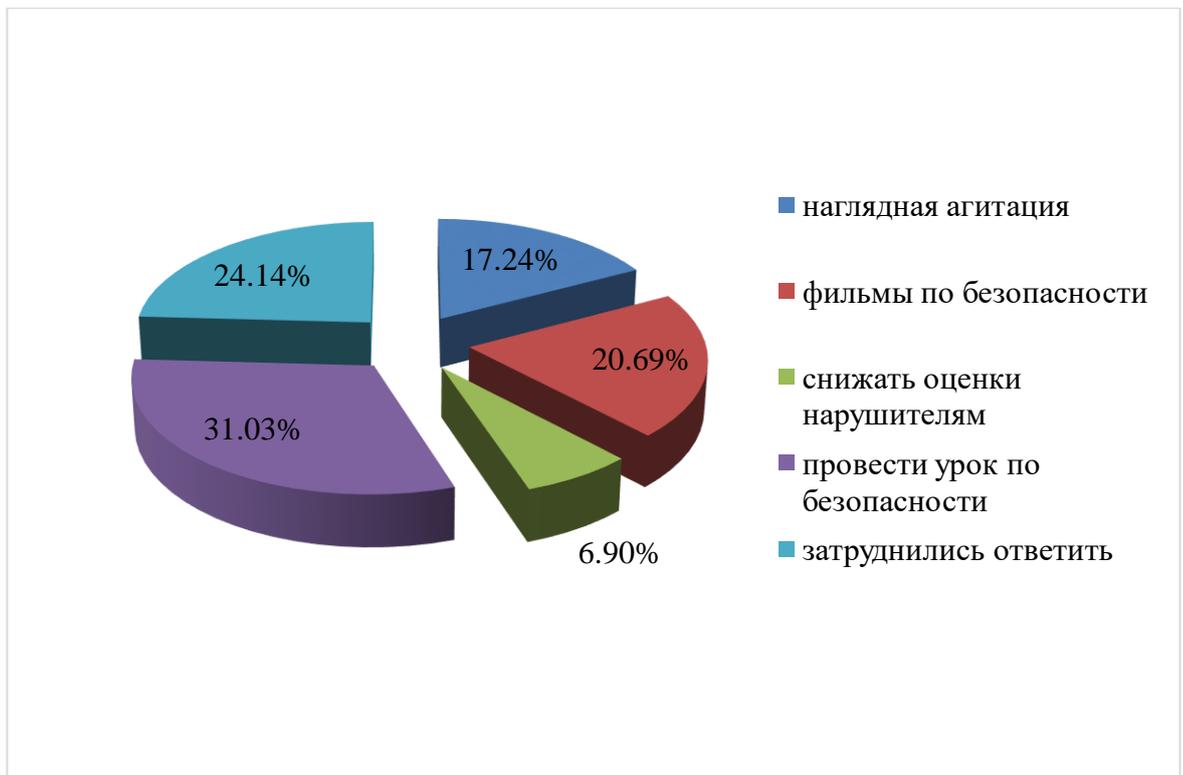


Рисунок 13 – Что нужно сделать, чтобы обучающиеся не нарушали правила безопасности

Следующий вопрос касался того, что именно нужно сделать, чтобы обучающиеся не нарушали эти правила. Это был открытый вопрос. Школьники предложили следующие методы для усиления дисциплины и соблюдения правил безопасности: провести урок по безопасности (9 участников опроса); повесить в спортивном зале предупреждающие плакаты и другую наглядную агитацию (5 человек); показывать фильмы по безопасности (6 человек); снижать оценки нарушителям (2 человека); затруднились ответить (7 человек).

Рассмотрим, каковы были результаты анкетирования родителей школьников.

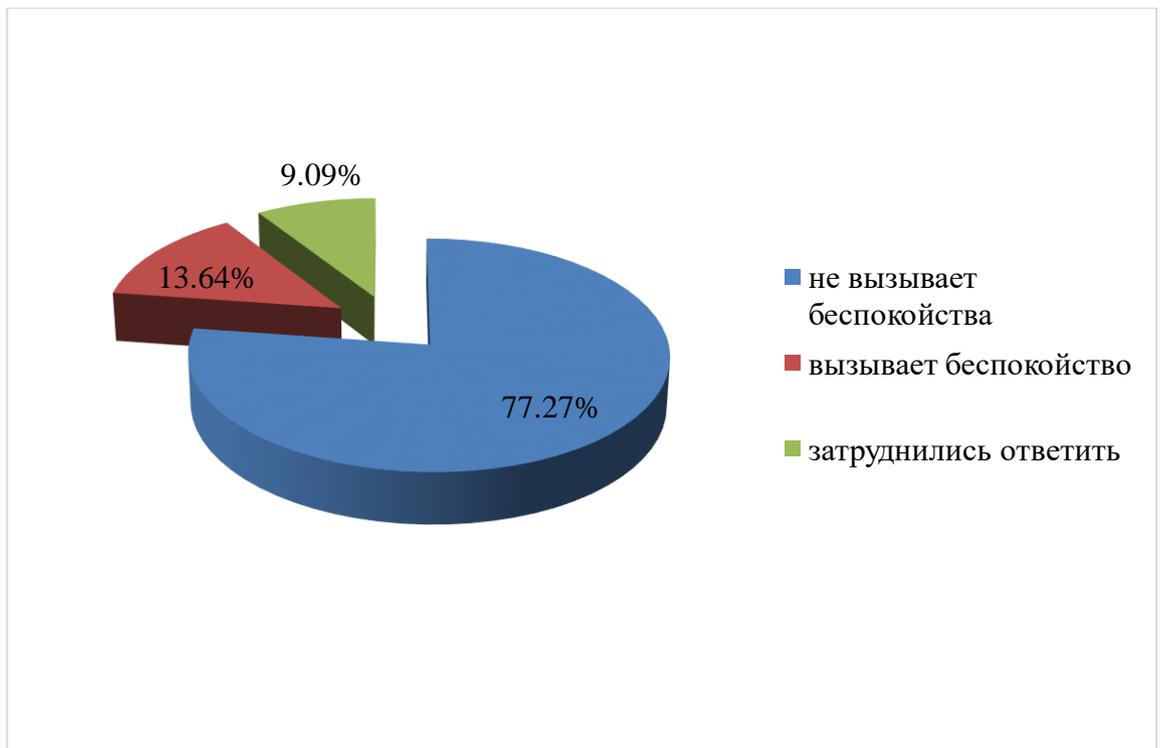


Рисунок 14 – Беспокойство родителей по поводу безопасности детей на физкультуре

Родителям был задан вопрос – вызывает ли у них беспокойство соблюдение правил безопасности на школьных уроках физкультуры? У большинства родителей – 17 человек – это обстоятельство не вызывает беспокойства, у троих – вызывает, двое затруднились с ответом.

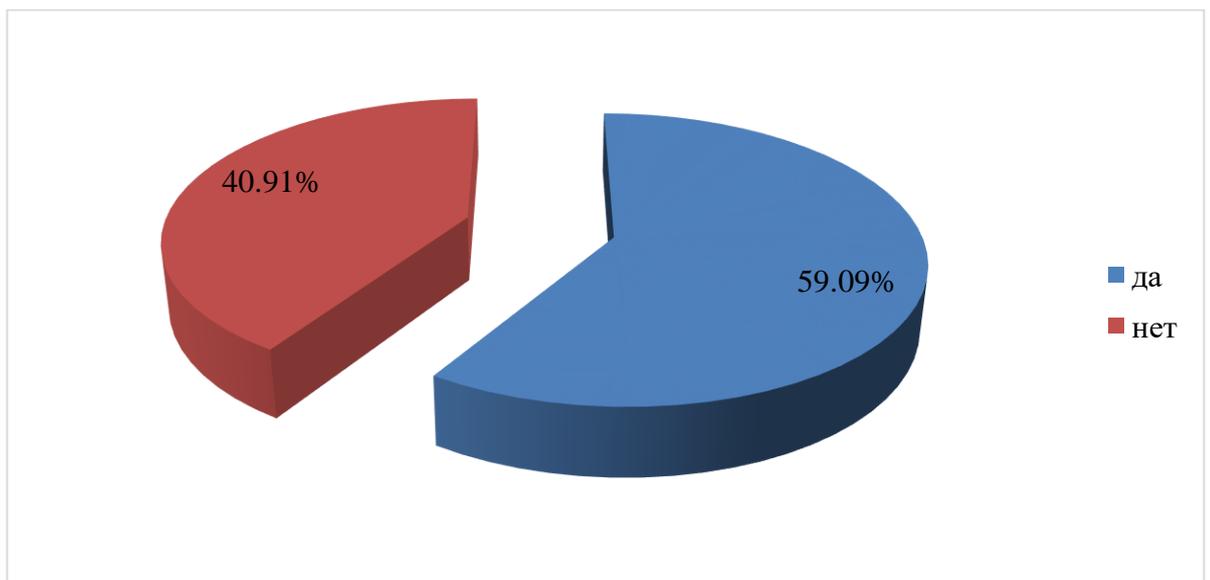


Рисунок 15 – Известна ли родителям информация о травмах на физкультуре

На вопрос, известно ли лично им о негативных случаях, приведших к травмам детей, во время проведения уроков физкультуры, тринадцать человек ответили утвердительно, 9 – отрицательно.

В ответ на вопрос, знает ли их ребенок правила безопасного поведения на уроках физкультуры, все родители ответили утвердительно.



Рисунок 16 – Недостатки в обеспечении безопасности, с точки зрения родителей

Среди недостатков в обеспечении безопасности на уроках физкультуры родители отметили низкую дисциплину школьников (9 человек), отсутствие разъяснительной работы в школе (5 человек), оставление школьников в спортивном зале без учителя (3 человека). 5 человек ответили, что недостатков нет вообще.

Родителям школьников, как и прочим участникам опроса, был задан вопрос о том, что необходимо сделать для совершенствования данной работы.

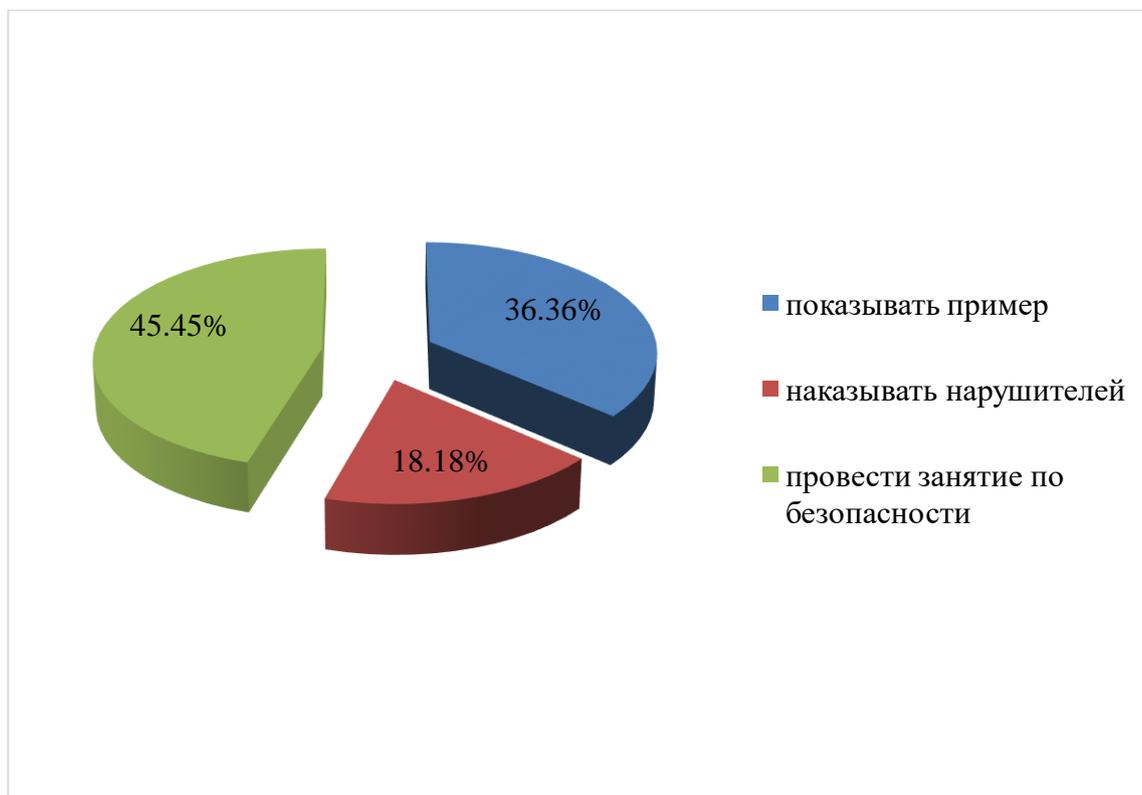


Рисунок 17 – Способы улучшения работы по обеспечению безопасности на уроках физкультуры

Ответы распределились следующим образом: показывать пример (8 человек), наказывать нарушителей (4 человека), провести занятие по безопасности на уроке физкультуры (10 человек).

Таким образом, мы выяснили, что для эффективной организации работы по формированию безопасного поведения педагога физической культуры должны использовать широкий спектр педагогических методов (словесные: рассказ, беседа, объяснение; наглядные: показ наглядных пособий, показ каких-либо действий на своем примере; практические: игровой метод, соревновательный метод). Анкетный опрос педагогов физической культуры обучающихся и их родителей показал следующее: обеспечение безопасности на уроках физкультуры в школе находится на достаточном уровне; работу по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физкультуры можно считать удовлетворительной; у большинства обучающихся (75,86 %) сформировано представление о том, как они должны вести себя на уроках физкультуры. Однако часть обучающихся (51,72 %)

отметили, что не всегда соблюдают правила безопасного поведения. В связи с полученными данными мы считаем целесообразным предложить методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

## **2. 2 Методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках**

Ранее мы выяснили, что важным аспектом правильной организации уроков физкультуры в общеобразовательной школе является обеспечение безопасности обучающихся. Физическая культура и спорт, как известно, травмоопасное занятие. Интенсивное физическое движение может привести к несчастным случаям, если не соблюдать правила безопасности. Соблюдение таких правил способствует предупреждению травм. Знание техники безопасности имеет свою специфику для разных направлений учебной программы по предмету физическая культура.

Но следует также помнить, что даже неукоснительное соблюдение правил не дает стопроцентной гарантии безопасности. Возможны различные непредсказуемые варианты развития событий. Поэтому обучающиеся должны не только знать правила безопасности и соблюдать их, но и иметь представление о том, как вести себя в случае, если чрезвычайное происшествие все-таки случилось. Школьники должны четко представлять себе. Однако всё предусмотреть нельзя. Даже при правильном планировании и знании таких правил травмы, к сожалению, случаются, тем самым нарушая плавное течение учебно-воспитательного процесса

Далее мы рассмотрим основные причины, в связи с которыми обучающиеся могут получить травмы на занятиях физической культурой.

1. Организационные причины. Недостатки, из-за которых страдает организационная сторона занятия. Маленькая площадь спортивного зала, непригодная для проведения занятий спортивная площадка на улице – все это не только усложняет процесс организации занятий, но и создает риск получения травмы учащимися. Из-за перегруженности школ случаются такие ситуации, когда уроки проводятся с двумя группами учащихся в одном зале. Еще более опасно, когда на две группы учащихся – всего один преподаватель. Такие «совместные уроки» недопустимы, потому что преподаватель не в состоянии качественно контролировать такое количество учеников. Поэтому правильному составлению расписания уроков физкультуры должно уделяться первостепенное внимание. Железным правилом преподавателя физкультуры должно быть : «один зал, один класс, один учитель». Чем больше детей на уроке, тем труднее организовать полноценный контроль, определить ошибку ребенка, отследить изменения в самочувствии обучающегося и т.д.

2. Материальные причины. В эту группу причин входит все, что связано с дефектами материальной базы уроков физкультуры. В спортивном зале может быть установлено изношенное, несертифицированное или некачественное оборудование для спорта. Также среди материальных причин ЧП может быть отсутствие должного ремонта в спортивном зале, плохо оборудованная спортивная площадка. Это обстоятельство является очень опасным – дефекты спортивного оборудования и спортивной площадки могут весьма дорого обойтись ученикам. Что будет, если во время занятия, например, оборвется канат или опрокинется турник? К сожалению, такие случаи имели место в российских школах. Поэтому материальная база уроков физкультуры должна быть обеспечена безупречно качественными ресурсами, гарантирующими их безопасное использование. Педагог обязан постоянно следить за состоянием материальной базы и в случае выявления каких-либо недостатков своевременно сообщать об этом руководству образовательного учреждения.

3. Профессиональные причины. Такие причины связаны с низким уровнем подготовки педагога. Это может быть как отсутствие квалификации,

так и отсутствие должного опыта. Если вторая причина преодолевается в ходе работы и накопления опыта, но отсутствие квалификации невозможно компенсировать, необходимо обучение и аттестация. Педагог должен хорошо знать педагогические и методические основы предмета «физическая культура», иметь основы медицинских знаний, знать основы возрастной психологии, уметь выстраивать дружественные и конструктивные отношения с детьми. В наше время преподавателю физкультуры необходимо следить за новинками в области спорта, педагогики, медицины, постоянно пополнять багаж знаний в своей профессиональной сфере. В случае непрофессионального и небрежного подхода педагога к работе создается риск различных непредвиденных ситуаций во время урока.

4. Медицинские причины. К сожалению, многих чрезвычайных ситуаций на физкультуре можно было бы избежать, если бы в школах был адекватный медицинский контроль. Нашумевшие случаи, когда во время занятий физкультурой у детей случались различные приступы, говорят о том, что медицинский контроль в школах вообще не проводится. Как правило, в школах нет постоянно присутствующего медицинского работника, врачи и медицинские сестры в основном «приходящие». Если ребенок был распределен не в ту группу по здоровью, у него есть риск осложнений непосредственно во время занятия. Есть и еще один аспект «медицинских» причин ЧП – обучающиеся, которые получили травму или у которых резко ухудшилось здоровье во время урока физкультуры, не имеют своевременной квалифицированной медицинской помощи.

Современный урок физической культуры – это оптимальное сочетание методов работы педагога для достижения образовательного результата

Согласно ФГОС ООО личностные результаты освоения программы основного общего образования по физической культуре предполагают наличие осознания ценности жизни; соблюдение правил безопасности [29]. Предметные результаты по предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны обеспечивать: организацию

самостоятельных систематических занятий физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; умение оказывать первую помощь при травмах [29].

Отметим, что в перечень необходимого материального обеспечения программы основного общего образования входит не только перечень спортивного оборудования и инвентаря для общеобразовательных учреждений, но и аптечка медицинская.

Основываясь на тематическом планировании на уровне основного общего образования мы предлагаем методические рекомендации по использованию методов работы педагога для 5 класса. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха, 5 класс.

1. Тема урока «Подготовка к занятиям физической культурой». В ходе урока целесообразно использовать такие методы как рассказ, объяснение, беседа, метод демонстраций. Выбор этих методов продиктован содержательной стороной урока, представленные на рисунке 18.

На занятии физической культуры ученикам было рассказано о том, что необходимо сделать, перед началом занятия по физической культуре для сохранения их безопасности :

- приготовить спортивную площадку или спортивный зал;
- убрать с площадки все, что может помешать проведению занятия (лавочки, брусья, мячи);
- при использовании во время разминки какого-либо спортивного снаряда, мяча и прочего, необходимо убедиться в их целостности и исправности.

Так же, используя наглядный материал, ученикам была представлена техника безопасности, все вопросы учеников о важности соблюдения правил были обсуждены и пояснены.

Содержание урока	Характеристика деятельности обучающихся	Методы формирования основ безопасного поведения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Требования безопасности и гигиенические правила при подготовке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для проведения самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой.</li> <li>• Комплекс общеразвивающих упражнений</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Готовят места занятий в условиях помещения и на открытом воздухе согласно требованиям безопасности и гигиеническим правилам, подбирают одежду и обувь в соответствии с погодными условиями. Выявляют факторы нарушения техники безопасности при занятиях физической культурой и своевременно их устраняют. Составляют и выполняют комплекс общеразвивающих упражнений. Соблюдают правила безопасности</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• рассказ,</li> <li>• объяснение,</li> <li>• беседа,</li> <li>• метод демонстраций</li> </ul>

Рисунок 18 – Тема урока «Подготовка к занятиям физической культурой»

2. Тема урока «Беговые упражнения. Эстафетный бег». В ходе урока целесообразно использовать такие методы как рассказ, объяснение, метод демонстраций, которые представлены на рисунке 19.

Для формирования безопасного поведения на уроке был применен метод рассказа, в ходе которого ученикам было рассказано о том, что на уроке необходимо иметь спортивную форму и обувь с нескользящей подошвой; во время забега необходимо соблюдать правила безопасности.

С учениками была проведена беседа о том, для чего, по их мнению, необходимо соблюдать правила безопасности и о каких правилах при беге они уже знают.

Содержание урока	Характеристика деятельности обучающихся	Методы формирования основ безопасного поведения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Техника эстафетного бега по кругу.</li> <li>• Беговые упражнения. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.</li> <li>• Подвижная игра «Снайперы».</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Отбирают и выполняют упражнения на развитие скоростно-силовых качеств. Описывать технику передачи эстафетной палочки с места. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений, соблюдают правила безопасности. Применяют упражнения для развития скоростных способностей.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• рассказ</li> <li>• объяснение</li> <li>• метод демонстрации</li> </ul>

Рисунок 19 – Тема урока «Беговые упражнения. Эстафетный бег»

Так же был использован метод объяснение. Ученикам объяснили, что во время забега нельзя толкаться; нельзя ставить подножки другим участникам забега; каждый из участников должен бежать по своей полосе.

Для лучшего формирования понятия о безопасном поведении на уроках ученикам были продемонстрированы плакаты по технике безопасности в спортзале.

3. Тема урока «Бросок набивного мяча». В ходе урока целесообразно использовать такие методы как рассказ, объяснение, метод демонстраций. Выбор этих методов продиктован содержательной стороной урока, которая представлена на рисунке 20.

Для исключения травматизма на занятиях с учениками была проведена беседа о правилах метания мяча. Ученикам рассказали, что во время метания мяча они должны соблюдать следующие правила :

- перед броском, необходимо убедиться в том, что в направлении броска никого нет;

- при групповом бросании мяча, нужно стоять слева от метящего;
- находясь вблизи зоны метания, нужно следить за бросающим, не выпускать его из поля зрения, не поворачиваться к бросающему спиной;
- после броска идти за мячом можно только с разрешения учителя;
- производить бросок можно только с разрешения учителя.

На своем примере учителем была продемонстрирована техника бросания мяча (стойка, движение руки при метании и пр.).

Показ на уроках физкультуры играет особую роль, так как обучающиеся не всегда внимательны к наставлениям учителя. В связи с этим важно обратиться к непосредственному показу. Показ должен сопровождаться комментариями учителя физической культуры, быть верным и точным.

Содержание урока	Характеристика деятельности обучающихся	Методы формирования основ безопасного поведения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Метание набивного мяча из различных положений.</li> <li>• Упражнения на развитие точности и координации движений.</li> <li>• Подвижная игра «Передал, садись»</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Описывают технику выполнения метания набивного мяча, осваивают ее самостоятельно, с предупреждением, выявлением и исправлением типичных ошибок. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений, соблюдают правила безопасности. Применяют упражнения для развития силы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• рассказ</li> <li>• объяснение</li> <li>• метод демонстрации</li> </ul>

Рисунок 20 – Тема урока «Бросок набивного мяча»

4. Тема урока «Игра «Русская лапта» Перемещения игрока». В ходе урока целесообразно использовать такие методы как рассказ, объяснение, метод демонстраций. Выбор этих методов продиктован содержательной стороной урока, которые представлены на рисунке 21.

Для проведения безопасной игры ученикам были рассказаны правила поведения на поле :

- нельзя препятствовать во время перемещения по полю игрокам своей и противоположной команды;
- нельзя ставить подножки, толкать бегущих мимо игроков.

Содержание урока	Характеристика деятельности обучающихся	Методы формирования основ безопасного поведения
<ul style="list-style-type: none"><li>• Перемещение в стойке боком, спиной вперёд.</li><li>• Ловля и передача мяча в парах в движении.</li><li>• Упражнения на развитие быстроты</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Описывают технику игровых действий и приемов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</li><li>• Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. Соблюдают технику безопасности</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• рассказ</li><li>• объяснение</li><li>• метод демонстрации</li><li>• игровой метод</li></ul>

Рисунок 21 – Тема урока «Игра «Русская лапта» Перемещения игрока».

Ученикам были продемонстрированы следующие материалы :

- схемы передвижений игроков на поле во время игры, для избежания столкновений между игроками;
- видео о правильной подаче мяча, что позволит исключить травматизм учеников.

Кроме того, на этом уроке целесообразно использовать игровой метод/ что будет способствовать не только раскрытию содержания урока, но и формированию основ безопасного поведения.

5. Тема урока «Упражнения на гимнастических брусках. Лазание по канату». В ходе урока целесообразно использовать такие методы как рассказ, объяснение, метод демонстраций и метод упражнений. Выбор этих методов продиктован содержательной стороной урока, которые отражает рисунок 22.

На занятии физической культуры с учениками была проведена беседа о том, что может привести к травматизму во время занятий на гимнастических брусках :

- небрежная подготовка мест для занятия;
- выполнение упражнений на неисправном бревне;
- выполнение упражнений на гимнастических брусках без разминки;
- выполнение упражнений без страховки.

Содержание урока	Характеристика деятельности обучающихся	Методы формирования основ безопасного поведения
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Упражнения на параллельных брусках (м): наскок в упор передвигание вперед на руках; на разновысоких брусках (д): наскок на нижнюю жердь.</li> <li>• Комплекс упражнений тонического стретчинга.</li> <li>• Лазанье по канату (до 2 м)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Осваивают технику выполнения упражнений на брусках, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила техники безопасности. В случае появления ошибок умеют их исправлять. Умеют анализировать технику выполнения упражнений своих сверстников, выявляют типовые ошибки и активно помогают их исправлению</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• рассказ</li> <li>• объяснение</li> <li>• метод демонстрации</li> <li>• метод упражнений</li> </ul>

Рисунок 22 – Тема урока «Упражнения на гимнастических брусках. Лазание по канату»

Так же ученикам были рассказаны правила поведения для формирования безопасности при занятиях на канате :

- не приступать к упражнениям на канате без разрешения учителя;
- выполнять только те упражнения, которые задает учитель, и только таким образом, которым говорит учитель;
- не раскачивать канат, на котором выполняются упражнения;
- спускаться по канату перебирая руками, а не соскальзывая по нему.

На своем примере педагогом была показана техника лазания по канату, с помощью видеоматериала был раскрыт вопрос о безопасном выполнении упражнений на брусках.

Эффективен и метод упражнения для формирования основ безопасного поведения. Характеризуя этот метод, подчеркнем, что он отличается многократным выполнением действия. Например, педагог неоднократно предлагает выполнить то или иное физическое упражнение с учетом его комментарием по соблюдению безопасности. В итоге ученик привыкает выполнять инструкции учителя.

Таким образом, разработанные нами методические рекомендации по совершенствованию методов работы педагогов физической культуры будут способствовать формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры. Сочетание различных педагогических методов позволит сформировать у обучающихся основы безопасного поведения на уроках физической культуры и избежать травм.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сегодня в качестве одной из главных задач системы воспитания рассматривается формирование культуры безопасного ответственного отношения к собственной жизни и здоровью человека.

Анализ научно-педагогической литературы свидетельствует о том, что на сегодняшний день не существует единого подхода к определению ключевого понятия выпускного исследования. В своей работе за основу мы взяли определение И. М. Бутина, который безопасное поведение трактует как понимание того, что представляет опасность для жизни и здоровья, а также знание особенностей поведения при наступлении угроз.

Формирование основ безопасного поведения школьников на уроках физической культуры имеет свои особенности: преподаватель физической культуры должен постоянно напоминать детям основные правила безопасности, которые должны соблюдаться в повседневной практике физкультуры обучающиеся; каждая форма физической активности имеет свой собственный набор правил безопасности, осведомленность о которых необходимо постоянно повышать среди детей; преподаватель физической культуры на собственном примере должен демонстрировать обучающимся, как нужно заниматься спортом, чтобы это было безопасно и полезно для здоровья.

В ходе опытно-экспериментальной работы на базе МАОУ СШ №42 нами был проведен анкетный опрос педагогов физической культуры, обучающихся и их родителей, который показал следующее: обеспечение безопасности на уроках физкультуры в школе находится на достаточном уровне; работу по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках физкультуры можно считать удовлетворительной; у большинства обучающихся (75,86 %) сформировано представление о том, как они должны вести себя на уроках физкультуры. Однако часть обучающихся (51,72 %) отметили, что не всегда соблюдают правила безопасного поведения. В связи с полученными данными мы предложили методические рекомендации по

совершенствованию методов работы педагогов физической культуры по формированию основ безопасного поведения школьников на уроках.

Мы считаем, что сочетание различных педагогических методов позволит обеспечить формирование основ безопасного поведения обучающихся на уроках физической культуры и избежать травм.

Задачи выпускной квалификационной работы решены, цель достигнута.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Арзуманов, С. Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5-9 классов / С. Г. Арзуманов. – Москва : Феникс, 2018 – 112 с.
2. Ахметшин, Ч. И. Обучение физическому воспитанию с использованием цифровых технологий/ Ч. И. Ахметшин, П. Р. Хамидуллин // Вопросы педагогики. – 2019. – № 10 - 1. – С. 7 - 9.
3. Бальсевич, В. К. Физическая активность человека : учебное пособие для вузов / В. К. Бальсевич, В. А. Запоржанова. – Киев : Здоровье, 1987. – 223 с.
4. Бгуашев, А. Б. Методические основы интеграции предмета "основы безопасности жизнедеятельности" и "физическая культура" в общеобразовательной школе / А. Б. Бгуашев, Н. В. Карягина, Ю. А. Иоакимиди // Мир науки, культуры, образования . – 2020. – № 5 (84) – С. 215 - 218
5. Белоножкина, О. В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе : учебное пособие / О. В. Белоножкина. – Волгоград : Учитель, 2005. – 67 с.
6. Бишаева, А. А. Физическая культура (для бакалавров) : учебно – методическое пособие / А. А. Бишаева, В. В. Малков. – Москва : КноРус, 2018. – 167 с.
7. Бутин, И. М. Методика обучения физической культуре : 1 - 11 класс : учебно - методическое пособие / И. М. Бутин, Т. Н. Леонтьева, С. М. Масленников; под редакцией Л. В. Байбородовой. – Москва : ВЛАДОС, 2004. – 248 с.
8. Васильева, О. С. Исследование представлений о безопасном образе жизни / О. С. Васильева, Е. В. Журавлева // Психологический вестник РГУ. – Ростов - на - Дону, 2012. – С. 420 - 429.
9. Виленский, М. Я. Физическая культура (для бакалавров) : учебно – методическое пособие / М. Я. Виленский. – Москва : КноРус, 2017. – 128 с.

10. Воробьева, Н. Л. Игры и спортивные развлечения в школе и оздоровительном лагере для детей подросткового возраста : учебно – методическое пособие / Н. Л. Воробьева. – Москва : АРКТИ, 2013. – 200 с.
11. Глазырина, Л. Д. Методика преподавания физической культуры 1-4 классы : учебно - методическое пособие / Л. Д. Глазырина, Т. А. Лопатик. – Москва : Издательский центр «ВЛАДОС», 2003. – 208 С.
12. Жмакина, Н. Л. Изучение сформированности ценностного отношения к здоровью у детей младшего школьного возраста / Н. Л. Жмакина, П. Г. Сенаторова // Новые импульсы развития : вопросы научных исследований : материалы XI Международной научно-практической конференции. – Саратов, 2021. – С. 203 - 215.
13. Кизиляева, Е. Ю. Обеспечение безопасности на уроках физической культуры в общеобразовательных учреждениях / Е. Ю. Кизиляева, Т. В. Барышникова, Н. И. Безбородов // Молодой ученый. – 2012. – № 3 (38) – С. 492 – 495.
14. Копылов, Ю. А. Система физического воспитания в образовательных учреждениях / Ю. А. Копылов, Н. В. Полянская. – Москва : Арсенал образования, 2018. – 393 с.
15. Костецкая, Г. А. Основы безопасности жизнедеятельности в школе: возможности, проблемы и перспективы / Г. А. Костецкая // Астраханский вестник экологического образования. – 2016. – № 2 (28). – С. 97 - 102.
16. Кузекевич, В. Р. Формирование навыков безопасного поведения у младших школьников посредством подвижных игр на уроках физической культуры / В. Р. Кузекевич, А. А. Русаков // Педагогический имидж. – 2021. – Т. 15, № 4 (53). – С. 429 - 436.
17. Кузнецов, В. С. Физическая культура: учебное пособие / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. – Москва : КноРус, 2016. – 224 с.
18. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры : учебник для вузов / Ю. Ф. Курамшина. – 3-е издание, стереотип. – Москва : Советский спорт, 2010. – 320 с.

19. Лесгафт, П. Ф. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста / П.Ф. Лесгафт // Собрание педагогических сочинений. В 3 томах. Т. 2. – Москва : Физкультура и спорт, 2016. – Ч. 1. – 205 с.
20. Литовченко, Д. В Психологические особенности преподавания предмета физическая культура детям с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью / Д. В. Литовченко // Конференциум АСОУ : сборник научных трудов и материалов научно-практических конференций. – Москва, 2017. – № 2. – С. 406 - 413.
21. Ломан, В. Б. Бег. Прыжки, метания : учебное пособие / В. Б. Ломан. – Москва : Физкультура и спорт, 2018.– 160 с.
22. Магомедов, М. Г. Педагогические условия подготовки будущего учителя к формированию культуры безопасного поведения школьников в экстремальных ситуациях : специальность 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» : диссертация кандидата педагогических наук : Магомедов Магомед Газимагомедович ; Дагестанский государственный педагогический университет. – Махачкала, 2017. – 178 с.
23. Магомедов, М. Г. Технология формирования безопасного поведения личности / М. Г. Магомедов, Р. В. Магомедов // Вестник Университета. – 2014. – № 8. – С. 257 - 260.
24. Манжелей, И. В. Педагогические модели развития безопасного образа жизни / И. В. Манжелей // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – № 4. – С. 2 - 9.
25. Менхин, Ю. В. Физическое воспитание : теория, методика, практика : учебное пособие / Ю. В. Менхин. – Москва : СпортАкадемПресс, 2003. – 322с.
26. Муллер, А. Б. Физическая культура : учебное пособие / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко. – Люберцы : Издательство Юрайт, 2016. – 424 с.
27. Нефедова, В. И. О здоровьесбережении в образовательном процессе / В. И. Нефедова, Г. А. Годовникова, Е. Н. Растегай // Развитие современного

образования : от теории к практике : сборник материалов III Международной научно - практической конференции. – Чебоксары, 2017. – С. 196 - 198.

28. Приешкина, А. Н. Профилактика детского травматизма в школе / А. Н. Приешкин, С. Р. Жукенов // Научно-спортивный вестник Урала и Сибири. – 2016. – № 2 (10). – С. 55 - 62.

29. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации «Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования» от 17.12.2010г. № 1897 // Собрание законодательства Российской Федерации. – 2010. – С. 53.

30. Приспешкина, А. Н. Формирование культуры безопасного поведения участников образовательного процесса. Современные вызовы / А. Н. Приспешкина, О. В. Приспешкин // Современные вызовы и перспективы развития физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности : сборник научных трудов по материалам всероссийской научно-практической конференции. – Хабаровск, 2021. – С. 175 - 180.

31. СанПиН 2.4.2.1178-02. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях (с 01.09.2003 взамен СП 2.4.2.1073-01, СанПиН 2.4.2.1102-02). – Москва, 2003. - 38 с.

32. Скобликова, Т. В. Актуальные направления научных исследований в области физической культуры и спорта : от теории к практике / Т. В. Скобликова, В. Ю. Андреева, А. В. Скриплев // Воспитание и обучение : теория, методика и практика : материалы VI Международной научно - практической конференции. – Чебоксары : ЦНС «Интерактив плюс», 2016. – С. 441 - 443.

33. Скобникова, Т. В. Содержание и структура построения организационно-педагогической модели становления физической культуры личности студента в университете / Т. В. Скобликова, Е. В. Скриплева, В. Ю. Андреева // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия : Лингвистика и педагогика. – 2014. – № 4. – С. 104 - 110.

34. Таран, А. А. Компьютерные технологии на уроках физической культуры / А. А. Таран // Физическая культура в школе. – 2009. – № 2. – С. 25-35.
35. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ (в ред. от 06.03.2022 N 43 - ФЗ). – URL : <https://base.garant.ru/70291362/> (дата обращения : 18.06.2022).
36. Федеральный закон "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" от 21.11.2011 N 323 - ФЗ (в редакции от 13.01.2020 N 1-П). – URL : <https://base.garant.ru/12191967/> (дата обращения : 18.06.2022).
37. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ (в ред. от 21.07.2014 N 211-ФЗ). – URL : <https://base.garant.ru/12157560/> (дата обращения: 18.06.2022).
38. Федеральный закон Российской Федерации «Об утверждении Федеральной программы развития образования» от 10.04.2000 г. № 51 – ФЗ. – URL : <https://base.garant.ru/181929/> (дата обращения : 18.06.2022).
39. Хакимова, Г. А. Формирование ценностного отношения к здоровью у детей : [монография] / Г. А. Хакимова, Г. Н. Гребенюк. – Нижневартовск : Издательство Нижневартовского гуманитарного университета, 2017. – 175 с.
40. Чукалина, Я. В. Актуальные проблемы развития физической культуры и спорта в Российской Федерации / Я. В. Чукалина // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки : сборник статей по материалам XII международной студенческой научно – практической конференции. – Чебоксары, 2016. – № 5 (42). – С. 130 – 134.
41. Швыдкая, Н. С. Формирование ценностного отношения учащихся среднего школьного возраста к занятиям физической культурой средствами ИКТ / Н. С. Швыдкая, Т. В. Скобликова // Культура физическая и здоровье. – 2019. – № 6 (42). – С. 32 – 34.
42. Ямалетдинова, Г. А. Педагогика физической культуры : учебное пособие / Г. А. Ямалетдинова. – Екатеринбург : Издательство Уральского университета, 2018. – 244 с.