

«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»



**Дисциплина: Проектная культура педагога
по физической культуре**

**Тема: «Типология проектов. Критерии
типологии (общая характеристика)»**

Выполнил: _____

Проверил: _____

в физической культуре

Проектно-исследовательская деятельность - это метод обучения, предполагающий активное взаимодействие и самостоятельную работу учащихся. Она включает в себя изучение конкретной проблемы или вопроса, который, как правило, имеет практическую значимость. Данный метод основывается на принципах самостоятельного поиска, анализа информации и представления результатов.

Проекты по физической культуре - это самостоятельная творческая работа, от идеи до её воплощения, выполненная под руководством учителя.

Примеры тем проектов по физической культуре:

- виды спорта (история возникновения, основные этапы становления, спорт олимпийский и неолимпийский, разновидности в рамках одного вида спорта и т. д.);
- знаменитые спортсмены (мира, страны, области, города, спортивные династии, первооткрыватели, чемпионы и т. д.);
- мой спорт (каким видом спорта увлекается или занимается ученик, личные достижения);
- развитие физических качеств (гибкость, координация, скорость, выносливость);
- ГТО (история создания комплекса, ГТО в СССР и России, методы подготовки к успешной сдаче норм ГТО в различных возрастных ступенях);
- здоровый образ жизни (три составляющих здоровья, режим дня, правильное питание, совместная работа семьи и школы, спортивные праздники);
- современные системы физического воспитания;
- адаптивная физическая культура.

Типология проектов по физической культуре

Типология проектов по физической культуре включает четыре основные категории:

Информационный и исследовательский проект.

Например, по исследованию влияний физической культуры на организм человека, истории спорта

Обзорный проект

Производственный проект. Например, по подготовке и проведению соревнований и спортивных праздников

Проект инсценировки



Критерии типологии проектов по физической культуре

По содержанию. Проекты могут быть технологические, информационные или комбинированные. В последнем случае учащиеся готовят информационное сообщение и иллюстрируют его изготовленными ими макетами или моделями объектов.

По форме. Проекты могут быть индивидуальные, групповые (по 4–6 человек) и коллективные (классные).



По продолжительности. Проекты бывают краткосрочные и долгосрочные. Разница заключается в объёме выполненной работы и степени самостоятельности учащихся.



Виды информационно-исследовательских проектов

Информационно-исследовательский проект по физической культуре может быть направлен на изучение различных тем, например:

Роль физической культуры в укреплении здоровья школьников. Цель проекта — изучить физическое состояние учащихся и выявить влияние физической культуры на здоровье школьников. Задачи — раскрыть влияние физических упражнений на состояние сердечно-сосудистой системы, определить индивидуальный стиль жизни учащихся и их отношение к формированию и приобретению основ здорового образа жизни.

Отношение школьников к формированию здорового образа жизни. Цель проекта — выявить отношение школьников к здоровому образу жизни. Задачи — проанализировать литературные источники, с помощью анкетирования выяснить отношение учащихся к здоровому образу жизни, определить влияние на подростков пропаганды о здоровом образе жизни, обработать анкетные данные.

Сравнительный анализ различных видов спорта. В этом проекте ученики могут изучать, как различные виды спорта влияют на определённые группы мышц и общую физическую подготовленность. Задачей будет собрать статистические данные, провести анализ и сделать выводы о том, какой вид спорта является наиболее эффективным для развития определённых физических качеств.

Разработка индивидуальных программ тренировок. Учащиеся могут создать индивидуальные программы физических упражнений для разных возрастных групп, учитывая их физиологические особенности и потребности. После разработки программ, они могут быть протестированы на добровольцах, с последующим анализом эффективности.

Исследование влияния регулярных физических нагрузок на уровень стресса. В этом проекте целью является изучение взаимосвязи между регулярным выполнением физических упражнений и уровнем стресса у учащихся. Ученики могут использовать различные методы сбора данных, такие как анкетирование, наблюдение или даже медицинские тесты, для подтверждения или опровержения гипотезы.



Виды обзорного проекта по физической культуре

Обзорный проект по физической культуре - это одна из основных категорий проектов, которые выделяют на уроках физической культуры. В рамках такого проекта учащиеся самостоятельно собирают материал по теме, теоретически обосновывая необходимость выполнения того или иного комплекса физических упражнений или овладения физическими умениями и навыками для собственного совершенствования.

«Физическая культура и школьное образование».

Исследование значения уроков физической культуры в школе, их влияния на физическое развитие и успеваемость учеников.

«Травмы в спорте и их профилактика». Изучение наиболее распространённых спортивных травм и методов их профилактики и лечения.

«Фитнес и здоровье: тренировки в тренажёрном зале».

Исследование различных видов фитнес-тренировок в тренажёрном зале и их влияния на физическую форму и здоровье.

«Физическая активность для людей с ограниченными возможностями». Изучение адаптированных физических упражнений и программ для людей с ограниченными возможностями.

«Йога и её влияние на физическое и психическое здоровье». Исследование практик йоги, их влияния на физическое состояние, гибкость, силу и психоэмоциональное состояние.

«Влияние современной технологии на физическую активность».

Исследование влияния гаджетов и приложений на мотивацию и мониторинг физических тренировок.

«Олимпийское движение: история и современность». Исследование истории Олимпийских игр, их роли в международной политике и влияния на развитие спорта.

«Аэробные и анаэробные нагрузки: что выбрать?». Изучение различий между аэробными и анаэробными нагрузками, их влияния на организм и подбор оптимального режима тренировок.

Продукционный проект по физической культуре - это проект, итогом реализации которого является лично или общественно значимый продукт. Например, изделие, комплекс упражнений, макет тренажёра, открытка, газета, фотоальбом, коллаж, оформление стендов, игрушка, костюм, спортивная эмблема и символика команды.

Такие проекты делают учебный процесс более интересным и содержательным для обучающихся. Ребята самостоятельно собирают материал по изучаемой проблеме, теоретически обосновывая необходимость выполнения того или иного комплекса физических упражнений или овладения теми или иными физическими умениями и навыками для собственного совершенствования, воспитания волевых качеств.



Проект инсценировки по физической культуре

Проект инсценировки по физической культуре - это система физических упражнений, объединённых одной сюжетной линией и направленных на совершенствование двигательных умений и навыков, развитие мимики и пантомимики.

Примеры проекта инсценировки по физической культуре:

Сказка «Фитнес-теремок». Действующие лица: тренер, лягушка, заяц, лиса, волк, медведь. Сюжет: тренер приглашает лягушку заселиться в теремок, где они будут скакать, бегать, прыгать и играть, чтобы укреплять здоровье. Затем появляется заяц, который просит пустить его в теремок на беговой дорожке побегать. Лиса хочет заселиться и имитирует игру в теннис с ракеткой. Волк появляется и делает упражнения с гантелями. Медведь стучится в теремок и хочет там поселиться. Звери помогают Медведю выполнять упражнения. В конце медведь бежит по залу, сначала медленно, потом быстрее, забегает за теремок и выбегает стройный.

Пример - инсценировка для детей среднего и старшего дошкольного возраста «Со спортом дружить - друзей находить!». По сюжету звери участвуют в соревнованиях по прыжкам и отжиманиям. Побеждают зайчик и ёжик.

Какие существуют критерии типологии проектов по физической культуре:

- А) по форме и содержанию
- Б) по содержанию и продолжительности
- В) по форме, по продолжительности, по видам спорта
- Г) Верно А и Б
- Д) нет верного ответа

Сравнительный анализ различных видов спорта относится к проекту:

- А) Информационно-исследовательский проект
- Б) Обзорный проект
- В) Аналитический проект
- Г) Производственный проект
- Д) Нет верного ответа

Какая существует типология проектов по физической культуре:

- А) Информационный и исследовательский проект, обзорный проект, проект инсценировки
- Б) Производственный проект, проект инсценировки
- В) Аналитический проект, теоретический проект, информационный и исследовательский проект, обзорный проект,
- Г) Верно А и Б
- Д) Нет верного ответа

Список литературы

- Благодарный О.А.** Статья «Использование технологии проектного обучения на уроках физической культуры» [Электронная версия][Ресурс: https://urok.pf/library/ispolzovanie_tehnologij_proektnogo_obucheniya_na_ur_171907.html]
- Инсценировка мини спектакля на тему «Спорт», с использованием пальчиковых игр в рамках реализации общесадовского проекта «К здоровью через книгу»**[Электронная версия][Ресурс: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/razvitierechi/2025/02/07/instsenirovka-mini-spektaklya-na-temu-sport-s-ispolzovaniem>]
- Инсценировка про спорт «Теремок»** [Электронная версия][Ресурс: <https://infourok.ru/inscenirovka-pro-sport-teremok-7116461.html>]
- Проектно-исследовательская деятельность на уроках физкультуры** [Электронная версия][Ресурс: <https://urok.1sept.ru/articles/699823>]
- Проектные технологии на уроках физической культуры** [Электронная версия][Ресурс: <https://www.art-talant.org/publikacii/5347-proektnye-tehnologii-na-urokah-fizicheskoy-kulytury>]
- Проектная деятельность на уроках физической культуры в условиях введения обновленных ФГОС.** [Электронная версия][Ресурс: <https://педпроект.рф/смирнова-проектная-деятельность-2/>]



ГЦОЛИФК

РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!