



Министерство образования Республики Саха (Якутия)

Муниципальное казенное учреждение

«Управление образования Нюрбинского района»

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

«Антоновская средняя общеобразовательная школа им. Н.Н.Чусовского»

Папка достижений

учителя физической культуры

Сентизова Наталья Дмитриевна



Сентизова Наталья Дмитриевна

Учитель физической культуры

**МБОУ «Антоновская средняя общеобразовательная школа
им. Н.Н.Чусовского**

Образование: высшее

Окончила Якутский Госуниверситет им. М.К. Аммосова

Институт физической культуры и спорта – 2006г.

Категория УПД: первая

Педагогический стаж: 14лет

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

2006 г. – Тренер- преподаватель по волейболу ДЮСШ Нюрбинского района;

2009-2011г. - Учитель физической культуры «МБОУ Антоновская средняя общеобразовательная школа им. Н.Н.Чусовского»

2011-2015 г. - Тренер- преподаватель по волейболу «МБОУ ДЮСШ Нюрбинского района»;

с 2015г – Учитель физической культуры «МБОУ Антоновская средняя общеобразовательная школа им. Н.Н.Чусовского»

ЭССЕ

«Моя педагогика»

Вы ничему не можете научить человека. Вы можете только помочь ему открыть это в себе.
Г. Галилей

Каждому человеку хотя бы раз в жизни приходилось отвечать на подобный вопрос: «Кем вы хотели быть в детстве?». И действительно, у ребенка ещё в раннем детстве проявляются симпатии и склонности к определенной профессиональной деятельности. Если я сама сейчас задам себе данный вопрос, то с полной уверенностью скажу, что профессия учителя меня не привлекала, и я не стремилась стать «скульптором» детских умов. Конечно, возникает вопрос о том, что же побудило меня выбрать данный род деятельности и посвятить себя детям. В том, что я стала преподавателем именно физкультуры, большую роль сыграли мои учителя – Федоров Егор Нилович и Чумпуров Григорий Дмитриевич. Благодаря своим педагогическим талантам они научили меня разбираться в азах этого сложного предмета. В методиках преподавания, способы подачи и представления информации поселили в моем сердце любовь к предмету и интерес к его дальнейшему изучению. Именно поэтому я закончила Вилуйский педагогический колледж им. Н.Г. Чернышевского, а потом ЯГУ им. М.К. Амосова Институт Физической культуры и спорта. Они открыли мне секреты методики преподавания. В процессе моего становления в роли учителя я определила для себя следующие педагогические задачи, которые и стараюсь решать каждый день:

Научить школьников быть независимыми. Чем больше мы для них делаем, тем меньше они учатся делать для себя сами.

Необходимо воодушевлять учеников максимально быть самими собой, ободрять каждого, чтобы он гордился своими достижениями.

Создать условия для выбора каждым учеником своего собственного образовательного маршрута, развития школьника в соответствии с его индивидуальными особенностями.

Убедить ученика в том, что он кладёзь возможностей, заставить его поверить в себя, в свои силы, предоставить возможность получать удовольствие и радость от результатов своего труда.

Отдавать себя детям, понимать их, находить радость в общении с ними, верить в то, что каждый из них – личность индивидуальная, неповторимая – вот основные составляющие, на мой взгляд, настоящего учителя. Я глубоко убеждена, что учитель должен верить, что все дети способны и успешны. Только тогда он может добиться поставленной цели. А если нужного результата нет, то причину нужно искать, прежде всего, в учителе, в его неудачных методах, а не в бездарности детей. Мне близки и понятны слова В.А.Сухомлинского, который первый из педагогов объяснил низкие результаты обучения не природной бездарностью детей, а примитивными, кустарными методами обучения. Он писал: «Страшная это опасность – безделье за партой, безделье шесть часов ежедневно, безделье месяцы и годы. Это разрушает морально, калечит человека...

Все наши замыслы, поиски и построения превращаются в прах, если нет у ученика желания учиться».

Кто из учителей поспорит с этим?

Понимаю, чтобы заставить ребенка мыслить, творить, создавать, необходим творческий подход к каждому методу, к каждому приему. И как следствие этого – повседневный поиск и...сомнения: сработает ли? Талант учителя, как мастера, раскрывается тогда, когда на каждом уроке ему удастся увлечь ребенка в мир неизвестного, заинтересовать его настолько, чтобы ему самому захотелось познать новое, самому решить поставленную перед ним проблему. Чтобы глаза у ребенка горели, чтобы он чувствовал в себе уверенность, силу и желание творить. Именно поэтому я стараюсь на уроках использовать приемы и методы развивающего обучения, которые не оставляют равнодушным ни одного ребенка на уроке.

Конечно, каждому учителю хочется иметь ярких и способных учеников, но все дети – очень разные. Для учителя необычайно важно дать каждому ребенку возможность самореализоваться, дать ему почувствовать его пусть маленький, но успех, вовремя замеченный и одобренный.

Поражение – если скука, в лучшем случае, - вынужденная добросовестность...

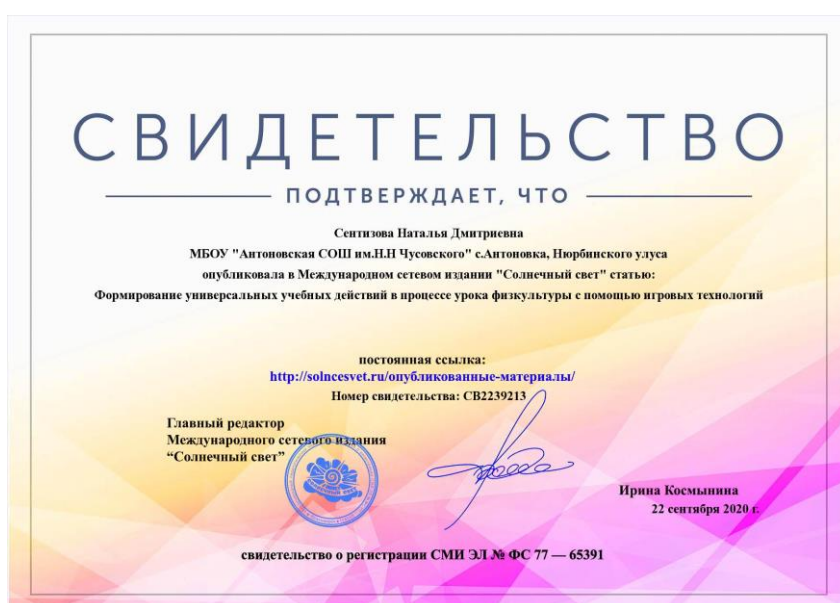
Победа, если на лицах (хотя бы на некоторых) замечаю следы радости и пусть едва различимой одухотворенности...

Ради этого стоит быть Учителем.

І раздел

Публичное представление собственного инновационного педагогического опыта

1. Публикация в Международном сетевом издании «Солнечный свет» статья: Формирование универсальных учебных действий в процессе урока физкультуры с помощью игровых технологий, сентябрь 2020 г.
2. Участие на семинаре по теме: «Современные подходы к урокам физической культуры в условиях внедрения ФГОС в основной школе», август 2015 г.
3. Участие и распространение опыта на семинаре и круглом столе «Стратегические направления развития бокса в РС(Я)», 2015 г.





Федерация бокса Республики Саха (Якутия)
Министерство по молодежной политике и спорту Республики Саха (Якутия)
Северо-Восточный федеральный университет им. М.К. Аммосова
Институт физической культуры и спорта
Кафедра спортивных единоборств

СЕРТИФИКАТ

выдан Семинушовой Наталье Олеговне
за участие и распространение опыта на семинаре и Круглом столе:
«Стратегические направления развития бокса в Республике Саха (Якутия):
опыт, проблемы и перспективы» в рамках проведения чемпионата РС(Я)
по боксу памяти заслуженного тренера РСФСР и ЯАССР А.А. Петрова,
посвященная 55-летию развития бокса в Республике Саха (Якутия)

Ведущий научный
сотрудник ВНИИФК



Васильев Г.Ф.

II раздел

Стабильные результаты освоения обучающимися образовательных программ и показатели динамики их достижений

1. Представление собственного инновационного педагогического опыта

Развитие физических качеств эта одна из важных сторон физического воспитания младших школьников. Уровень общей физической подготовленности детей определен тем, как развиты у них физические качества: сила, ловкость, гибкость, быстрота, выносливость.

Среди физических качеств особое место занимает быстрота, поэтому ей должно уделяться особое внимание с первых уроков физической культуры в школе. Проблема физического развития ребенка в значительной мере определяется развитием его двигательных качеств в разные периоды детства, которые пока еще недостаточно изучены.

В настоящее время весьма актуально изучение особенностей воспитания двигательных качеств младших школьников, так как в этом возрасте все функциональные системы организма наиболее пластичны и обладают значительными резервными возможностями.

В целом актуальность нашего исследования обусловлена необходимостью улучшения здоровья, повышения физической подготовленности и развития интереса у детей к урочным формам физического воспитания и увеличения их двигательной активности.

В процессе своей работы использую игровые технологии, которые являются одной из уникальных форм обучения и позволяет сделать интересным и увлекательным не только работу учащихся на творческо-поисковом уровне, но и будничные шаги по изучению предметов. Занимательность условного мира игры делает эмоционально окрашенной монотонную деятельность по запоминанию повторению, закреплению или усвоению информации, эмоциональность игрового действия активизирует все психические процессы и функции ребёнка.

Другой положительной стороной игры является то, что она способствует использованию знаний в новой ситуации, т.е. усваиваемый учащимися материал проходит через своеобразную практику, вносит разнообразие и интерес в учебный процесс. Более быстрое овладение двигательными навыками улучшением дисциплины повышение заинтересованности родителей в школьных занятиях детей физической культурой и спортом.

Важнейший результат игры – это радость и эмоциональный подъем. Подбираю с учетом возраста, состояния здоровья, степени их физической подготовленности, которые способствуют оздоровлению, закаливанию, укреплению организма.

В коллективных играх я приучаю к совместным действиям играющих для достижения игровой цели, что способствует воспитанию чувства товарищества, коллективизма, ответственности.

Если на занятии решается задача развития силы, то в его программу включаю вспомогательные и подводящие игры, связанные с кратковременными скоростно-силовыми напряжениями и самыми разнообразными формами преодоления мышечного сопротивления противника в непосредственном соприкосновении с ним. Основные содержательные компоненты таких игр включаю различные перетягивания, сталкивания, удержания, выталкивания, элементы борьбы и т.д. Весьма эффективными для решения данной задачи оказываются также упражнения в соревновательном режиме с доступными отягощениями – наклоны, приседания, отжимания, подъемы, повороты, вращения, бег, прыжки с посылным для учащихся грузом, а так же метания различных предметов на дальность.

Для развития быстроты подбираю игры, требующие мгновенных ответных реакций на зрительные, звуковые или тактильные сигналы и включающие физические упражнения с периодическими ускорениями, внезапными остановками, стремительными рывками, бегом на короткие дистанции и другими двигательными действиями, направленными на сознательное и целеустремленное опережение соперника.

Для развития ловкости применяю игры, требующие проявления точной координации движений и быстрого согласования своих действий с действиями партнеров по команде, определенной физической сноровки. Развитие координационных способностей, смелости использую в качестве вспомогательного упражнения для обучения действиям в равновесии.

Для развития выносливости использую челночный бег с элементами спортивных игр, а также игры, связанные с заведомо большой затратой сил и энергии, с частыми повторениями упражнений или с продолжительной непрерывной двигательной деятельностью, обусловленной правилами игры. Подвижные игры лучше всего применяю в тесной взаимосвязи с другими средствами физического воспитания путем комплексного использования с общеразвивающими, подводящими и специальными упражнениями. При планировании занятий учитываю общую нагрузку и определяю цель, время и место среди других используемых упражнений и учебных заданий. Уровень ее трудности и продолжительность должны быть доступными для занимающихся и возрастать плавно и постепенно. Широта воспитательного воздействия подвижных и спортивных игр естественно, предъявляет определенные методические требования к их проведению. Наиболее общими из них являются: соответствие игр образу жизни, психологическому складу, уровню развития, уровню знаний, навыков, физических качеств и возрасту детей. Гибкое применение известных принципов представляют широчайшие возможности для рационального использования развитие физических качеств отвечающим требованиям, которые предъявляет жизненно-практическая деятельность. Стараюсь организовать занятия так, чтобы они способствовали воспитанию таких положительных качеств, как умение подчинить личные интересы воле коллектива, уважения противника, смелость, решительность, сознательная дисциплина, ответственность перед командой, трудолюбие и др.

При проведении игр серьезное внимание уделяю строгому соблюдению общепринятых норм и правил техники безопасности.

Самодельные игры, которые использую на уроках:

- самодельные снаряды на координацию (бутылка из - под сока Роса с грузом);
- самодельные нарты;

- магический квадрат с цифрами на логику учащихся.

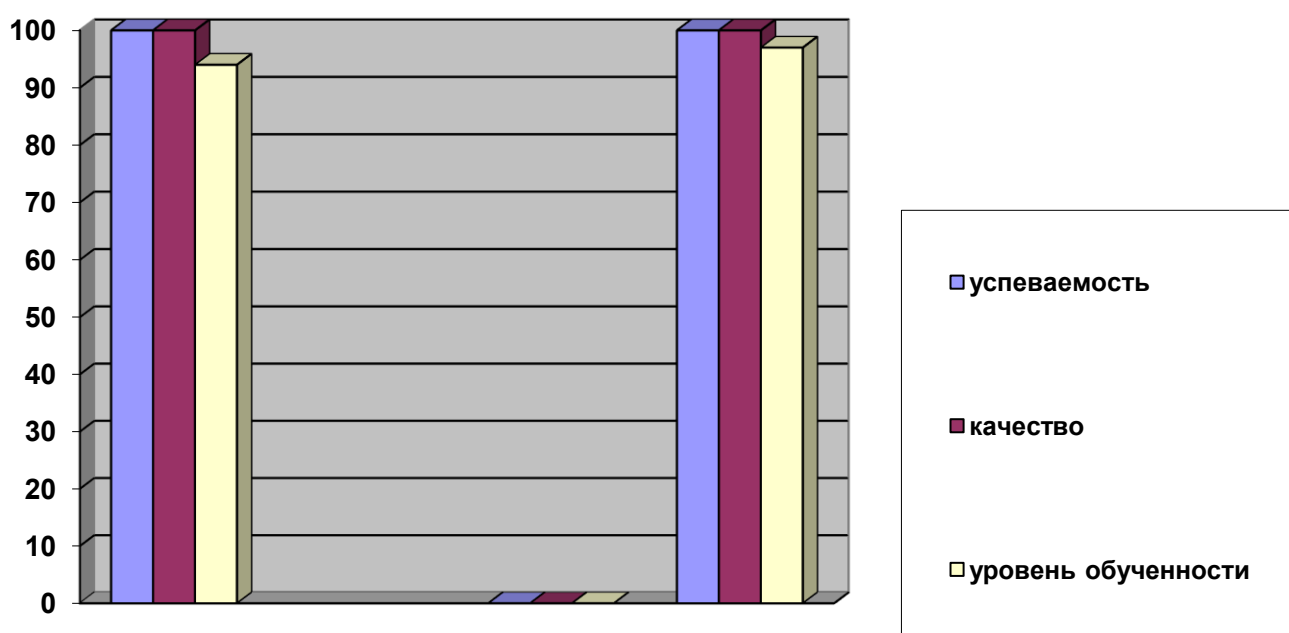
2. Организация предметно-развивающей среды и его методическое оснащение.

№	Учебник	Автор	Класс	Год издания
1.	Физическая культура	Лях В.И.	1-4	«Просвещение», 2016г.
№	Спортивный инвентарь	Количество		
1.	Волейбольные мячи	25		
2.	Баскетбольные мячи	10		
3.	Футбольные мячи	10		
4.	Скакалка	25		
5.	Нарты самодельные	10		
6.	Маты	20		
7.	Набивные мячи	3		
8.	Техсредство: - проектор - экран - ноутбук	в 12 классах		
9.	Самодельные снаряды на координацию	25		
10.	Конусы	15		
11.	Обруч	25		
13.	Волейбольная сетка	1		
14.	Баскетбольные щиты	4		
15.	Перекладина	1		

Мониторинг успеваемости учащихся по предмету «Физическая культура» 6 комплект классов которые я учу за последние пять учебных года

Учебный год	Количество обучающихся	Успеваемость	%	Качество	%
2015-2016	129 1, 3 классы		100		100
2016-2017	127 2,4 кл		100		100
2017-2018	128 1, 3 кл		100		100
2018-2019	130 2,4 кл		100		100
2019-2020	131 1,3кл		100		100

Мониторинг успеваемости, качества обучения и уровня обученности учащихся за 2019 – 2020 учебный год



Как видите на диаграммах динамика качества обучения классов по предмету «Физическая культура» стабильная. Такая картина наблюдается на протяжении последних лет.

3. Реализация образовательной программы.

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, (М.: Просвещение, 2016гг.).

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в начальной школе, на его преподавание отводится 68 (102) часов в год.

Для реализации программного содержания в начальной школе в учебном процессе можно использовать учебник: Лях В. И. Физическая культура. 1–4 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2016 гг.

В программе В. И. Ляха, А. А. программный материал делится на две части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка заменяется кроссовой). Базовая часть выполняет обязательный минимум

образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал расширяется по разделам каждый год за счет увеличения и усложнения элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся, начинающееся во втором классе со второго полугодия или раньше в соответствии с решением педагогического совета школы. Отличительной особенностью преподавания физической культуры в первом классе является игровой метод (в I четверти). Большинство заданий учащимся первого класса нужно давать в форме игры.

По окончании начальной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов, приведенных в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования.

4. Позитивная динамика результатов по организации внеурочной деятельности обучающихся.

2015-2020гг

- 5 лет - призеры спартакиады учащихся начальных классов района (1-2 места).
- 5 лет - призеры смотра строя и песни учащихся начальных классов района(1-2места);
- 5 лет призеры районного соревнования по легкой атлетике
- 5 лет - призеры легкоатлетической эстафеты среди школьников начальных классов района, посвященной к Великой Победе (1-2 места).

2013-2015гг:

- 3 года - призеры районного турнира по мини-футболу (2место)

5. Реализация программы индивидуальной работы с обучающимися. Наличие и реализация индивидуального образовательного маршрута обучающихся.

6. Позитивная динамика (количественная) участия обучающихся в конкурсах, олимпиадах, соревнованиях. Результативность (качественная) участия обучающихся в конкурсах, олимпиадах, соревнованиях.

Олимпиады по предмету «Физическая культура»

Районная Олимпиада

- Николаева Чэмэлиинэ – 2 место

Интернет Олимпиада

- Обоев Никита - 2 место на Всероссийской дистанционной олимпиаде "Время Знаний". Физкультура. Баскетбол. сентябрь, 2020г.

-Новикова Кристина - 3 место на Всероссийской дистанционной олимпиаде "Время Знаний" по предмету Физическая культура 5 класс. сентябрь, 2020г.



7. Динамика снижения заболеваемости

Вывод: на протяжении последних 4-5 лет большинство учащихся школы относятся к основной медицинской группе, что составляет более 90%. Процент учащихся подготовительной и специальной медицинской группы немного уменьшается, но происходит это за счёт увеличения числа обучающихся в школе.

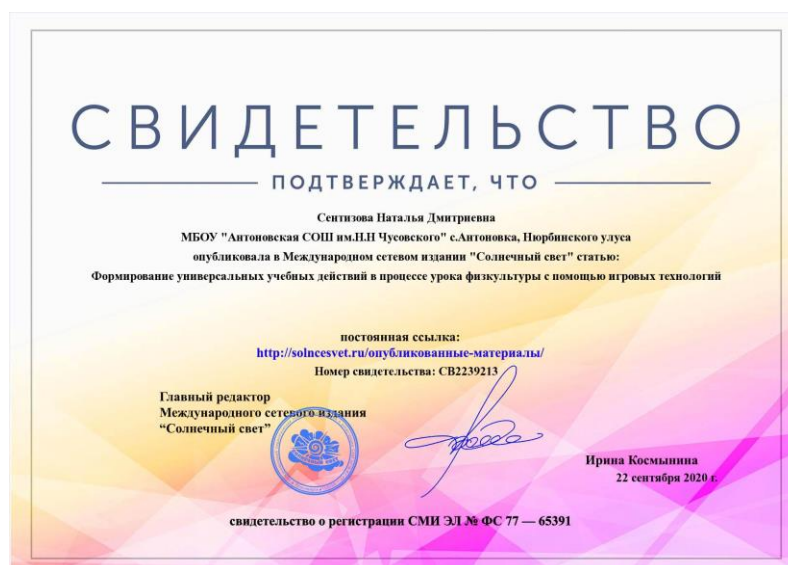
8. Результаты воспитательной работы.

- Проведение традиционных Спартакиад школы;
- Проведение районных соревнований среди школьников.
- Организация товарищеских встреч между командами учащихся, по различным видам спорта;
- Организация районных спортивных соревнований На призы «Деда Мороза» 2015г., 2016г.
- Организация районных соревнований по лыжным гонкам среди школьников.

9.Участие в научно-исследовательской, инновационной , проектной деятельности.

10.Распространение педагогического опыта. Наличие публикаций, включая интернет-публикации.

- Участие в работе секции "Современные подходы к урокам физической культуры в условиях внедрения ФГОС в основной школе" - г.Нюрба, 2015г.
- Участие и распространение опыта на семинаре и круглом столе "Стратегические направления развития бокса в РС(Я)", г. Якутск, 2015г.
- Участие на районном конкурсе профессионального мастерства водителей среди работников образования Нюрбинского района, г.Нюрба, 2016г.
- Участник военно-спортивной игры "Зарница-2017" г.Нюрба, 2017г.
- Участник первенства Нюрбинского района по автомобильному многоборью среди работников образования , г.Нюрба, 2017г.
- Публикация в Международном сетевом издании «Солнечный свет» статья: Формирование универсальных учебных действий в процессе урока физкультуры с помощью игровых технологий, сентябрь 2020 г.







11. Разработка и внедрение авторских программ , методических пособий, цифровых образовательных ресурсов.

12.Выступления на научно-практических конференциях, педагогических чтениях, секциях, проведение открытых уроков, мастер-классов и др.

13. Участие в муниципальных, региональных , и федеральных профессиональных конкурсах.

14.Общественная деятельность.

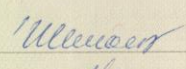
- Участие в культурных Фестивалях среди предприятий в составе сводного коллектива Управления образования.
- Участие в районных и региональных спортивных соревнованиях в составе команды учителей.
- Постоянное участие в судействе городских, районных, региональных и республиканских соревнований.
- Участие в работе профкома школы и района.
- Член сборной команды по волейболу.

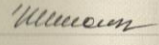
15. Звания, награды, поощрения, благодарность, грант.



PS: «Курбатова» - девичья фамилия



УДОСТОВЕРЕНИЕ о повышении квалификации	Настоящее удостоверение выдано Сентизовой Наталье Дмитриевне
ПК № 0383873	в том, что он(а) с „17“ декабря 18 г. по „18“ декабря 18 г.
	прошел(а) повышение квалификации в (на)
	ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта»
	по теме: «Реализация ФГОС на уроках физической культуры».
	в объеме 36 часов
	 Руководитель  Секретарь 
Регистрационный номер 4934	Город Чурапча год 2018

УДОСТОВЕРЕНИЕ о повышении квалификации ПК № 0169526 Регистрационный номер <u>3625</u>	Настоящее удостоверение выдано <u>Сентизовой Наталье Дмитриевне,</u> <u>учителю физической культуры,</u> <u>МБОУ «Антоновская СОШ им.Н.Н.Чусовского»</u> <u>Нюрбинского улуса.</u> в том, что он(а) с <u>12</u> октября <u>17</u>г. по <u>20</u> ноября <u>17</u>г. прошел(а) повышение квалификации в (на) <u>ФГБОУ ВО «Чурапчинский государственный институт</u> <u>физической культуры и спорта»</u> По теме: <u>«Совершенствование содержания и методов</u> <u>преподавания физической культуры в условиях реализации</u> <u>ФГОС».</u> в объеме <u>144</u> часа  Руководитель <u></u> Секретарь <u></u> Город <u>Чурапча</u> год <u>2017</u>
--	---

17. Предыдущий приказ аттестации

Муниципальное казенное учреждение
«Управление образования
Нюрбинского района»
Республики Саха (Якутия)



Саха республикатын
Ньурба оройуонун
уорэбэриин управлениетын
Муниципальной казённой тэрилтэ

678450 г.Нюрба, ул.Ленина 47, тел/факс: 2-34-08
E-mail: uuo@uonyurba.ru

Исх. № _____ от « _____ » _____ 20__ г.

ВЫПИСКА ИЗ ПРИКАЗА

**Приказ МО РС(Я) от 02 декабря 2015 г. №01-16/5906
«Об установлении первой и высшей квалификационных категорий педагогическим
работникам образовательных организаций Республики Саха (Якутия)»**

В соответствии с пунктом 25 Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07 апреля 2014 года №276, с учетом решения Главной аттестационной комиссии Министерства образования Республики Саха (Якутия) (далее ГАК) от 28 октября 2015 года по итогам рассмотрения заявлений педагогических работников образовательных организаций Республики Саха (Якутия), поступивших в аттестационную комиссию в сентябре-октябре 2015 года, приказываю:

1. Установить первую, высшую квалификационную категорию нижеперечисленным педагогическим работникам муниципальных образований, педагогическим работникам образовательных организаций, подведомственных Министерству образования Республики Саха (Якутия), педагогическим работникам организаций, осуществляющих образовательную деятельность и находящихся в ведении Республики Саха (Якутия) по занимаемым должностям, согласно прилагаемому списку (приложение №1):

217. Иванов Александр Русланович, МБОУ ДОД «ДЮСШ», тренер-преподаватель – первая;

365. Мухомлев Адам Алексеевич, МБОУ ДОД «ДЮСШ», тренер-преподаватель – первая;

473. Сентизова Наталья Дмитриевна, МБОУ ДОД «ДЮСШ», тренер-преподаватель – первая.

5. Рекомендовать руководителям образовательных организаций Республики Саха (Якутия), в которых осуществляют образовательную деятельность вышеуказанные педагогические работники, производить оплату их труда с учетом установленных квалификационных категорий со дня принятия решения ГАК Министерства образования Республики Саха (Якутия) от 30 ноября 2015 года.

Заместитель министра

п/п

В.В.Гуляев

ВЕРНО

Гл. специалист О.И.Ско
МКУ «Управление образования Нюрбинского района»



Иванова Л.А.

