

ИРМЦ 06-05 - 22

# СЕРТИФИКАТ

настоящий сертификат подтверждает, что

**ХАСАНОВА МАРИНА АНАСОВНА,**

УЧИТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ – СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ № 2  
ИМЕНИ ДУДАРОВА АМИРА РАСУЛОВИЧА С. КИЗЛЯР  
МОЗДОКСКОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ - АЛАНИЯ

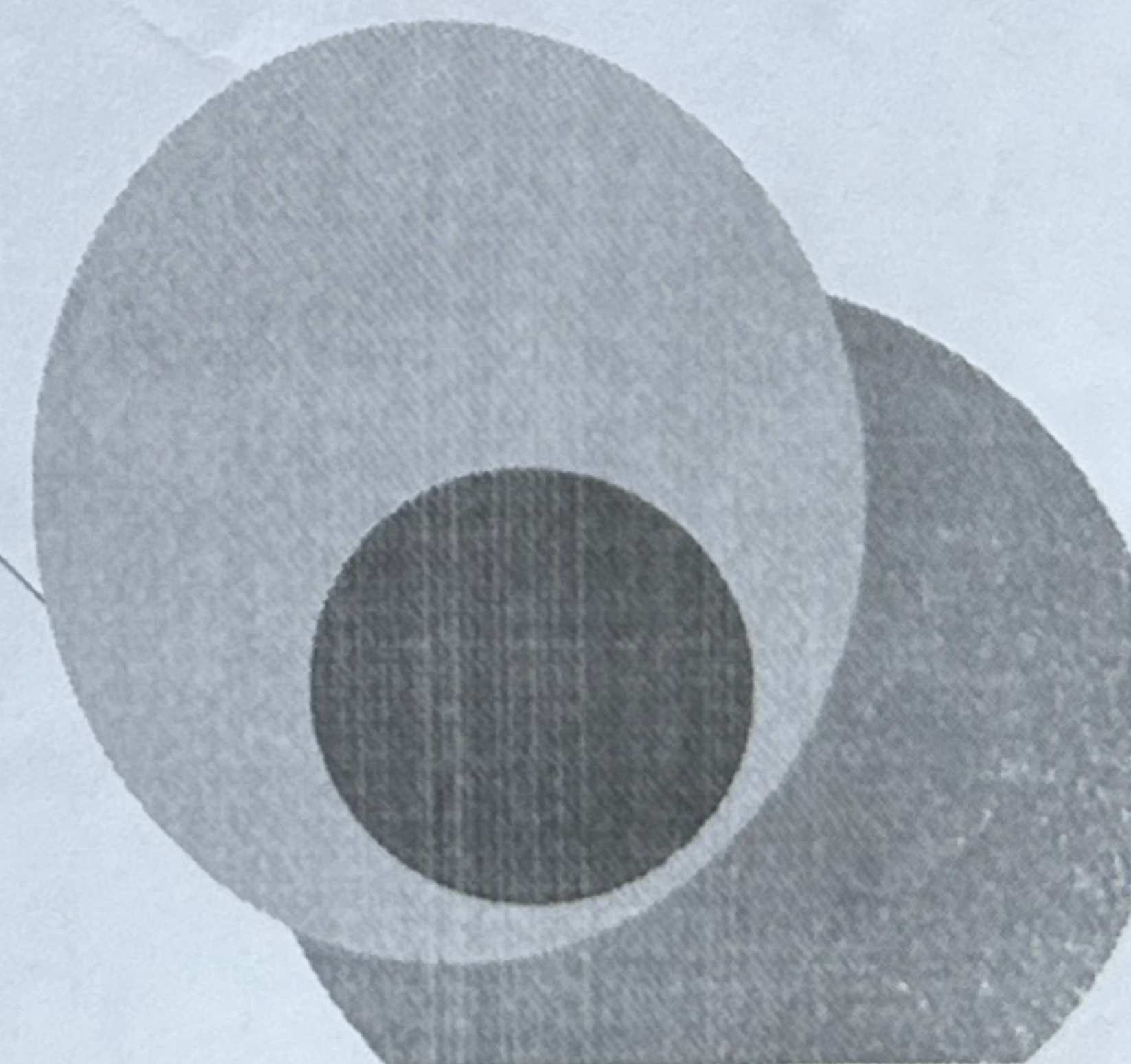
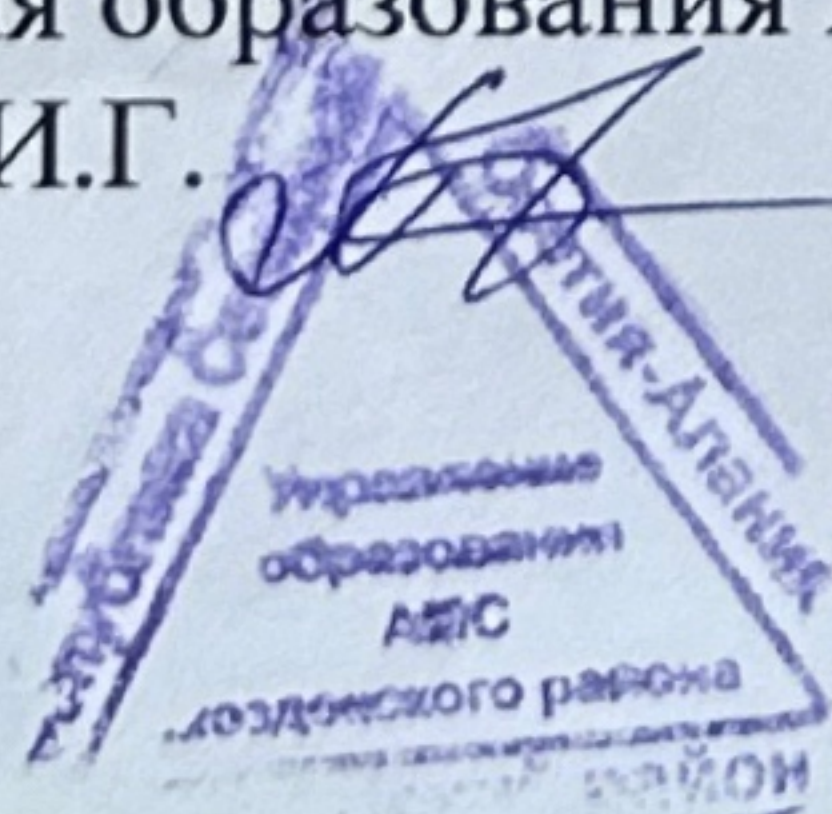
В РАМКАХ МУНИЦИПАЛЬНОГО ПРАКТИЧЕСКОГО СЕМИНАРА  
УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
МОЗДОКСКОГО РАЙОНА,

**09.12.2021 ГОДА,**

**Выступила с докладом:**

**«РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ НА  
УРОКАХ ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКИ».**

Руководитель информационно-ресурсного центра  
Управления образования АМС Моздокского района  
Мальцева И.Г.



**Доклад на тему:**  
**«Развития двигательных качеств на уроках легкой атлетики».**  
**Учитель МБОУ СОШ №2 им. Дударова Амира Расуловича с. Кизляр :**  
**Хасанова Марина Анасовна**  
**09.12.2021 год.**

Основные задачи раздела : «Легкая атлетика»: обучение школьников жизненно важным навыкам и умениям, развитие основных двигательных качеств, составляющих основу ОФП учащихся.

Основа легкой атлетики - бег. Он составляет часть техники выполнения прыжков и в отдельных видов метаний.

Овладение легкоатлетическими упражнениями невозможно без развития у учащихся способности анализировать свои движения и сознательно управлять ими.

Основной метод обучения легкоатлетическим упражнениям – фронтальный, а в технически сложных видах (метания, прыжки) – групповой и индивидуальный.

На одном уроке обычно одновременно изучается несколько видов легкой атлетики. Необходимо правильное сочетание этих видов.

В метаниях большое значение имеет путь предварительного разгона. Чем оно длиннее, тем больше скорость движения снаряда в финальном усилии, тем выше результат. В прыжках же большее значение имеет разгон в отталкивании.

Циклические движения (бег) изучаются в целом. Движения ациклического характера (прыжки, метания и др.) сложны в координационном отношении. Поэтому основной метод изучения прыжков и метаний по частям в сочетании с целостным методом. В беге и прыжках большее значение имеет отталкивание, в метаниях – финальное усилие.

При обучении школьников основам техники легкоатлетических упражнений целесообразно учитывать ряд методических советов.

При беге важно добиться ненапряженных движений ногами и руками с большой амплитудой, правильной постановкой стоп на опору. Главная фаза бега – отталкивание, которое выполняется за счет разгибания толчковой ноги и выносу маховой. После овладения школьниками бега по дорожке учитель усложняет условия: обучает бегу по пересеченной местности, преодолению естественных препятствий, распределению сил на дистанции, эстафетному бегу.

Занятия легкой атлетикой являются общедоступными благодаря разнообразию видов, огромному количеству индивидуально дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года.

Основные элементы легкой атлетики (спринт, барьерный бег, бег на выносливость, прыжки, метания) выполняются в атмосфере соревновательной игры в виде новых интересных упражнений, эстафетных игр.

Упражнения легкой атлетики практически доступны всем школьникам. На уроках физической культуры развиваются следующие физические качества: гибкость, быстрота, сила, выносливость, ловкость. Быстрота является физическим качеством, которое позволяет выполнять движения с большой скоростью и частотой. Высокий уровень развития быстроты содействует успешному росту других двигательных способностей. Чем выше уровень проявления быстроты, тем быстрее удастся достигнуть положительных результатов при обучении. Начинать

Доклад на тему:  
« Национальные игры».  
Учитель МБОУ СОШ №2 им.Дударова Амира Расуловича с.Кизляр :  
Хасанова Марина Анасовна  
23.01.2024год.

Сейчас государство уделяет большое внимание не только спорту, а здоровому образу жизни. Поэтому в школах особое значение приобретает формирование здорового образа жизни. Кто если не молодое поколение должно быть здоровым и физически, и морально, а также принимать ЗОЖ как естественный, необходимый уклад их жизни.

Любой народ имеет свои традиции, праздники, национальные виды спорта. Все они отображают сущность народа, его историю, традицию его народного воспитания. Ничто не делается, не формируется впустую, все было выработано для обучения, воспитания, выживания и развития. Наши предки создали необычные, разнообразные виды спорта, а также физические упражнения, которые помогают быть не только всесторонне физически развитыми, но и морально устойчивыми, нравственно, эстетически обогащенными. При этом они учитывали географически- климатические условия местности, многовековую историю народа. Главной целью национального вида спорта и подвижных игр становятся пропаганда среди молодого поколения к ведению здорового образа жизни, активным занятиям физической культурой и спортом. Это и видно, и потому как любое празднование, будь то свадьба, или начало сенокосного сезона, или встречи и т.п., не обходилось без спортивных соревнований, где демонстрировались сила, ловкость, быстрота, умение работать головой - переиграть, перехитрить противника.

На сегодняшний момент национальные виды спорта и физические упражнения, обретают всё большую популярность как отдельное направление в системе физической культуры и спорта .  
**Актуальность:** Национальные виды спорта, физические упражнения и народные игры – средство обучения и воспитания, сохраняющее из поколения в поколение исходную и наиболее ценную функцию, обеспечивающую самообразование через рефлексию. Они – отражение образа жизни, национальных традиций, обычаев. Это часть этнопедагогики, которая, учитывая активность ребенка, всеми доступными средствами обеспечивает всестороннее развитие и приобщение его к культуре своего народа. Характерной особенностью национальных видов спорта является их динамичность, общедоступность, практичность и простота в применении.

**Цель:** выявление роли якутских национальных видов спорта и народных игр в развитии физических качеств потенциала учащихся.

**Задачи:** анализ литературных источников:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа №2  
имени Дударова Амира Расуловича  
с.Кизляр Моздокского района РСО – Алания


363711, РСО-Алания, Моздокский р-н, с.Кизляр, ул.Первомайская 39, ИНН/КПП 1510011347/151001001, ОГРН 1021500921023,  
р/с 40701810290331000010 в ГРКЦ НБ РСО-Алания г. Владикавказ, БИК 049033001, тел. 52-1-20

№230 от 23.04.2024г.

Справка-подтверждение  
Муниципальный уровень.

Дана учителю физической культуры Хасановой Марине Анасовне, в том, что провела открытый урок на базе ОУ «Обучение технике прыжка в длину с места».

№	Уч.год	Название темы.	Уровень
1	17.11.2023	«Обучение технике прыжка в длину с места».	ШКОЛЬНЫЙ

Директор МБОУ СОШ №2 с.Кизляр  Дадов З.А.



Тема	Обучение технике прыжка в длину с места.	
Тип	Урок систематизации и обобщения знаний и умений	
Цель	Создать условия для формирования навыков правильного выполнения прыжка в длину с места.	
Планируемый результат	<p>Метапредметные:</p> <p>1). Применять полученные знания и умения к урочной деятельности.</p> <p>2) Овладеть способностью принимать учебную задачу урока и стремиться ее выполнить</p> <p>Предметные:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повторение строевых команд на месте.</li> <li>2. Приступить к обучению детей прыжков в длину с места.</li> <li>3. Совершенствовать технику выполнения прыжка в длину с места.</li> <li>4. Развивать ловкость в подвижных играх.</li> </ol>	<p>Личностные:</p> <p>-формировать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;</p> <p>-формировать мотивацию к учебной деятельности;</p> <p>-формировать навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.</p>
Основные понятия	Прыжки в длину с места	
Используемое оборудование	Мячи, свисток, рулетка, мел	
Межпредметные связи	Математика, окружающий мир	
Организация пространства	Фронтальная работа, работа в команде, беседа.	

Дата: 17.11.2023год.

Предмет: физическая культура

Учитель: Хасанова Марина Анасовна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа №2  
имени Дударова Амира Расуловича  
с.Кизляр Моздокского района РСО – Алания

363711, РСО-Алания, Моздокский р-н, с.Кизляр, ул.Первомайская 39, ИНН/КПП 1510011347/151001001, ОГРН 1021500921023,  
р/с 40701810290331000010 в ГРКЦ НБ РСО-Алания г. Владикавказ, БИК 049033001, тел. 52-1-20

№231 от 23.04.2024г.

Справка – подтверждение.

Дана учителю физической культуры МБОУ СОШ №2 с.Кизляр Хасановой Марине Анасовне том, что она принимает участие в судействе нормативов ГТО.

Директор МБОУ СОШ №2 с.Кизляр  Дадов З.А.



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа №2  
имени Дударова Амира Расуловича  
с.Кизляр Моздокского района РСО – Алания

363711, РСО-Алания, Моздокский р-н, с.Кизляр, ул.Первомайская 39, ИНН/КПП 1510011347/151001001, ОГРН 1021500921023,  
р/с 40701810290331000010 в ГРКЦ НБ РСО-Алания г. Владикавказ, БИК 049033001, тел. 52-1-20


№231 от 23.04.2024г.

Справка – подтверждение.

Общественная и профессиональная активность педагога в качестве эксперта,  
члена жюри

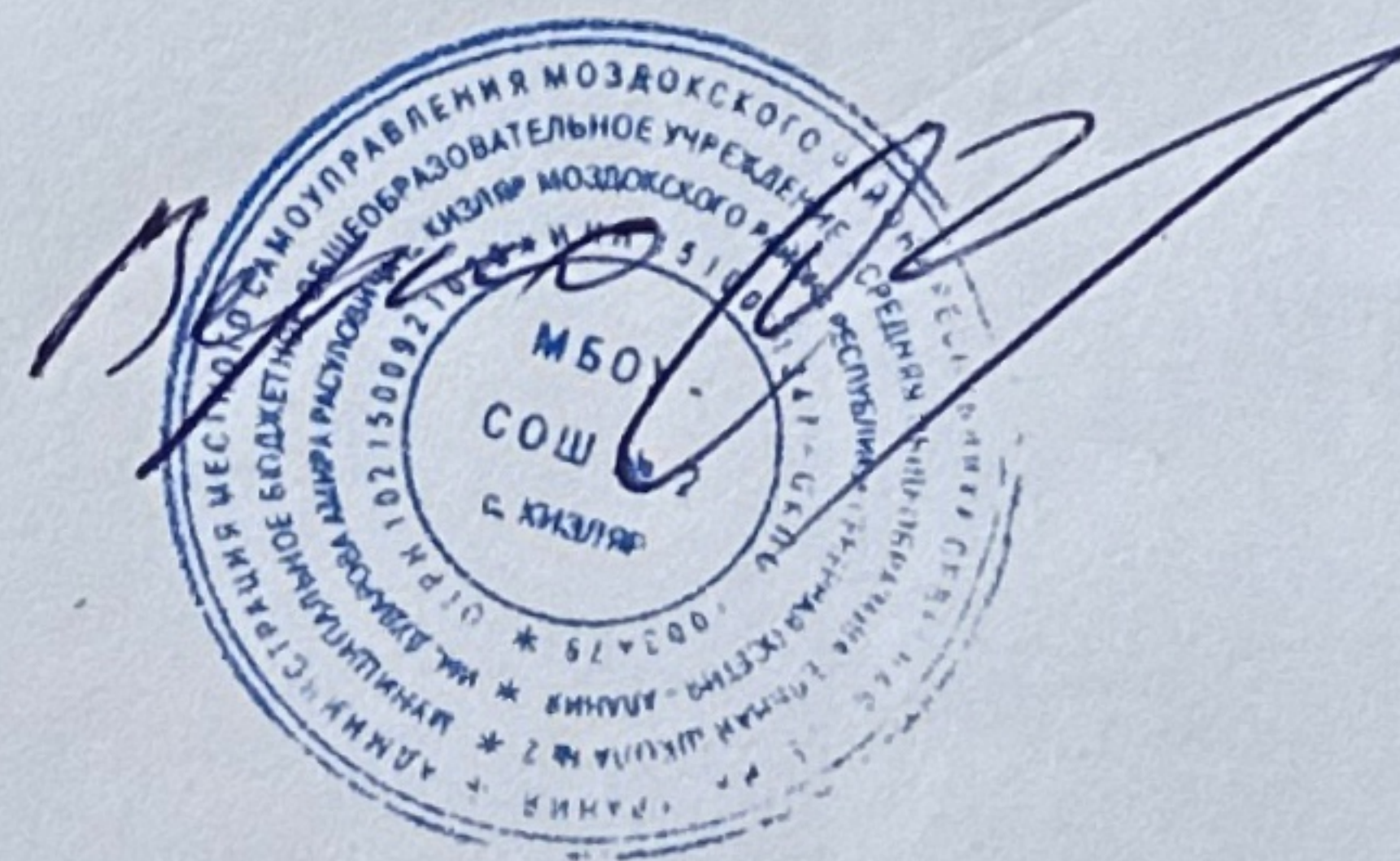
Дана учителю физической культуры Хасанова М.А., в том, что она принимает активное участие в проведении и организации школьных и муниципальных мероприятий, входит в состав судейства при проведении школьных и муниципальных соревнований и конкурсов.

№	Мероприятие	Уровень.	Учебный год.
1	«Президентские состязания».	Муниципальный	2021-2022 уч.год
2	«Баскетбол»	Школьный	2022-2023 уч.год
3	ГТО	Всероссийский	2023-2024 уч.год

Директор МБОУ СОШ №2 с.Кизляр  Дадов З.А.

**Состав судейской коллегии**

Тренеры-преподаватели ДЮСШ №2: Домницкий В.Н., Аскеров М.А;  
МБОУ СОШ №3 г.Моздока; Шумейко Т.А., Дзгоев А.А., Матвеев Р.В.,  
МБОУ СОШ №1 с.Кизляр; Будаичиева М.Э.,  
МБОУ СОШ №8 г.Моздока; Крайняя В.А  
МБОУ СОШ ст.Луковская ; Бураева Л.Н., Иноземцева Д.Ф.,  
МБОУ СОШ №2 с.Кизляр :Хасанова М.А  
МБОУ СОШ №2 с.Кизляр : Умаханова З.В  
МБОУ СОШ №2 с.Кизляр : Джантемирова О.Х  
МБОУ СОШ с.Веселое: Айсинов К.С.,





**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ**  
**Администрации местного самоуправления Моздокского района**

363700, РСО-Алания, г. Моздок, ул. Кирова, 20

тел/факс 3-24-37 E-mail: guoams-mozdok@mail.ru

14 марта 2024 года

г. Моздок

№ 136

**ПРИКАЗ**

**О проведении муниципального этапа соревнований по футболу на  
Кубок Главы Республики среди обучающихся общеобразовательных  
организаций Моздокского района**

В соответствии с письмом Министерства образования и науки Республики Северная Осетия-Алания № ПП-32.1 от 12.09.2022 года **приказываю:**

1. Провести муниципальный этап соревнований по футболу на Кубок главы Республики среди команд общеобразовательных организаций Моздокского района с 13 по 20 апреля 2024 года на базе МБУ ДО СШ №1 г.Моздок.
2. Руководителю общеобразовательной организаций обеспечить участие команд обучающихся, согласно календарю игр (приложение 1).
3. Ответственным координатором за проведение мероприятия назначить методиста ИРМЦ Управления образования
4. Руководителю МБУ ДО СШ №1 г.Моздок обеспечить условия для проведения соревнований.
5. Контроль за исполнением возложить на руководителя ИРМЦ Управления образования Сизову И.А.

Зам. начальника управления образования

Н.В. Байкалова

С приказом ознакомлен

Сизова И.А. / \_\_\_\_\_ /

Сипович А.Г. / \_\_\_\_\_ /

Тебиев В.З. / \_\_\_\_\_ /

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа №2  
имени Дударова Амира Расуловича  
с.Кизляр Моздокского района РСО – Алания

363711, РСО-Алания, Моздокский р-н, с.Кизляр, ул.Первомайская 39, ИНН/КПП 1510011347/151001001, ОГРН 1021500921023,  
р/с 40701810290331000010 в ГРКЦ НБ РСО-Алания г. Владикавказ, БИК 049033001, тел. 52-1-20

№248 от 24.04.2024г.

Справка-подтверждение.

Уровень сформированности  
информационно-технологической компетентности педагога.

В соответствии с планом внутришкольного руководства и контроля проверено использование ИКТ-технологий на уроках физической культуры учителем Хасановой М.А. проверка проводилась заместителем директора по УВР Абаевой И.Т. анализ посещенных уроков, рабочей программы и поурочных планов показал, что регулярно на уроках использует ИКТ- технологии: совместно с учащимися готовит презентации, видеоролики, на теоретических уроках – тестирование.

Презентации и видеоролики, учитель использует при объяснении техники выполнения движений, различных упражнений, событий Олимпийских игр. Все это способствует формированию у школьников образных представлений, а на их основе – понятий.

Видеоматериалы на уроках физической культуры демонстрируются в спортзале через проектор.

Используя сайт <https://olimpiada.ru/> готовит учащихся к теории Всероссийской олимпиады школьников.

На сайте [www.minobr.ru](http://www.minobr.ru) обучающиеся проходят дистанционные олимпиады.

Проведение тестирования на теоретических уроках способствует индивидуализации и дифференциации обучения.

Исходя из выше изложенного следует, что применение ИКТ – технологий на уроках физической культуры учителем способствует физическим и творческим способностям обучающихся, расширению их общего кругозора.

Имеет свой персональный мини-сайт на <https://infourok/>.

Для самообразования и публикаций своих работ, конспектов, планов пользуется следующими сайтами:

№	Адрес сайта
1	<a href="https://my.1september.ru/">https://my.1september.ru/</a>
2	<a href="https://rosuchebnik.ru">https://rosuchebnik.ru</a>
3	<a href="https://olimpiada.ru/">https://olimpiada.ru/</a>
4	<a href="https://завуч.инфо.ru/">https://завуч.инфо.ru/</a>
5	<a href="http://www.proshkolu.ru/">http://www.proshkolu.ru/</a>
6	<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
7	<a href="https://infourok">https://infourok</a> .
8	<a href="https://rech.edu.ru">https://rech.edu.ru</a>
9	<a href="https://www.minobr.ru">https://www.minobr.ru</a>

Директор МБОУ СОШ №2 с.Кизляр

Дадов З.А.

Зам.директора МБОУ СОШ №2 с.Кизляр по УВР

Абаева И.Т.

