

2. Майстер-клас «Формування правильної постави у дітей та молоді»



На кафедрі теорії та методики фізичної культури відбувся майстер-клас з формування правильної постави, проведений викладачкою **кафедри Людмилою Северіною** для здобувачів спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура).

Під час заняття студенти ознайомилися з методикою **діагностики та корекції порушень постави**, виконували **комплекси коригувальних вправ**, спрямованих на зміцнення м'язів спини, формування м'язового корсета та розвиток гнучкості й координації. Особливу увагу було приділено використанню спеціальних вправ, які можуть бути інтегровані в структуру уроку фізичної культури, ранкової гімнастики та фізкультурно-оздоровчих пауз у закладах освіти.

Актуальність теми майстер класу:

У сучасних умовах значна частина дітей та підлітків веде малорухливий спосіб життя, що призводить до збільшення кількості порушень постави та функціональних відхилень опорно-рухового апарату. У контексті **Нової української школи** одним із важливих завдань учителя фізичної культури є формування **здоров'язберезувальної компетентності учнів**, профілактика порушень постави та створення умов для гармонійного фізичного розвитку школярів.

Мета майстер-класу: формування у майбутніх учителів фізичної культури професійних компетентностей щодо використання засобів фізичного

виховання для профілактики та корекції порушень постави учнів у процесі реалізації змісту освітньої галузі «Фізична культура» НУШ.

Очікувані результати:

- 1) оволодіння студентами методикою виявлення та профілактики порушень постави у школярів;
- 2) формування навичок добору та проведення коригувальних вправ у структурі уроку фізичної культури;
- 3) розвиток умінь організовувати здоров'язбережувальну діяльність учнів відповідно до принципів **Нової української школи**;
- 4) підвищення готовності майбутніх учителів фізичної культури до формування культури здорового способу життя та правильної постави у здобувачів освіти.

