Начало формы



**x**

Начало формы

Сменить аватар

Конец формы

Онлайн

Куц Галина Алексеевна

Преподаватель физической культуры

Адрес сайта

 Россия ГАПОУ НСО Болотнинский педагогический колледж

 Материалов: 15

 Просмотров: 13388

 [Комментарии автора](https://infourok.ru/user/kuc-galina-alekseevna/comments): 0

 [Комментарии автору](https://infourok.ru/user/kuc-galina-alekseevna/commentsAt): 0

[В друзьях у автора](https://infourok.ru/user/kuc-galina-alekseevna/friend): 3

[Автор в друзьях](https://infourok.ru/user/kuc-galina-alekseevna/friendAt): 5

**Категории по интересам:**[Физ. культура и здоровье](https://infourok.ru/site/allSites?SearchUserForm%5Bspecial%5D=22)

[Инфоурок](https://infourok.ru/) / [Сайты учителей](https://infourok.ru/site/allSites) / Куц Галина Алексеевна

Добавить страницу

[Как видят мой сайт остальные](https://infourok.ru/user/kuc-galina-alekseevna?owner=guest)[Редактировать информацию об авторе](https://infourok.ru/backOffice/setting)

*Работаю в ГАПОУ НСО Болотнинском педагогическом колледже преподавателем физической культуры, имею высшею категорию. В школьные годы занималась лыжными гонками и выполнила спортивный разряд КМС, поэтому и выбрала свою профессию. Закончила Новосибирский техникум физической культуры и педагогический институт. Работала тренером по лыжным гонкам, преподавателем физической культуры в школе и теперь в колледже. Очень нравится делиться педагогическим опытом, участвовать со студентами в исследовательской деятельности. Для самообразования прохожу обучение на курсах переподготовки на сайте "1 сентября", участвую в вебинарах на сайте "Просвещение".*

Сертификат о создании сайта Куц Галины Алексеевны

Сертификат **№104179**, подтверждающий, что Куц Галина Алексеевна создал(а) личный учительский сайт.

[Скачать сертификат](https://infourok.ru/cert/site/64359)

Свидетельство о представлении обобщённого педагогического опыта на Всероссийском уровне

Свидетельство **№ ВЛ-104179**, подтверждает, что Куц Галина Алексеевна представил(а) свой обобщенный педагогический опыт на Всероссийском уровне.

Тема: **Методический материал для молодых специалистов**

Исправить

Скачать cвидетельство

Добавление нового материала на сайт

Сразу же после добавления материала Вы получите бесплатное свидетельство о публикации от проекта «Инфоурок» (с указанием данных о наличии у ООО «Инфоурок» свидетельства СМИ и образовательной лицензии). Скачать бесплатно свидетельство о публикации Вы сможете в разделе «[Достижения](https://infourok.ru/user/kuc-galina-alekseevna/progress)» сразу же после добавления материала. Также при желании Вы сможете запросить указание количества просмотров Вашего материала другими пользователями сайта, что дополнительно положительно скажется на качестве полученного свидетельства о публикации.

[**Добавить материал**](https://infourok.ru/site/upload)

**Ваши авторские разработки:**

* **15** материалов

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1764672)[**Презентация: Основные элементы игры "Волейбол"**](https://infourok.ru/prezentaciya-osnovnie-elementi-igri-voleybol-1764672.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Презентации  08.04.2017  Просмотров: 43  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1764641)[**Презентация: "Развитие физических качеств"**](https://infourok.ru/prezentaciya-razvitie-fizicheskih-kachestv-1764641.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Презентации  08.04.2017  Просмотров: 37  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1764502)[**Физические упражнения для детей дошкольного возраста: "Гимнастика после сна"**](https://infourok.ru/fizicheskie-uprazhneniya-dlya-detey-doshkolnogo-vozrasta-gimnastika-posle-sna-1764502.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  08.04.2017  Просмотров: 28  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1387048)[**Комплексы физических упражнений для учащихся спецмедгрупп**](https://infourok.ru/kompleksi-fizicheskih-uprazhneniy-dlya-uchaschihsya-specmedgrupp-1387048.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  24.11.2016  Просмотров: 199  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1387026)[**Обучение технике лыжных ходов на уроках физической культуры**](https://infourok.ru/obuchenie-tehnike-lizhnih-hodov-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-1387026.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Презентации  24.11.2016  Просмотров: 78  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1386989)[**Методические рекомендации по методике обучения легкоатлетическим упражнениям**](https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-metodike-obucheniya-legkoatleticheskim-uprazhneniyam-1386989.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  24.11.2016  Просмотров: 459  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1386982)[**Методические рекомендации по технической подготовке волейболистов на занятиях спортивной секции**](https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-tehnicheskoy-podgotovke-voleybolistov-na-zanyatiyah-sportivnoy-sekcii-1386982.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  24.11.2016  Просмотров: 135  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/1386967)[**Техническая подготовка волейболистов на занятиях спортивной секции**](https://infourok.ru/tehnicheskaya-podgotovka-voleybolistov-na-zanyatiyah-sportivnoy-sekcii-1386967.html)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Презентации  24.11.2016  Просмотров: 106  Комментариев: 0

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/251347)[**Методика обучения технике лыжных ходов**](https://infourok.ru/metodika_obucheniya_tehnike_lyzhnyh_hodov-492562.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  22.04.2015  Просмотров: 4078  Комментариев: 0

Одной из основных задач физического воспитания в школе, в том числе и уроков лыжной подготовки, является формирование у учащихся двигательных навыков и умений. Одновременно с этим на всех этапах обучения решается задача повышения их технической подготовленности. Успешное решение этой задачи возможно лишь при условии достижения высокой эффективности обучения детей, что позволяет уже в раннем возрасте заложить основы правильной техники, которые в дальнейшем являются предпосылкой совершенствован...

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/251302)[**Методические рекомендации по технической подготовке баскетболистов на занятиях спортивной секции**](https://infourok.ru/metodicheskie_rekomendacii_po_tehnicheskoy_podgotovke_basketbolistov_na_zanyatiyah_sportivnoy-492448.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  22.04.2015  Просмотров: 494  Комментариев: 0

Баскетбол широко используется как средство физического воспитания детей школьного возраста. Систематические занятия спортивными играми способствует всестороннему развитию школьников, особенно положительно влияют на развитие таких физических, как быстрота, скоростная и силовая выносливость, ловкость. Спортивные игры содействуют воспитанию у учащихся морально-волевых качеств: смелости, настойчивости, дисциплинированности, способности к преодолению трудностей. Игры содействуют и нравственному в...

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/192329)[**Комплексы утренней гимнастики для детей дошкольного возраста**](https://infourok.ru/kompleksy_utrenney_gimnastiki_dlya_detey_doshkolnogo_vozrasta-387697.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  14.02.2015  Просмотров: 414  Комментариев: 0

Физические упражнения утренней гимнастики повышают уровень возбудимости и функциональной подвижности нервной системы. Кроме того, утренняя гимнастика ежедневно компенсирует до 5% суточного объема двигательной активности детей. Утрення гимнастика пердставляет собой комплекс упражнений для рук, ног, туловища. Комплекс состоит из 5-6 упражнений, каждое из которых выполняется 6-8 раз. В комплексы включаются движеня рук, поочередное поднимание прямых ног, наклоны и повороты туловища. Как правило ...

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/192312)[**Подвижные игры для детей подготовительной группы**](https://infourok.ru/podvizhnye_igry_dlya_detey_podgotovitelnoy_gruppy-387665.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  14.02.2015  Просмотров: 803  Комментариев: 0

В старшей и подготовительной группах руководство игрой, как правило, опосредованное.Но бывает, что педагог участвует в игре, если, например по условиям игры требуется соответствующее число играющих или изучается новая игра, или педагог своим личным примером хочет показать, как правильно выполнять то или иное двигательное действие. Указаний со стороны педагога во время игры не должно быть много, иначе это снижет интерес к игре. Игры детей построены на основных движениях - бег, метании, лазань...

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/192285)[**Подвижные игры в младшей группе**](https://infourok.ru/podvizhnye_igry_v_mladshey_gruppe-387604.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  14.02.2015  Просмотров: 507  Комментариев: 0

Игры являются доминирующей деятельностью детей дошкольного возраста. Игры группируются по различным признакам. Игры, используемые в дошкольном учреждении, подразделяются на подвижные и спортивные. В игре ребенок может удовлетворить свою потребность в движении, в деятельности. Важная особенность подвижной игры заключается в большой свободе действий, меньшей регламентации движений, чем это принято при традиционных занятиях физическими упражнениями. Данные подвижные игры рекомендуются для студе...

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/192274)[**Методика обучения технике игры в футбол**](https://infourok.ru/metodika_obucheniya_tehnike_igry_v_futbol-387582.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  14.02.2015  Просмотров: 4224  Комментариев: 0

Футбол это вид спорта, не оставляющий никакого равнодушия. По всему свету молодые люди и люди пожилые играют в него, смотрят его и читают о нем. Люди зачастую забывают, что, несмотря на всю драматичность и красоту, футбол это простая игра, основанная на мастерстве отдельных футболистов, объединенных в одну команду. Технические приемы это средства ведения игры. От того, насколько полно владеет футболист всем многообразием этих средств, как умело и эффективно применяет их в рамках правил для р...

**x**[Редактировать](https://infourok.ru/backOffice/docEdit/192232)[**Карточки комплексов общеразвивающих упоражнений**](https://infourok.ru/kartochki_kompleksov_obscherazvivayuschih_uporazhneniy-387520.htm)

 Куц Галина Алексеевна
 [Физкультура](https://infourok.ru/fizkultura.html)
 Другие методич. материалы  14.02.2015  Просмотров: 1790  Комментариев: 0

Данные карточки комплексов общеразвивающих упражнений рекомендуется использовать студентам во время прохождения практики. В методичке составлено 11 карточек с комплексами упражнений как с предметами так и без предметов. Упражнения составлены с гимнастической палкой, у гимнастической лестнице, общеразвивающие упражнения в парах и со скакалкой. Общеразвивающие упражнения в движении и упражнения для проведения разминки на уроках по лыжной подготовке. В карточках так же есть комплексы физических...