

УДК 796.015

ВАРИАТИВНО-МОДИФИЦИРОВАННАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ»

Автор: Кучерова Анжелика Владимировна, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания.

Контактная информация: тел.: (80222) 450813, эл. почта: a_kucherova@tut.by.

Описание: *В статье обсуждаются результаты педагогического исследования процесса построения занятий по физической культуре в школе, календарно-тематического планирования и программных требований по предмету «Физическая культура и здоровье».*

Description: *In article results of pedagogical research of process of creation of occupations on physical culture at school, calendar and thematic planning and program requirements for the subject «Physical Culture and Health» are discussed.*

Область применения разработки (назначение): Физическая культура.

Внедрение (планируемое внедрение) разработки: Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова», 2014 г.

Основные преимущества разработки: Статья содержит сведения по основным разделам школьного программного материала: «Формирование знаний» и «Изучение основ видов спорта», данные сведения свидетельствуют о проблемах, которые имеются в организации физического воспитания в школе.

Концепцией физического воспитания определена цель физического воспитания школьников – формирование физической культуры личности. Данный аспект определяет единство ценностных ориентаций, потребностно-мотивационной сферы специальных физкультурных знаний о грамотном использовании физических упражнений в условиях оздоровительной и спортивной тренировки, в жизнедеятельности в целом [3, с. 6]. Процесс физического воспитания учащихся следует рассматривать как единое целое не только с точки зрения целенаправленного формирования знаний, двигательных умений и навыков, развития двигательных способностей школьника, но и как специфического воздействия на его чувства и сознание, психику и интеллект, что обеспечивает формирование социально-психологических проявлений [1]. В конечном итоге каждый школьник за период обучения в школе должен достигнуть определенного уровня физической активности. Этот уровень определяется не только спецификой освоенного им вида спорта, предлагаемого на уроках физической культуры, но и уровнем физической подготовленности. Освоенный школьником вид двигательной активности должен стать для него уже во взрослой жизни востребованным для активного отдыха и использоваться как средство оздоровления его семьи. Именно с этих позиций мы должны рассматривать прикладную ценность уроков физической культуры и здоровья.

Процесс физического воспитания предполагает реализацию школьных программ, каждая из которых содержит единство педагогических принципов, технологий, методов, обеспечивается единством и преемственностью содержания, определяется конкретными критериями эффективности учебно-воспитательного процесса [4]. Поэтому эффективность учебно-воспитательного процесса по предмету «Физическая культура и здоровье» может выражаться не только в оценке успеваемости и подготовленности учащихся (знания, двигательные умения и навыки), но и в фактическом уровне физической активности школьников различного возраста.

Для выявления отношения школьников к учебному процессу по физическому воспитанию мы провели социологическое исследование. В исследовании приняли участие школьники г. Могилева разных возрастных групп. Объем выборки составил 534 респондента, из них: 145 учащихся 5-х классов, 242 учащихся 9-х классов, 147 учащихся 11-х классов. Результаты опроса показали динамику снижения у учащихся желания заниматься физическими упражнениями (рис. 1).

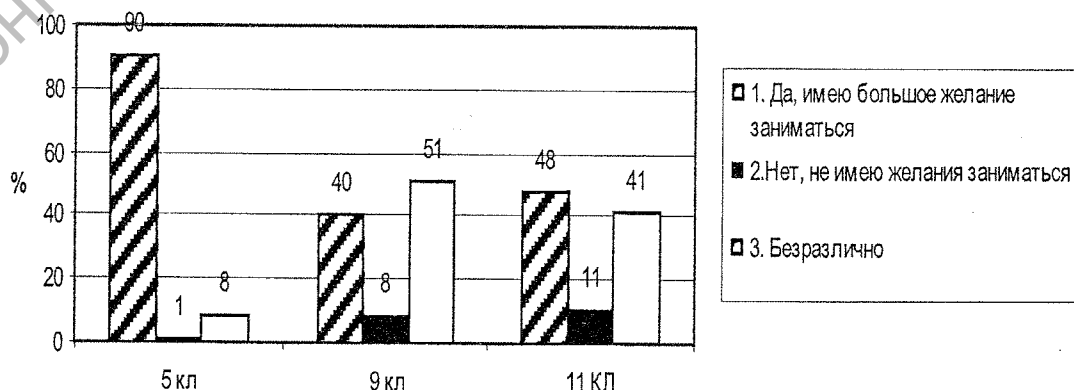


Рис. 1. Желание учащихся заниматься на уроке физическими упражнениями

Анализируя данную позицию на рисунке, следует отметить: если в 5-х классах практически все учащиеся имели желание заниматься физическими упражнениями на уроке (90 %), то в 9-м и 11-м классах количество желающих снижается почти наполовину, тем самым пополняя число детей, которым безразличны занятия физкультурой. За период обучения в школе, 5–11-й классы, у учащихся снижается интерес к занятиям физическими упражнениями на уроке физической культуры. Снижение интереса к урокам происходит потому, что у учителя нет возможности использовать индивидуальный или дифференцированный подход к обучению школьников. В содержании школьных программ не отражены современные двигательные действия, с помощью которых ребенок может удовлетворять двигательную активность в полной мере. Необходимо искать новые подходы к практике обучения двигательным действиям школьников с учетом их интересов и желаний.

Довольно интересно было выявить отношение самих учителей к материалу школьной программы. В исследовании приняло участие 180 учителей физической культуры. Стаж работы респондентов варьирует от года до двадцати лет. Образовательные учреждения были выбраны разного типа: средние школы, гимназии г. Могилева. На рисунке 2 мы видим, что большая часть учителей (64 %) отмечает наличие в программе серьезных упущений.

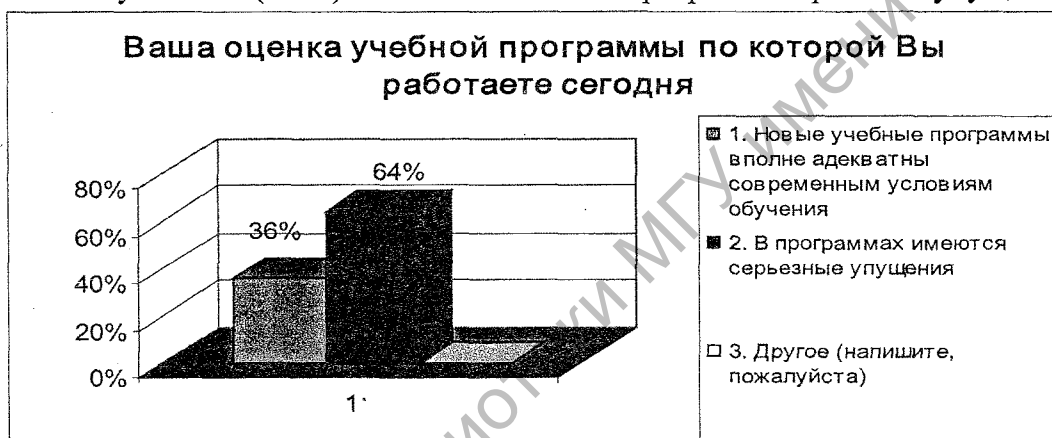


Рис. 2. Оценка учебной программы учителями физической культуры

Исходя из оценки и отношения учителей к ныне действующей программе по физической культуре, мы предприняли попытку предложить свой проект программы на рецензирование учительской аудитории. **Целью** экспериментальной программы является изучение учебного предмета «Физическая культура и здоровье» в 1-11 классах и формирование физической культуры личности, оздоровление учащихся с учетом сенситивных периодов развития их физических и психических качеств.

Основные задачи направлены на:

- обучение двигательным умениям и навыкам видов спорта, наиболее популярных в Республике Беларусь;
- развитие двигательных способностей с учетом сенситивных периодов;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- формирование мотивационного компонента к занятиям физической культурой и спортом;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Экспериментальная программа составлена на основе государственной программы по физической культуре и здоровью для 1-11 классов общеобразовательной школы. Содержание программы на 10 % отличается от государственной программы. Существенной отличительной особенностью данной программы является ее процессуальный характер и последовательность изучения учебного материала с акцентом на принципы и закономерности формирования двигательных умений и навыков в физическом воспитании. Важным аспектом новизны проекта является процесс взаимодействия детерминант физической активности с показателями психического и физического состояния, возрастного развития ребенка, которое должным образом положено в основу объективизации составления программы.

Перспективной является оптимизация процесса физического воспитания школьников, которая предусматривает физическое развитие и совершенствование ребенка посредством компактного изучения основ одного вида спорта в течение учебного года. Технологический подход обеспечивает объединение двух важных этапов, обеспечивающих результативность и эффективность достижения цели физического воспитания, – этап психического и мотивационного восприятия учеником учебного материала и этап сенситивного развития физических качеств [2].

Программный материал представлен по отдельным видам спорта: гимнастика, акробатика, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, баскетбол, футбол, гандбол, волейбол, единоборства, атлетизм, фитнес. Содержание программы каждого вида спорта состоит из четырех основных разделов, которые представляют своеобразную систему освоения вида спорта: «Знания», «Двигательные умения и навыки», «Развитие двигательных качеств», «Домашнее задание», «Тестирование».

Раздел «Знания» не отличается от государственной программы и включает теоретический материал, необходимый для формирования мотивационно-ценностного компонента физической культуры личности учащегося.

Раздел «Двигательные умения и навыки» включает перечень основных технических элементов, необходимых для успешного освоения техники изучаемого вида спорта, и последовательность их изучения.

Раздел «Развитие двигательных качеств» представлен комплексами упражнений, которые направлены на развитие определенных разновидностей физических задатков школьника.

Раздел «Домашнее задание» включает перечень физических упражнений, определенным образом в домашних условиях дополняющих раздел «Развитие двигательных качеств».

Раздел «Тестирование» перечисляет основные тестовые задания для определения уровня физической подготовленности учащихся в определенные периоды.

Мы предлагаем такой вариант программы, в котором сформировались три уровня экспериментальной работы, которые выражаются в форме проектов, направленных на отработку конкретных организационных моделей. На первом уровне (1-4 классы) необходимо сформировать базовые элементарные двигательные умения и навыки и развивать физические способности исходя из сенситивных периодов – координацию и ее разновидности. Реализация программы первого уровня заключается в освоении элементарных двигательных умений и навыков по спортивной и художественной гимнастике, акробатике и ритмике. Содержание первого уровня имеет прогностический характер или, выражаясь спортивной терминологией, – представляет собой первичный отбор и ориентацию на первом этапе многолетней подготовки. Второй уровень организации определяется базовым освоением игровых видов спорта и легкой атлетики и, соответственно, развитием быстроты и силовых способностей. Третий уровень связан

с освоением навыков в лыжном спорте, атлетической гимнастике и видам фитнеса, а также разработкой новых способов деятельности школьников в сфере физической активности, в основном реализованных в формах самостоятельной организации занятий физическими упражнениями, направленными на совершенствование физического развития с учетом сенситивных периодов развития разновидностей выносливости и силы.

Основным объектом экспериментальной работы являются образовательные учреждения г. Могилева и области, в которых единичное проектное содержание выступает в качестве не только учебной системы, но и спортивной, оздоровительной, научной деятельности, а также форм коммуникации учащихся, учителей, родителей.

Несомненно, указанные направления могут наиболее эффективно развиваться при наличии объективной информации о физическом, психологическом, социальном развитии детей. Основу разработки экспериментальной программы составляют теоретические положения о спортивной тренировке, определяющие роль системного и деятельностного подходов в решении педагогических проблем, совершенствования организации образования, индивидуализации и дифференциации обучения в процессе физического воспитания в общеобразовательной школе.

Перспективным направлением совершенствования средств и методов физического воспитания школьников является технологический подход к совершенствованию программ по физическому образованию, который предусматривает объективный и однозначный контроль степени достижения цели. Решается задача создания и использования научно обоснованной модели формирования двигательных умений и навыков и развития физических способностей, призванной оптимизировать процесс физкультурного образования школьников, в интересах общества учить детей быть здоровыми.

Список использованных источников:

1. Бальсевич, В. К. Физическая культура : молодежь и современность / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 4. – С. 2–9.
2. Виленский, М. Я. Базируясь на одном виде спорта / М. Я. Виленский, Е. Н. Литвинов, Б. И. Туркунов // Физическая культура в школе. – 1993. – № 2. – С. 13–17.
3. Ильин, Е. П. От культуры физической – к культуре здоровья / Е. П. Ильин // Теория и практика физической культуры. – 1994. – № 7. – С. 46–48.
4. Карпушко, Н. А. Историко-теоретический анализ школьных программ по физической культуре : учебное пособие для студентов, аспирантов и слушателей ФПР / Н. А. Карпушко. – М. : ГЦОЛИФК, 1992. – 62 с.
5. Лубышева, Л. И. Концепция формирования физической культуры человека / Л. И. Лубышева. – М. : ГЦОЛИФК, 1992. – 120 с.
6. Пономарев, Н. И. Информация физической культуры : проблемы, перспектива / Н. И. Пономарев, С. С. Филиппов // Теория и практика физической культуры. – 1994. – № 10. – С. 14–15.