*«Реализация ФГОС НОО на уроках физической культуры: опыт, проблемы, перспективы»*

Новшества ФГОС не должны быть искажены учителем физической культуры. Введение теоретического этапа не является самоцелью и не заменяет двигательной практики. Уроки физкультуры никогда не будут чисто теоретическими либо чисто тренировочными. Но без осмысленных действий в игре, тренировочных упражнений эффективность занятия снижается до минимума. Примером могут служить восточные оздоровительные практики (Ци - Гун, тайцзы, йога), выполнение упражнений в которых невозможно без осмысления значимости движения. Таким образом, раньше было достаточно выполнения учениками репродуктивных действий на уроке - повторить, воспроизвести показанное учителем. Современный урок невозможен без осознанного диалога с учащимися как в образовательно-познавательном, так и образовательно-обучающем и тренировочном компоненте, который повышает эффективность урока во много раз.

Диалог на уроке физической культуры - залог

осознанных действий

Одной из актуальных проблем современного образования является формирование осознанного отношения учащихся к занятиям физической культурой и спортом. Выдающийся отечественный психолог С.Л. Рубинштейн писал: «Для того чтобы учащийся по-настоящему включился в работу, нужно сделать поставленные в ходе учебной деятельности задачи не только понятными, но и внутренне принятыми им, то есть, чтобы они приобрели значимость для учащегося и нашли, таким образом, отклик и опору в его переживании». В своих исследованиях В.А. Кабачков отмечает, что формирование интереса к занятиям физическими упражнениями осуществляется на всех этапах и во всех формах их проведения. На начальном (побуждающем) этапе основными являются средства побуждающие - беседы, убеждения, ознакомление с особенностями и характеристиками видов спорта. Следовательно, в современных условиях модернизации форм и методов преподавания, не утрачивают своей актуальности беседа, диалог и так далее. На традиционном уроке физической культуры, который решал в основном две задачи - оздоровительную и тренирующую, учитель являлся источником готовой информации, знаний. В связи с модернизацией системы физического образования, появилась необходимость обучения учащихся способам самостоятельного поиска необходимой информации. Для достижения этих целей мы используем диалог, как обмен мыслями, в котором учащиеся могут высказать свое мнение, аргументировать его. В проектах Программ по физической культуре для основной школы прописаны уровневые результаты, к которым должны привести уроки физкультуры. Ученик научится (базовый уровень):

• выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

• выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации).

Ученик получит возможность научиться (продвинутый уровень):

• выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

• преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

• выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Можно ли получить эти результаты без осознанных действий? Так, на уроке познавательно-образовательной направленности намеренно создются проблемные вопросы и ситуации. Например:

• Как вы думаете, что является определяющим в выборе страны и города для проведения Олимпийских игр? Почему для проведения зимних Олимпийских игр 2014 г. выбран г. Сочи, ведь это южный город?

Назовите виды спорта, основоположником которых были школьные учителя. (Таким может быть домашнее задание в разделе «Спортивные игры»).

• Какими качествами должен обладать человек, играющий в командные игры? Чем отличается роль нападающего от защитника (центрового, либеро, диагонального....)? Рефлексивный компонент урока обязателен на уроках любого типа. В начале урока озвучить ожидания учащихся от урока, а в конце - проанализировать, реализовались ли их ожидания. Такое задание позволяет осмысленно начать урок и закончить. Таким образом, для формирования увлеченности занятиями физической культурой важно, чтобы учащиеся понимали смысл и значение выполняемых упражнений, нацеленных на укрепление их здоровья, на улучшения физической подготовленности, развитие настойчивости, смелости, решительности, самообладания, дисциплинированности.

Дифференцированный и индивидуальный подход

на уроках физической культуры - возможность для самоопределения и

реализации всех учащихся.

Дифференциация и индивидуализация обучения и воспитания - одно из главных требований любого урока, а урока физкультуры в большей степени. «Дифференцированное обучение - целенаправленное педагогическое воздействие на группы учащихся, разделенных по сходным или индивидуальным личностным качествам. Дифференцированный подход решает задачу эффективной педагогической помощи в совершенствовании личности ученика» Восхождение к качеству учебно-воспитательного процесса немыслимо без реализации этих требований в практике работы учителя физической культуры. Типы дифференциации учащихся на уроках физкультуры могут быть по следующим основаниям:

• по здоровью учащиеся делятся на основную, подготовительную, специальную группы;

• по физическим способностям: развитые, менее развитые;

• по половым (гендерным) различиям: мальчики, девочки;

• по психологическим особенностям (по типу мышления, темпераменту);

• по интеллектуальным способностям.

Остановимся на некоторых из них. Часто ребенок из подготовительной группы по здоровью может вполне быть в группе с высокими физическими способностями. Следовательно, необходимо не только дифференцировать группы учащихся, но и учитывать их индивидуальные особенности. Переход из одной группы в другую обусловлен изменением в уровне развития ученика, способностью восполнения пробелов и повышением учебной мотивации. Групповая дифференцированная работа позволяет адаптировать содержание учебной программы к возможностям конкретных учащихся, помогает разработать педагогическую тактику, ориентированную на «зону ближайшего развития» каждого школьника, что, в свою очередь, создает благоприятные условия для развития личности учащихся, формирования положительной мотивации учения, адекватности самооценки. Выделение групп учеников в классе в значительной мере помогает учителю в подборе разноуровневых заданий для них. Каждое задание предполагает определенные цели и требования. Использование различных дифференцированных заданий для учащихся. Примером могут послужить следующие виды работы. На этапе разминки учитывать гендерные признаки: количество отжиманий, приседаний, естественно, для девочек меньше, чем для мальчиков. Использовать раздаточный материал - задания с программой общеразвивающих упражнений, направленных на решение проблем со здоровьем (лишний вес, слабый пресс, мускулатура, плохая растяжка). На этапе освоения основного содержания урока, например:

• в распределении ролей в игровых видах спорта учитывать психологические особенности детей: нападающим может быть быстрый холерик или сангвиник, а на защиту может встать упорный флегматик или меланхолик

• в делении на команды предоставлять сначала возможность самостоятельно выбрать капитанов, которые затем имеют право набора в свои команды.

Часто ученики со слабыми физическими способностями оказываются последними кандидатами. Для того чтобы психологически их поддержать, назначить их капитанами. На этапе контроля - сдачи нормативов - дифференциация проходит для подготовительной группы: без учета времени, уменьшения дистанции, количества повторений упражнений, замена норматива, противопоказанного по состоянию здоровья, на другой; особенно ценится, если ученик может самостоятельно составить для себя комплекс упражнений, корректирующий его отклонения в здоровье.

Индивидуализация обучения заключается в осуществлении индивидуального к каждому ученику подхода в процессе обучения и воспитания. «Необходимо тщательно изучать своих учеников, знать их общие черты и индивидуальные особенности» (А.С.Макаренко). В рамках индивидуального подхода использовать дополнительные направления в работе: индивидуальная карта физического здоровья «Маршрут здоровья», целью составления которой является формирование объективных уровней резервных возможностей организма. Обучающиеся сами определяют уровень своего физического развития по сумме баллов (рейтингу), который складывается из 7 контрольных нормативов (5 нормативов, по одному лучшему из каждой группы физических качеств, плюс 2 из нормативов по выбору), включающих в себя легкую атлетику, волейбол, баскетбол, общую физическую подготовку. С одаренными детьми (с одаренными детьми в спорте и с талантливыми детьми в изучении наук). Например, обучая учащихся прыжкам в высоту с разбега, помимо основных знаний по предмету (значение прыжков в жизни человека, основные способы преодоления высоких препятствий, способы развития скоростно-силовых качеств и другие) опираемся на законы физики, определяющие наиболее целесообразные углы отталкивания, на законы ускорения и приложения силы действия при обучении броску в корзину рассказываем, что при «определенном» попадании в квадрат над кольцом срабатывает правило -угол падения равен углу отражения. Такая работа позволяет дополнительно мотивировать «ботаников» к урокам физкультуры, давая им работать в индивидуальном темпе, реализовывать свои интеллектуальные способности. В работе с освобожденными детьми от уроков физкультуры активно использовать приемы вовлечения их в помощь учителю: - приготовление дидактического материала к урокам о физической культуре; - составлению кроссвордов по физической культуре для младших классов; - осуществление роли учителя (наблюдателя, аналитика) за действиями учеников, выполняющих задания учителя; - осуществление судейства в спортивных играх. Таким образом, дифференцированный и индивидуальный подходы позволяют учащимся реализовывать себя полностью, учитывая их особенности. Сначала формы реализации предлагает учитель, затем ученик способен делать это осознанно и самостоятельно. Следствием становится осознанная мотивация к урокам физической культуры.

Результативность урока физкультуры.

ФГОС предполагают уровневую результативность деятельности

учащихся: знания, убеждения, опыт.

Современный урок физкультуры предполагает приобретение осознанного самостоятельного опыта в плане физической активности в жизни ребенка: интерес к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях, туристическим походам, занятиям в спортивных секциях, военизированным играм; устойчивая мотивация к выполнению правил личной и общественной гигиены и санитарии; рациональной организации режима дня, питания; занятиям физической культурой, спортом, туризмом; самообразованию; труду и творчеству для успешной социализации; опыт участия в физкультурно-оздоровительных, санитарногигиенических мероприятиях, экологическом туризме; участие в проведении школьных спартакиад, эстафет, экологических и туристических слётов, экологических лагерей, походов по родному краю; ведение краеведческой, поисковой, экологической работы в местных и дальних туристических походах и экскурсиях, путешествиях и экспедициях. Все вышеуказанное и составляет комплексную ориентацию человека на свой выбор здорового стиля жизни. Уроки физкультуры, как пусковой механизм, в этом процессе составляют первое звено в цепочке причинноследственных связей на пути к здоровью. Это нужно осознать и стараться реализовывать на практике.