

**Республиканская конференция  
исследовательских работ обучающихся  
«Моё Я в Большой науке»  
имени Р. И. Утямышева**

Секция: физическая культура

**Повышение активности учащихся на уроках физической  
культуры и качество усвоения учебного материала**

Исследовательская работа

Работу выполнил:

Лукшин Павел Сергеевич

Ученик 10 класса МБОУ Гимназия №3

Научный руководитель:

учитель физической культуры

Гуляков А.Е.

Чистополь 2011 г.

## Содержание

Глава I. Введение.	Стр.
1.1 Актуальность темы .....	3
1.2 Как поднять эффективность, результативность и качество усвоения учебного материала на уроках физической культуры?.....	4
Глава II. Методы и организация исследования.	
2.1. Исследования.....	5
2.2. Состояние преподавания уроков физической культуры в нашей школе.....	7
2.3. Структурный план учебного занятия по групповой форме.....	9
Глава III. Результаты эксперимента.	
3.1. Выводы.....	10
3.2. Пересмотр целевых установок и задач физического воспитания учащихся в МБОУ Гимназия №3 .....	11
Литература.....	16

## Глава I. Введение.

**Актуальность темы:** Ученые и практики в последние годы отмечают тревожную тенденцию снижения активности школьников на уроках физической культуры, а так же значительное ухудшение здоровья населения, особенно подростков 14-17 лет. Этому «помогают» социально – экономическая ситуация, сложная экологическая обстановка и особенно – прогрессирующее распространение курения, наркомании, употребление алкоголя под влиянием мощного потока рекламы и растлевающей информации от печатной и прочей продукции средств массовой информации. На заседании Госсовета 29 августа 2007 года президент Республики Татарстан М.Ш. Шаймиев вынужден был констатировать, что, по официальным данным, « в 1-м классе нездоровыми считаются 19% детей, а в 11-м классе здоровыми считаются 20%».

Сегодня, в период школьной реформы, одним из важных вопросов улучшения физического воспитания является поиск эффективных средств, методов и форм занятий, способствующих ускоренному развитию двигательных функций детей, привитию устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

Учителю физической культуры, делающему все для активизации двигательной деятельности учащихся, совершенно безразлично, с удовольствием ли работает ученик, захвачен ли каждый школьник процессом обучения, или учение оставляет его равнодушным.

В российском образовании провозглашен сегодня принцип вариативности, который дает возможность педагогическим коллективам учебных заведений выбирать и конструировать педагогический процесс по любой модели, включая авторские. В этом направлении идет и прогресс образования: разработка различных вариантов его содержания, использование возможностей современной дидактики в повышении эффективности образовательных структур; научная разработка и практическое обоснование новых идей и технологий.

**Как поднять эффективность, результативность и качество усвоения учебного материала на уроках физической культуры?** Существующая классно – урочная форма организации обучения низкорезультативная, низкокачественная и низкоэффективная. На съезде работников образования было сказано, что 85% учащихся делают вид, что учатся, учителя – что учат, управленцы – что управляют.

Одним из основных противоречий современной педагогики, в том числе и методике физического воспитания школьников, является несоответствие *классной формы* организации обучения современным требованиям к его качеству и эффективности. Суть этого противоречия состоит не только в формальном объединении в один коллектив разных по уровню знаний, подготовленности, общим интеллектуальным и физическим способностям по уровню ментальной и психологической зрелости детей, сколько в несоответствии такой формы декларируемым приоритетам личности ребёнка, его мотиваций, интересов, индивидуальных особенностей самого разного порядка. Наконец, его права на самореализацию в том, к чему у него есть задатки, и способности, и наибольшие шансы на успех.

Нужно создать наиболее благоприятные условия для развития ребёнка в школе. Очень многие знают о том, как это делать, но существующая классная форма занятий изначально «загоняет» детей в «прокрустово ложе» одной для всех программы, одних для всех нормативов и одного для многих результата – всех всему научили понемногу, все что-нибудь и как-нибудь знают и умеют.

Сущность организации физического воспитания детей и подростков, прежде всего в том, чтобы создать условия для преодоления этого противоречия. Предложить такую новую форму организации процесса физического воспитания учащихся, при которой был бы возможен недифференцированный подход к освоению учащимися физической культуры и вместе с тем открывалась бы реальная перспектива их эффективного физического совершенствования в согласии с индивидуальными потребностями и уровнем притязаний каждого ученика.

## Глава II. Методы и организации исследования.

- Какое же отношение учащихся к урокам физической культуры?
- Можно ли избавиться от существующих проблем?

Чтобы ответить на эти вопросы мы с психологом школы провели исследования среди учащихся 5-9 классов (наблюдения, анкетирования, эксперимент, беседа с учащимися и учителями).

### Анкетирование

В анкетировании приняли участие 414 учащихся школы. Ответили на вопросы:

- Кто любит уроки физической культуры? да – 407, нет – 7 учеников.
- Какой учебный предмет важнее? 56% учащихся ставят физическую культуру на первое место.

### Выводы:

1. По данным анкетирования видно, что дети любят уроки физической культуры.
2. Больше половины учащихся считают, что укрепление здоровья важнее. Если детям нравятся уроки физической культуры, то почему же у нас очень много проблем:

- с ношением спортивной формы;
- с не выполнением отдельными учащимися требований учителя;
- с низкой активностью учащихся на уроке;
- с освобожденными детьми (родители покупают справки);
- с протестующими детьми (не признают, какой-то раздел программы, не хотят заниматься против своей воли и желания);
- с прогульщиками уроков и т. д.

Во всех этих проблемах дирекция школы обвиняет учителей физической культуры, считает, что они плохо работают, не справляемся с этими проблемами, не могут заинтересовать детей. Беседуя, с учителями физкультуры других школ города выяснилось, что эти проблемы, к сожалению, существуют во всех общеобразовательных школах, хотя учителя работают все по-разному.

Исследования показали, что проблемы возникли с появлением системы образования, а именно при классно – урочной форме обучения. Учителя физической культуры говорят, что проблемы были до нас и будут и после нас, если не изменить систему образования и форму обучения.

В анкете было предложено ученикам выбрать из учебной программы по желанию виды спорта: баскетбол, волейбол, футбол, гандбол, лыжные гонки, легкая атлетика, гимнастика, чтобы уроки проходили эффективнее.

Из 414 учеников выбрали:

один вид спорта – 34 ученика;

два – 218 учеников;

три – 137 учеников;

четыре – 25 учеников;

пять, шесть и семь видов никто не выбрал.

Хотят заниматься на уроке баскетболом – 20% учащихся, волейболом – 20%, футболом – 21%, гандболом – 9%, лыжными гонками – 10%, легкой атлетикой – 8%, гимнастикой – 12%.

Результаты исследования показывают:

- программа по физической культуре представляет собой многоборье, но никто из учеников не хочет быть многоборцем;
- дети любят не все разделы учебной программы, они хотят работать по интересам, а именно заниматься своим любимым видом спорта;
- требования учебной программы порождают протестующих учеников, они не хотят заниматься теми разделами, которые им не нравятся, и невольно возникают конфликты между учителем и учеником;
- падает уважение к учителю, который строго придерживается учебной программы;
- дети любят свою физкультуру.

## **Какое же состояние преподавания физической культуры в нашей школе?**

Нами проведены исследования и наблюдения за активностью учащихся на уроках физической культуры.

Результаты исследования показали:

- 16% учащихся проявляют активность на уроке и усваивают учебный материал;
- 58% слабо активные, не усваивают материал;
- 26% неактивные (освобожденные и протестующие, которым не нравится какой – то раздел учебной программы).

В итоге 84% учащихся не проявляют интерес к урокам физической культуры, так как учитель предлагает упражнения по разделу учебной программы, которые им не нравятся, и работают на уроке без желания, против своей воли, вследствие чего уроки неэффективны и мало результативны. Начиная с 5-ого класса, ежегодно растет процент слабоактивных и неактивных детей на занятиях.

Мы с учителями физической культуры, задались вопросом: **«Как улучшить состояние преподавания уроков физической культуры? Как поднять активность учащихся на уроке и качество усвоения учебного материала?»**

Для решения этих вопросов разработали авторскую программу по физической культуре с учетом приоритетов личности ученика, где указали главную причину низкого образования – это несоответствие **классной формы** организации обучения современным требованиям к его качеству и эффективности. Классная форма имеет следующие **противоречия**:

- не учитывает приоритеты личности ученика, его мотиваций, интересов, его права на самореализацию в том, к чему у него есть и задатки, и способности, и наибольшие шансы на успех;
- педагогические отношения строятся, в основном, через подчинения, а не через сотрудничество;
- невозможно дать полноценный объем, интенсивность физических нагрузок на уроке, потому что календарный возраст не совпадает с биологическим,

что замедляет развитие физических качеств и способностей у учащихся;

- низкая физическая нагрузка на уроке не может обеспечить процессы адаптации организма к физическим нагрузкам;
- порождение среди учащихся протестующих, которые не хотят выполнять упражнения против своей воли, что вызывает конфликты между учениками и учителем.

Для преодоления этих противоречий и для повышения эффективности преподавания уроков физической культуры в авторской программе предлагается **групповая форма** организации обучения на уроках физической культуры. Путем разделения класса по выбору учащихся, по их задаткам и интересам, на группы футболистов, волейболистов, баскетболистов, акробатов, теннисистов и легкоатлетов для углубленного изучения выбранного ими вида спорта можно повысить активность учащихся на уроках физической культуры, так как групповая форма занятий способствует преодолению единообразия, создает динамизм и многовариативность педагогического процесса. Такая форма организации процесса физического воспитания обеспечивает большие возможности для освоения каждым ценностей физической культуры и спорта в соответствии с его задатками, способностями, личностными установками и потребностями, интересами, уровнем физического развития и подготовленности.

Авторская программа предлагает учащимся разделения класса до шести групп. Учащихся 8-9 классов выбрали по два вида спорта и разделились на две группы, а 5-6-7 классы на три группы. Для освоения базовых основ физической культуры отводится место, куда группы приглашаются по очереди для выполнения содержания базовой части. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе. Базовый компонент учебной программы составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры. Учебные занятия по групповой форме обучения организовываются по такому структурному плану:



**Структурный план учебного занятия  
по групповой форме**

**Подготовительная часть урока 12 минут**

1. Объявление цели и задач урока
2. Общая разминка - 8 минут
3. Специальная разминка в группах - 4 минуты

**Основная часть урока в группах 28 минут**

1. Овладение двигательными умениями, приёмами и действиями и их совершенствование - 12 минут
2. Формирование умений действовать в сложных условиях, применяя усвоенные навыки - 10 минут
3. Развитие физических, специальных и психологических качеств - 5 минут

**Заключительная часть урока 5 минут**

1. Восстановление организма
2. Общее построение в одну шеренгу
3. Подведение итогов урока
4. Домашнее задание для самостоятельных занятий

**Схема расположения групп  
в спортивном зале размером 24x24 м.**

Группа баскетболистов		Группа футболистов	
Группа акробатов		Группа волейболистов	
Группа л/атлетов на трена- жёре	Группа теннисистов		

### Глава III. Результаты эксперимента.

Весь учебный год проводили эксперимент по групповой форме с учетом приоритетов личности ученика в 7-8 классах, а, именно, занятия по интересам. В результате эксперимента активность учащихся на уроке повысилась почти на 100% и даже способствует появлению желания заниматься на уроке своим любимым видом спорта у освобожденных детей. Предлагаемая форма обучения снимает многие из наболевших проблем физического воспитания:

- дети перестали спрашивать: «А что мы будем делать на уроке?». Теперь учащиеся знают, что они будут заниматься своим любимым видом спорта;
- многие ученики стали относиться ответственнее к урокам физической культуры. Покупают соответствующую форму, одежду и обувь. Некоторые дети приходят на урок со своим инвентарем (более качественным);
- в каждой группе есть лидер, который задаёт темп в интенсивности и объём физических нагрузок. Дети не хотят уступать лидеру в технической, тактической и физической подготовке;
- повысилась физическая нагрузка на уроке, что может обеспечить процессы адаптации организма к физическим нагрузкам;
- повысился интерес у учащихся к урокам физической культуры, стал решаться вопрос с прогульщиками, они не хотели заниматься теми разделами учебной программы, которые им не нравились;
- дети перестали конфликтовать с учителем, теперь отношение учителя с учениками строится только через сотрудничество.

Групповая форма занятий развивает у учащихся профессионализм, глубже стали изучать выбранный им вид спорта. Просматривают по телевизору и записывают на видеокассету игры лиги чемпионов, НБА, регулярный чемпионат, играют в мультимедийные программы, где хорошо отражаются технико-тактические варианты в нападении и защите. Многие дети стали заниматься дополнительно в спортивных секциях. Выросли результаты по сдаче учебных нормативов и тестов. При такой форме обучения резко повысилось качество усвоения учебного материала и уровень мастерства.

### **Пересмотр целевых установок и задач физического воспитания учащихся в МБОУ Гимназия №3.**

На основании полученных результатов эксперимента решили пересмотреть цели и задачи физического воспитания учащихся в своей школе.

Развитие физической культуры видится на путях переосмысления ее сущности, цели, содержания и организации. Центральной идеей развития физической культуры в МБОУ Гимназия №3 является перевод ее от акцента на физическую подготовку, телесное развитие к формированию культуры здоровья, воспитанию здорового образа жизни средствами и методами физической культуры. Основное средство достижения этой цели – овладение учащимися основами личной физической культуры, под которой понимается органическое единство знаний, потребностей и мотивов, оптимальный уровень здоровья, физического развития, разностороннее развитие двигательных способностей, умение осуществлять собственную двигательную, физкультурно – оздоровительную и спортивную деятельность. При этом наряду с решением традиционных задач по формированию знаний, двигательных умений и навыков, развитием кондиций и координационных способностей, укреплением здоровья, несравненно целенаправленнее следует вести работу по воспитанию ценностных ориентаций. А также физического и духовного развития личности, здорового образа жизни, формированию потребностей и мотивов к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, формированием гуманизма, радости и опыта общения, развитию волевых и нравственных качеств.

### **Основные идеи и принципы развития физической культуры в МБОУ Гимназия №3.**

Развитие системы физической культуры можно лишь на пути перехода ее к развивающей и развивающейся, открыто *демократичной, многообразной, гуманистической физической культуре*, в которой высшей ценностью является ученик с его индивидуальными особенностями. В основе принципов развития физической культуры лежат идеи развития, личностного деятельностного подходов оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса на основе применения современных психо –

педагогических и психофизиологических теорий обучения, воспитания и развития личности. Они снимают многие из наболевших проблем физического воспитания, в частности новаторства, создают динамизм и многовариативность педагогического процесса.

Гарантией необратимости развития физического воспитания является ее демократизация, проявляющаяся в преодолении единообразия содержания, форм и методов физического воспитания, раскрытия их многообразия, вариативности. Это изменение сути педагогических отношений, переход от подчинения к сотрудничеству.

В педагогическом процессе демократизация выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей. Педагогический процесс строится на основе использования широких и гибких методов средств обучения, для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей.

### **Вариативный компонент.**

В российском образовании провозглашен сегодня принцип вариативности, который дает возможность педагогическим коллективам учебных заведений выбирать и конструировать педагогический процесс по любой модели, включая авторские. В этом направлении идет и прогресс образования:

Сочетание *базовой и вариативной* частей содержания физического воспитания позволит снять существующее противоречие общества и индивида, повысить значение физической культуры в воспитании привычек здорового образа жизни и более полно удовлетворит потребности в самопознании и самосовершенствовании.

*Одним из основных противоречий современной педагогики, в том числе и методике физического воспитания школьников, является несоответствие классной формы организации обучения современным требованиям к его качеству и эффективности. Суть этого противоречия состоит не только в формальном объединении в один коллектив разных по уровню знаний, подготовленности, общим интеллектуальным и физическим*

способностям по уровню ментальной и психологической зрелости детей, сколько в несоответствии такой формы декларируемым приоритетам личности ребенка, его мотиваций, интересов, индивидуальных особенностей самого разного порядка. Наконец, его права на самореализацию в том, к чему у него есть и задатки, и способности, и наибольшие шансы на успех.

В МБОУ Гимназия №3 нужно создать наиболее благоприятные условия для развития ребенка в школе. Очень многие знают о том, как это делать, но существующая классная форма занятий изначально «загоняет» детей в «прокрустово ложе» одной для всех программы, одних для всех нормативов и одного для многих результата – всех всему научили понемногу, все что –нибудь и как –нибудь знают и умеют.

Сущность организации спортивно-ориентированной версии физического воспитания детей и подростков, прежде всего в том, чтобы создать условия для преодоления этого противоречия. Предложить такую новую форму организации физического воспитания учащихся МБОУ Гимназия №3, при которой был бы, возможен недифференцированный подход к освоению учащимися физической культуры и вместе с тем открывалась бы, реальная перспектива их эффективного физического совершенствования в согласии с индивидуальными потребностями и уровнем притязаний каждого ученика.

В связи с этим можно сформулировать *первый принцип организации работы по программе* «Концепция развития физического воспитания и спорта» - форма организации процесса физического воспитания учащихся должна обеспечивать, как можно большие возможности для освоения каждым ценностей физической культуры и спорта в соответствии с его задатками, способностями, личностными установками и потребностями, интересами, уровнем физического развития и подготовленности.

*Второй общий принцип организации работы по программе* «Концепция развития физического воспитания и спорта в МБОУ Гимназия №3» может быть сформулирован как принцип обязательности использования технологий спортивной, обще кондиционной и оздоровительной тренировки при организации физической и спортивной подготовки учащихся, их физкультурного и спортивного воспитания.

Известно, что успешность в развитии физических качеств школьника и его координационных способностей во многом определяется тем, насколько тренирующие воздействия совпадают с характером динамики возрастного развития элементов и структур его потенциала. Для нее характерны ускорения и замедления в развитии двигательных качеств и способностей, функциональных морфологических систем организма ребенка. Поэтому при реализации программы необходимо постоянно учитывать особенности развития ребенка в каждом из сенситивных периодов.

В этой связи становится понятной необходимость такой формы организации учебного процесса по физическому воспитанию, которая обеспечивала бы возможность развития процессов адаптации к физическим нагрузкам, дифференцированным в соответствии с сенситивными периодами, индивидуальными и типологическими особенностями занимающихся, их установками, мотивами, интересами к тому или иному виду спортивной и физкультурной деятельности. Школьный класс не может претендовать на соответствия этим требованиям и условиям. Прежде всего, потому, что эта форма организации учебного процесса предусматривает только соответствие учеников одному и тому же календарному возрасту, как правило, не совпадающему с биологическим, со всеми вытекающими отсюда последствиями.

Поэтому, по крайней мере, в том, что касается создания более или менее однородных общностей учащихся по вышеупомянутым признакам, представляется целесообразным объединить близких по интересу в сфере физкультурной, спортивной или оздоровительной деятельности по потребностям и уровням притязаний учащихся. А также по потенциальным перспективам их физического совершенствования в *отдельные коллективы группы занимающихся* по обновленной программе физического воспитания.

*Третьим общим принципом организации работы по программе «Концепция развития физического воспитания и спорта в МБОУ Гимназия №3» является принцип объединения учащихся в учебно-тренировочные группы занимающихся по видам спорта.* Для преодоления противоречий и для

повышения эффективности преподавания уроков физической культуры разработали *авторскую программу по групповой форме обучения с учетом приоритетов личности ученика*. Путем разделения класса по выбору учащихся, по их задаткам и интересам, на группы *футболистов, волейболистов, баскетболистов, акробатов, теннисистов и легкоатлетов* для углубленного изучения выбранного ими вида спорта можно повысить активность учащихся на уроках физической культуры, так как групповая форма занятий способствует преодолению единообразия, создает динамизм и многовариативность педагогического процесса. Такая форма организации процесса физического воспитания обеспечивает большие возможности для освоения каждым ценностей физической культуры и спорта в соответствии с его задатками, способностями, личностными установками и потребностями, интересами, уровнем физического развития и подготовленности.

## Литература

1. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы, «Просвещение», Москва, 2005.
2. Литвинов Е.Н., Виленский М.Я., Туркунов Б.И. Программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, основанной на одном из видов спорта (баскетбол), Москва, «Просвещение», 1996.
3. Абзалов Р.А., Ярмакеев И. Э., Хурамшин И.Г., Лопатин Л.А. Физическая культура, Программа для средних общеобразовательных учреждений, Казань, 2005.
4. Хайрутдинов С.С. Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы на основе разноуровневого подхода и использования педагогической диагностики, Казань, 2002.
5. Абзалов Р.А. Региональная программа физической культуры с ориентированным изучением спортивных игр: для основной школы, Казань, 2005.
6. Должников И.И. Планирование содержания уроков физической культуры, 1-11 классы, «Школа – пресс», «Физическая культура в школе», № 4, Москва, 1997.
7. Паршикова А.Т., Кузина В.В., Вилинского М.Я. Физическая культура. Учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура», Москва, 2003.
8. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта, 3-е издание, Москва, 2004.
9. Абзалов Р.А. Физическая культура. Учебное пособие для учащихся средних общеобразовательных учреждений, Казань, 2005.
10. Яруллин Р.Х., Абзалов Р.А. Физическая культура. Учебное пособие для учащихся 5-11 классов общеобразовательных учреждений, Казань, 2001.