

Учет индивидуальных особенностей организма девочек при раздельном обучении на уроках физического воспитания

*Магдиев И.Р., учитель физической культуры
высшей кв. кат. МБОУ «Гимназия №12 с
татарским языком обучения» Вахитовского
района г. Казани*

Я имею опыт работы в образовательных учреждениях раздельного обучения мальчиков и девочек: лицей №30 (для мальчиков) и гимназия №12 (для девочек), поэтому исходя из наблюдений и результатов обучения могу поделиться опытом учета индивидуальных особенностей организма девочек при раздельном обучении на уроках физического воспитания.

Все дети развиваются по-разному. И уже к году различия в развитии психики мальчиков и девочек достигают такого высокого уровня, что проявляются в поведении в такой сложной деятельности, как игра. А это значит, что у них по-разному организованы психологические процессы, по-разному функционирует мозг – такой важнейший человеческий орган, от развития которого зависит, каким станет ребенок, каков будет его интеллект, насколько будет богата его эмоциональная сфера, хорошая будет ли у него память, какие особенности мышления будут ему присущи.

Девочки и рождаются более зрелыми на 3–4 недели, а к периоду половой зрелости эта разница достигает примерно двух лет. Тогда в начальной школе мальчики как бы младше девочек по своему биологическому возрасту на целый год. Физиологическая сторона восприятия несколько различается у мальчиков и у девочек. Игры девочек опираются на ближнее зрение: они раскладывают перед собой свои «богатства» – кукол, тряпочки – и играют в ограниченном пространстве, им достаточно маленького уголка. Игры мальчиков чаще опираются на дальнее зрение: они бегают друг за другом, бросают предметы в цель и т. д. И используют при этом все предоставленное им пространство.

Кроме того, показано, что мальчикам, в отличие от девочек, для их полноценного физического развития требуется большее пространство, чем девочкам. Если пространство мало в горизонтальной плоскости, то они осваивают вертикальную: лазают по лестницам, забираются на шкаф.

Специалисты отмечают, что время, необходимое для вхождения в урок – период вработываемости, у детей зависит от пола. Девочки обычно после начала занятий быстро набирают оптимальный уровень работоспособности. Учителю нужно строить урок таким образом, чтобы самая трудная часть материала пришлась на пик работоспособности. Мальчики же раскачиваются долго, поэтому именно ближе к концу урока надо дать им ключевой для урока материал.

Мальчики и девочки развиваются по-разному - у них разные интересы, игры, пристрастия. Поэтому учить ребят лучше порознь, учитывая физические возможности, период полового созревания и психологию восприятия. Действительно, в биологическом и психологическом развитии мальчики отстают от девочек на два года, поэтому в начальной школе обычно хуже учатся. Успеваемость девочек выше, их чаще хвалят учителя - и это может подавить у «сильной половины» класса стремление хорошо учиться. Кроме того, необходимо

использовать и разные приемы преподавания! К примеру, учителям рекомендуют, например, осторожно проводить соревнования в классе для девочек, потому что они более эмоциональны и порой очень остро реагируют на неудачу, а мальчишек, наоборот, соперничество может подстегнуть, заставить быстрее думать, искать правильный ответ.

Мы пришли к важному выводу: мальчики и девочки – это два разных мира. Мальчика и девочку ни в коем случае нельзя воспитывать одинаково. Они по-разному смотрят и видят, слушают и слышат. По-разному говорят и молчат, чувствуют и переживают. Поэтому нужно организовать учебный процесс по физической культуре с учетом психологических и физиологических особенностей мальчиков и девочек.

Раздельное обучение при организации урока дает следующие преимущества:

- Учет всех психических и физиологических особенностей детей разного пола.
- Отсутствует острая конкуренция, так как на каждом уроке занимаются учащиеся одного пола.
- Конкретная работа по программе или для девочек, или для мальчиков (внимание преподавателя не рассеивается на две разнополюные группы, работающие по разным программам, например по гимнастике).
- Дозирование нагрузок, подбор упражнений и игр, наиболее полно отражающий разный уровень физического развития и психического состояния мальчиков и девочек.
- Отсутствие стеснительности и ощущения неловкости при выполнении определенных упражнений, так как во время выполнения последних отсутствуют представители противоположного пола.

Все это позволяет решать общеобразовательные и воспитательные задачи на более высоком качественном уровне. На таких уроках значительно выше дисциплина, потому что решение поставленных двигательных задач (при отсутствии отвлекающих факторов) становится основным мотивом для занимающихся.

Раздельное обучение на уроках физкультуры ориентировано в большей степени на средних и слабых учеников, которые чувствуют себя более комфортно (особенно на обучающих уроках) при небольшом внимании окружающих к своей личности. Отсутствие скованности помогает учащимся быстрее освоить сложный элемент или выполнить трудное упражнение. Это дает возможность усилить контроль над всеми учениками. Постепенно происходит относительное выравнивание уровня физической подготовленности в классе. Сильные школьники найдут себя на дополнительных занятиях, в спортивных секциях. Основная задача школьной физкультуры – дать хорошее общее физическое развитие каждому, привить желание заниматься физическими упражнениями в любом возрасте, полюбить здоровый образ жизни. Именно раздельное обучение на уроках физической культуры с раннего школьного возраста позволяет упростить решение многих этих проблем.

В педагогическом сообществе с каждым годом прибавляется число сторонников раздельного обучения. Среди сторонников раздельного обучения – врачи, психологи, генетики, педагоги. Гендерное (раздельное) обучение предполагает прежде всего применение здоровьесберегающих технологий.

Гендерное обучение позволяет регулировать нагрузку в зависимости от пола, чтобы, с одной стороны, добиться хороших результатов в учебе, а с другой –

избежать переутомления. По мнению педагогов, отдельное обучение целесообразно начинать с 1 - го класса - тогда дети лучше адаптируются к учебному процессу.

Основную задачу обучения, отвечающую требованиям времени, я вижу в воспитании гармоничной, развитой в интеллектуальном и личностном плане, творчески и нестандартно мыслящей, владеющей необходимой суммой базовых знаний, умений и навыков, способной и стремящейся к саморазвитию и самоактуализации, психологически и физически здоровой личности учащихся, что возможно в индивидуализации обучения и воспитания с учетом половых психофизиологических и личностных особенностей учащихся.

Одинаковые для мальчиков и девочек упражнения выполняются с разной дозировкой и в разных упрощенных для девочек условиях. Нагрузка дозируется с учетом индивидуальных данных каждого учащегося. Для девочек рекомендуется использовать различные виды аэробики и упражнения, выполняемые под музыку.

Таким образом, выполняются задачи физического воспитания:

- содействовать укреплению здоровья и нормальному физическому развитию;
- способствовать развитию двигательных качеств: быстроты, скоростно-силовых, мышечной силы, выносливости и подвижности в суставах;
- закреплять навык правильной осанки при передвижениях и в статических позах;
- формировать рациональные и сложные жизненно-прикладные, а также спортивные виды движений в игровой и соревновательной обстановке;
- обучать основам техники выполнения отдельных упражнений гимнастики, легкой атлетики, плавания, лыжного и конькобежного спорта, спортивных игр (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол);
- ознакомить с основами самоконтроля и дозирования нагрузки по ЧСС во время занятий физическими упражнениями

Содержание уроков, дозирование нагрузок и оценка физической подготовленности дифференцируются в зависимости от пола.