

Использование современных образовательных технологий в преподавании физической культуры

Современные образовательные технологии на уроках физической культуры

На сегодняшний день характерной чертой современной концепции физического воспитания является смещение акцента в сторону повышения образовательной направленности, как определяющего условия успешного формирования физической культуры личности школьника. Моя педагогическая деятельность направлена на комплексный подход преподавания физической культуры, так как считаю её важнейшим и эффективным средством не только физического, но и интеллектуального, нравственного, эстетического развития. Решая задачи физического воспитания, я ориентирую свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Учю школьников способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий. Конечно, одни только традиционные технологии уже не могут, в полной мере, помочь мне максимально реализовать поставленные цели и задачи. И я обратилась к современным образовательным технологиям. Использование широкого спектра современных педагогических технологий дает мне возможность продуктивно использовать как учебное, так и внеурочное время и добиваться высоких результатов обученности учащихся. Важнейшее требование современного урока – обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств. Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для обучающихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика по физической культуре. А учащемуся с высоким уровнем неинтересно на уроке, рассчитанном на среднего ученика. Помимо этого обучающиеся физической культуре делятся на основную, подготовительную и специальную группы. Поэтому и необходимо дифференцирование и задач, и содержания, и темпа освоения программного материала, и оценки достижений. Исходя из всего перечисленного, я остановилась на технологии дифференцированного физкультурного образования.

Технология дифференцированного физкультурного образования

Под дифференцированным физкультурным образованием понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. ТДФО – это способ реализации содержания дифференцированного физкультурного образования посредством системы средств,

методов и организационных форм, обеспечивающий эффективное достижение цели образования. Содержание ТДФО – это совокупность педагогических технологий дифференцированного обучения двигательным действиям, развития физических качеств, формирования знаний, методических умений, технологий управления образовательным процессом, обеспечивающих достижение физического совершенства. Я хочу рассказать, как использую данную технологию на своих уроках.

Обучение двигательным действиям

Обучение провожу целостным методом с последующей дифференциацией (выделяю детали техники и разделяю их по сложности) и затем интеграцией этих частей разными способами в зависимости от уровня технической подготовленности обучающихся, с целью более качественного выполнения упражнения. Обучение двигательным действиям предусматривает возможность выбора операций для решения тех или иных двигательных задач. В этом случае каждый обучаемый может освоить двигательное действие в предпочтительном для себя составе операций, что станет основой для формирования его индивидуального, самого эффективного, стиля деятельности. Так, например, при закреплении учебного материала, я условно делю детей в классе на группы, в зависимости от подготовленности. Одной группе даю подготовительные или подводящие упражнения в облегчённых условиях, другой – усложнённые подводящие упражнения, третьей – действие в целом, но в облегчённом варианте и т.д. Обучающиеся сильных групп, внутри класса, осваивают учебный материал в среднем на два урока быстрее средних и слабых учеников, поэтому обучение двигательному действию заканчивается для них выполнением изучаемого упражнения в соревновательных условиях, а учащиеся слабых и средних групп продолжают выполнять упражнение по частям или многократно повторяют его в стандартных условиях. Бывает и так, что для школьников, подготовленных наиболее слабо, этапа совершенствования вообще не бывает, так как они не достаточно хорошо освоили учебный материал. Например, ученики не могут освоить передачу мяча в волейболе, и поэтому они не могут полноценно проявить себя в учебной игре, и в то время, когда весь класс играет, эти ребята отрабатывают это упражнения в парах. На занятиях по гимнастике я разрешаю хорошо подготовленным детям добавлять в комбинации свои элементы, в опорном прыжке изменять высоту снаряда, тогда как менее подготовленные работают в стандартных условиях. Обязательно провожу индивидуальную работу с обучающимися, у которых не получается выполнение того или иного двигательного действия. Эти дети получают индивидуальные задания, как на уроке, так и для домашнего выполнения.

Развитие физических качеств

Дифференцированное развитие физических качеств, в группах разной подготовленности осуществляю с использованием как одинаковых, так и разных средств и методов, но величина нагрузки всегда планируется разная. В результате чего уровень физической подготовленности обучающихся существенно улучшается по сравнению с исходным уровнем. В более слабых группах дети раньше заканчивают выполнение заданий, у них остаётся больше времени на отдых и восстановление. Для обучающихся, имеющих недостаточный уровень физической подготовленности, использую карточки с индивидуальными заданиями (с указанием упражнений, последовательности их выполнения, дозировки). Так, на уроках по лыжной подготовке, на этапе усвоения и закрепления навыков передвижения по лыжне, некоторые обучающиеся, имеющие недостаточный уровень физической подготовленности, проходят 2 км, тогда как обучающиеся с высоким уровнем физической подготовленности (почти 70% класса) – 5 км. В заключительной части урока класс объединяется, все ученики выполняют одинаковые упражнения, играют. Формирование знаний и методических умений школьников по организации самостоятельных занятий физическими упражнениями. Технология дифференцированного формирования знаний и методических умений предполагает:

выявление уровней обученности школьников с помощью диагностических тестов (служит основанием для деления учащихся на группы разной подготовленности) деление задач изучения темы по уровням обученности школьников и группам разной подготовленности деление содержания программы. Обучающимся предлагаю задания разные по сложности, содержанию, объёму. Это могут быть: небольшие сообщения, более развёрнутые доклады, рефераты, проектная деятельность (презентации), составление комплекса разминки и т.д. В ходе выполнения упражнений я знакомлю учащихся с тем, на что влияет то или иное физическое упражнение (осанка, сила, ловкость и т.д.), обращаю внимание на технику выполнения и технику безопасности при выполнении упражнений, даю общий анализ выполнения упражнения и обращаю внимание на технические ошибки. Ежеурочно провожу инструктаж по правилам техники безопасности на занятиях и по правилам поведения. Дифференцированное выставление отметки по физической и технической подготовленности обучающихся. При оценке физической подготовленности учитываю как максимальный результат, так и прирост результата. Причем индивидуальные достижения имеют приоритетное значение. При выставлении отметки по физической культуре учитываю и теоретические знания, и технику выполнения двигательного действия, и прилежание, и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. Широко применяю методы поощрения, словесные одобрения. Одних детей надо убедить в собственных возможностях, успокоить, приободрить; других – сдерживать от излишнего рвения; третьих – заинтересовать. Всё это формирует у школьников

положительное отношение к исполнению заданий, создаёт основу для общественной активности. Временно освобождённые дети и обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к специальной медицинской группе присутствуют на уроках: помогают в подготовке инвентаря, судействе, знакомятся с теоретическими сведениями, с техникой выполнения двигательных действий. Для обучающихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, занятия проводятся отдельно, во внеурочное время, они выполняют упражнения рекомендованные врачом. Данную работу также оцениваю. Постоянно ориентирую сильных детей на то, что они должны помогать слабым, предлагаю им шефство над более слабым товарищем.

Всесторонне изучение школьника, сопоставление различных данных позволяет мне выявить причины отставания детей, установить главные из этих причин и осуществить педагогическое воздействие, основанное на методике дифференцированного обучения. Обеспечение дифференцированного подхода к обучающимся с учётом их физического развития и двигательной подготовленности; достижение высокой моторной плотности, динамичности, эмоциональности, образовательной и инструктивной направленности уроков; формирование у обучающихся навыков и умений самостоятельных занятий физическими упражнениями – всё это важнейшие черты моего современного урока физической культуры.

Информационно-коммуникативные технологии

Информатизация системы образования – одно из приоритетных направлений модернизации образования. Богатейшие возможности для этого предоставляют современные информационные компьютерные технологии. Сегодня компьютерная грамотность учителя и ученика достаточна для того, чтобы свободно работать на персональном компьютере и получать необходимую дополнительную информацию из различных источников. Благодаря тому, что в Татарстане действует проект «Электронное образование в Республике Татарстан», у меня, как у учителя, есть всё необходимое для использования в своей работе ИКТ. Это позволяет мне в процессе обучения, как в урочной, так и внеурочной деятельности, широко применять цифровые образовательные и Интернет-ресурсы, а именно: в качестве подготовки рабочих программ, поурочных планов, дидактических материалов (тестовые задания), различных докладов, методических разработок, использование электронных учебников и образовательных ресурсов на электронных носителях в качестве наглядных пособий, с их иллюстративными, анимационными возможностями, использование программных ресурсов для создания собственных учебных пособий к урокам с помощью программ: Microsoft Word, Microsoft Power Point, Microsoft Excel, Adobe Photoshop, Adobe Premier, на этапе повторения пройденного материала, использование возможности компьютерного

тестирования, использование Интернет-ресурсов, для создания собственных учительских презентаций к урокам в качестве наглядности, использование сети Интернет для активного поиска необходимой информации, для участия в дистанционных олимпиадах, конференциях через сеть Интернет,

использование учащимися для подготовки домашнего задания, для общения с коллегами и обмена опытом в сетевых сообществах.

Я активно участвую в работе сообществ учителей физической культуры: «Инновационная физкультура», «Методическая помощь учителю физкультуры. Презентации к урокам», являюсь автором сообщества «Методическая копилка», где делюсь своими разработками; работаю над пополнением сайта лицея; участвую со своими учениками в Интернет-конкурсах, интернет педсоветах; эффективно использую цифровые предметно-методические материалы, предоставленные в рамках Общероссийского проекта «Школа цифрового века». Так, например, применение ИКТ с использованием межпредметных связей в процессе преподавания физической культуры помогает мне подготовить интересные уроки, а учащимся более полно и глубоко осмысливать изучаемый материал. На уроке теории в 6 классе по теме: «История Олимпийских игр» прослеживается связь с рядом предметов. Цель данного урока – создать общее представление об Олимпийских играх, способствовать эстетическому отношению к искусству, воспитывать чувство патриотизма. Так как урок спланирован с применением ИКТ, учащиеся могут увидеть всё, о чём я рассказываю. Теоретический материал воспринимается лучше, когда идёт ещё и зрительное восприятие информации. Рассказывая об истории зарождения физической культуры или Олимпийских играх, прошу ребят вспомнить историю Древнего мира. А так как урок проходит под музыку Моцарта, Бетховена, Паганини провожу связь с уроками музыки, на которых дети изучают биографию известных композиторов и их произведения. При изучении того или иного двигательного действия, я всегда рассказываю о работе мышц, работе систем дыхания и кровообращения при их выполнении. Также провожу беседы о роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении конкретного действия. Здесь ученикам не обойтись без знаний, полученных на уроках биологии, химии. Такие уроки очень нравятся детям. Многие после занятий идут в библиотеки, другие – в спортивные секции. Кто-то идёт на дополнительные занятия в кабинет информатики, ведь так здорово быть с компьютером на «ты».

В настоящее время вся учительская документация мною разработана в электронном виде. А именно, документация учителя-предметника, классного руководителя, документация по физкультурно-оздоровительной и спортивной работе. Ежедневно выхожу в «Электронное образование РТ», на уроках активно использую для объяснения учебного материала разработки из сообществ, но всё-таки, большее внимание уделяю созданию собственных презентаций, требую того

же и от учащихся. Считаю, что использование Интернет-ресурсов повышает уровень проведения занятий, качество знаний учащихся и их мотивацию к обучению. Так, например, анкетирование учащихся 6-7 классов, показало, что детям очень нравятся, а главное запоминаются уроки и внеклассные мероприятия, на которых я использую ИКТ. Учитывая образовательный интерес детей, моя задача сделать компьютер источником, средством и методом обучения. Важно отметить и тот факт, что я не забываю использовать на уроках и методики устного опроса, как условия развития устной и письменной речи учащихся. Одним словом, полагаю, что учитель должен сочетать в своей педагогической практике инновационные технологии и традиционные. Это позволяет устранить все те риски, которые возникают при использовании информационных технологий.

Здоровьесберегающие технологии

Учитель физической культуры – профессия особенная. Избрав её, педагог становится в ответе за здоровье детей, их физическое, психическое, нравственное и социальное развитие. Поэтому важное место в своей деятельности я отвожу здоровьесберегающим технологиям, цель которых, обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Здоровьесберегающие образовательные технологии являются самыми значимыми из всех технологий, по степени влияния на здоровье учащихся, так как основаны на возрастных особенностях познавательной деятельности детей, оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок, обучении в малых группах, использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации. Педагогическая технология здоровьесбережения в моей деятельности включает в себя: знакомство с результатами медицинских осмотров детей; их учёт в учебно-воспитательной работе; помощь родителям в построении здоровой жизнедеятельности учащихся и семьи в целом; создание условий для заинтересованного отношения к учёбе. Одним из главных направлений здоровьесбережения считаю создание здорового психологического климата на уроках. Так, ситуация успеха способствует формированию положительной мотивации к процессу обучения в целом, тем самым снижая эмоциональную напряженность, улучшая комфортность взаимоотношений всех участников образовательного процесса. На своих уроках уделяю внимание организации здоровьесберегающих факторов. Контрольные испытания, задания, тестирование дают мне исходную (и текущую) информацию для разработки индивидуальных заданий, суть которых – учащийся должен в каждый очередной период времени продвинуться дальше, что и подтвердит следующее тестирование. Если этого не произошло, то я вношу в индивидуальные задания соответствующие коррективы. Принципиально важно, чтобы при этом учащийся не сравнивался с другими, а сравнивался с самим собой: я сегодня стал лучше, чем вчера, а завтра постараюсь

стать лучше, чем сегодня. Для этого задания делаю реальными и стимулирую учащихся к активной работе. Во время урока я чередую различные виды учебной деятельности; использую методы, способствующие активизации инициативы и творческого самовыражения моих учеников. Большое значение, как я говорила выше, имеет и эмоциональный климат на уроке: «хороший смех дарит здоровье», мажорность урока, эмоциональная мотивация в начале урока, создание ситуации успеха. И, конечно же, при выборе форм, содержания и методов работы я учитываю возраст, пол учащихся, состояние здоровья, уровень их развития и подготовленности. На своих занятиях обеспечиваю необходимые условия в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами (освещение, характеристика воздуха, температурный режим). Занятия провожу преимущественно на свежем воздухе.

Эффективным методом формирования грамотной заботы о своем здоровье считаю внеклассные проекты, разрабатываемые моими учащимися. Старшеклассники проводят конференции, диспуты: «СПИД – чума XXI века», «Здоровое поколение – ориентиры XXI века»; активно участвуют в муниципальных конкурсах «Здоровым быть модно!» (I место), «Театров здоровья» (III место); организуют акции «Красная ленточка», «Береги здоровье смолоду!», участвуют во Всероссийском дне бега, «Лыжне России».

Деятельностные технологии обучения. Проектная деятельность

По словам одного из разработчиков общей теории и методологии проектирования Л.Б. Переверзева, раньше можно было более или менее сносно прожить жизнь, следуя хорошо проверенным правилам, повторяя действия, уже принесшие успех ранее, опираясь на опыт и знания, накопленные предшествующими поколениями. Нужно было только заранее хорошо выучить, в чем состоят эти нормы и как их применять на практике. Сегодня ситуация изменилась кардинально. Будущему гражданину недостаточно одних только теоретических знаний – бурно развивающаяся наука приводит к их стремительному устареванию. Конкурентноспособность на рынке труда зависит от активности человека, гибкости мышления, способности к совершенствованию своих знаний и опыта. Умение успешно адаптироваться к постоянно меняющемуся миру является основой социальной успешности – вот чему должна учить школа. В своей деятельности я проявляю большой интерес к деятельностным технологиям обучения.

В начале, я использовала проект, как вид самостоятельной творческой работы учащихся (доклады, рефераты и учебные исследования). Это были работы, выполненные не всегда по правилам, но я не торопилась критически их оценивать, а вместе с детьми потихоньку шла к поставленной цели. Использование технологии проектного обучения, позволяет мне вовлечь обучающихся в самостоятельный познавательный процесс. Для ученика проект – это возможность максимального

раскрытия своего творческого потенциала. Это деятельность, которая позволяет проявить себя индивидуально и в группах, попробовать свои силы, приложить свои знания, принести пользу, показать публично достигнутый результат. Конкретно на моих уроках – это развитие познавательного интереса учащихся к физической культуре и спорту, а расширение их кругозора способствует развитию творческих способностей, навыков научно-исследовательской деятельности, межпредметных связей, в частности с такими предметами как информатика, химия, биология, история, математика. Учащиеся используют навыки владения компьютерными технологиями и знания по различным предметам для создания проектных работ, рефератов, презентаций, наглядных пособий по разделам учебной программы. Участник проекта собирает информацию по своему плану, что позволяет увидеть или оценить какой-либо процесс с разных точек зрения. Во время подготовки к защите проекта воспитанники изучают обширный материал, проводят анкетирование, выпускают газеты, буклеты, информационные листки, презентации. Совместный проект учителей физической культуры и учащихся по итогам участия во Всероссийской Спартакиаде по военно-спортивному многоборью «Призывники России-2010» был создан с целью пропаганды и агитации занятиями спортом. Первым уверенным шагом в работе по этому направлению считаю совместный проект учащихся, учителей физкультуры и Местного Благотворительного Общественного фонда развития лица: «Школа – центр физической культуры и здорового образа жизни». С данным проектом мы участвовали в конкурсе социально ориентированных некоммерческих организаций в Республике Татарстан на право получения субсидий из бюджета Республики Татарстан. Субсидию мы не получили, но опыт приобрели неоценимый.