

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ

Мартынова Анастасия, 4 курс ГБПОУ "Лукояновский педагогический колледж им.
А.М. Горького"

Руководитель: Пашанин Алексей Сергеевич, преподаватель спортивных дисциплин

Вполне очевидно, что в современном образовательном учреждении необходимо создание специальных научно обоснованных условий организации и реализации учебного процесса, особой здоровьесформирующей и здоровьесберегающей образовательной среды.

Одним из направлений в улучшении физического воспитания учащихся образовательных школ является использование дифференцированного подхода на уроках физической культуры как важного условия оптимизации процесса обучения и воспитания.

Во всех классах существуют группы сильных, слабых и средних учеников, и что между успеваемостью этих групп есть статистически значимые различия. Методика обучения на уроках физической культуры рассчитана на так называемого "среднего" ученика.

Дифференцированный подход к обучению детей в основной школе является наиболее приемлемым в реализации целей и задач, стоящих перед современным образовательным учреждением. В то же время он нуждается в дальнейшей разработке и изучении его эффективности и оптимальности. В любой системе обучения в той или иной мере присутствует дифференцированный подход, но остается неизменным одна из задач дифференциации: создание и дальнейшее развитие индивидуальности ребенка, его потенциальных возможностей; содействие различными средствами выполнению учебных программ каждым учащимся, предупреждение неуспеваемости учащихся, развитие познавательных интересов и личностных качеств[2].

Совершенствование качества обучения и воспитания напрямую зависит от уровня подготовки педагога. Чтобы учить других – педагог должен не только знать свой предмет и владеть методикой его преподавания, но и ориентироваться в различных сферах общественной жизни, быть культурным человеком в широком смысле этого слова.

В условиях современной школы необходимо осуществлять не просто индивидуальный подход к отдельным ученикам, а создавать условия для плодотворного труда целых групп учащихся, класса, располагающих равными возможностями. В связи с этим возникает потребность в классификации школьников по группам, в зависимости от их данных, для эффективной работы на уроке.

Основной целью дифференцированного обучения является создание наиболее комфортных условий для эффективного обучения личности, обеспечивающих ей достижение такого уровня освоения материала, который соответствует ее познавательным возможностям, способностям (но не ниже минимальных), а также развитие данных возможностей и способностей.

Целевые ориентации направлены на:

- обучение каждого на уровне его возможностей и способностей;
- приспособление (адаптацию) обучения к особенностям различных групп детей.

Дифференцированный подход в обучении является совокупностью определенных средств, решений, методов обучения, которые охватывают конкретный элемент учебного

процесса. Что представляет собой данный процесс?

Дифференцированный подход в обучении – это форма организации учебной деятельности, в рамках которой педагог работает с группой школьников, которая составлена с учетом наличия у них общих качеств.

Обучение проводится целостным методом с последующей дифференциацией (выделением деталей техники и "разведением" их по сложности) и затем интеграцией (объединением) этих частей разными способами в зависимости от уровня технической подготовленности учащихся с целью более качественного выполнения упражнения. Обучение двигательным действиям предусматривает возможность выбора операций для решения тех или иных двигательных задач. В этом случае каждый учащийся может освоить двигательное действие в предпочтительном для него составе операций, что станет основой для формирования индивидуального, самого эффективного, стиля деятельности. Регулировать различный темп обучения важно с помощью дифференциации практических методов обучения: каждое двигательное действие заканчивается (для сильных групп) выполнением изучаемого упражнения в соревновательных условиях, а для учащихся слабых и средних групп больше времени уделяется выполнению упражнения по частям и многократному выполнению в стандартных условиях. Доказательством эффективности данного подхода в обучении двигательным действиям служит улучшение качества освоения технических элементов. В определении сложности частей техники и способах их объединения - суть дифференцированного обучения техническим действиям.

Для закрепления и совершенствования двигательных навыков и развития соответствующих координационных способностей на уроке необходимо многократно использовать специально-подготовительные упражнения, целенаправленно и часто изменять отдельные параметры движения, их сочетания, условия выполнения этих упражнений [3].

В подготовительной части урока задания выполняются всеми детьми, а для учащихся с низким уровнем подготовленности, снижается нагрузка, уменьшается время выполнения заданий, их объём, интенсивность, количество повторений, темп движения; даются более простые подводящие и подготовительные упражнения, разрешается делать более частыми и длительными паузы отдыха.

Очень эффективным в основной части урока является групповой метод работы, когда класс делится на группы в зависимости от подготовленности. Однако организация учеников в основной части может быть различной в зависимости от этапа обучения.

Первый этап – ознакомление с новым учебным материалом.

Занятие проводится одновременно со всем классом, все отделения получают одинаковое задание, например, выполнить новые упражнения, показанные учителем.

Второй этап – усвоение и закрепление учебного материала.

Рационально давать разные учебные задания каждой группе в зависимости от уровня подготовленности. Одной группе – подготовительные упражнения, выполняемые в облегчённых условиях; другой – усложнённые подводящие упражнения; третьей - действие в целом, но в облегчённом варианте и т.д. Например, при обучении передаче мяча: слабо подготовленные ученики выполняют её в парах на месте, а хорошо подготовленные - через сетку. При обучении подаче мяча: слабо подготовленные ученики выполняют её с близкого расстояния, а сильные с максимально дальнего. Так создаются оптимальные условия обучения для успешного освоения программы всеми школьниками. Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной группе выполняют посильные и рекомендованные врачами специальные задания и упражнения.

Третий этап – совершенствование двигательного действия.

Для школьников, подготовленных наиболее слабо, третьего этапа может и не быть, если они недостаточно хорошо освоили учебный материал. Эти дети продолжают работу второго этапа, хотя и несколько усложнённую. Более подготовленные дети выполняют упражнения в соревновательных условиях или изменяющихся усложнённых условиях (усложнённая подача мяча, применение отягощений, повышенная опора, различные сопротивления), а также для них увеличивается число повторений и число прохождения круга. Менее подготовленные учащиеся работают в стандартных условиях.

На уроке необходимо обязательно проводить и индивидуальную работу с учащимися. Дети, у которых не получается выполнение того или иного двигательного действия, получают индивидуальные задания, как на уроке, так и домашнее задание по данному двигательному действию. Индивидуальная работа с учениками на разных этапах урока способствует сохранению физического, нравственного и психологического состояния здоровья обучающихся [1].

Дифференцированное развитие физических качеств в группах разной подготовленности осуществляется с использованием как одинаковых, так и разных средств, и методов, но величина нагрузки всегда планируется разная, в результате чего уровень физической подготовленности учащихся существенно улучшается по сравнению с исходным уровнем. В более слабых группах дети раньше заканчивают выполнение заданий, у них остаётся больше времени для отдыха и восстановления.

Для учащихся, имеющих недостаточный уровень физической подготовленности, можно использовать карточки индивидуальных заданий с указанием упражнений, последовательности их выполнения, дозировки. Упражнения карточек-заданий соответственно с возрастом усложняются.

Обязательно контролировать физические нагрузки по частоте сердечных сокращений перед началом и после окончания занятия. Для определения функционального состояния учащихся в процессе физических нагрузок различного характера не только сравнивать величину сдвигов пульса с характером и величиной нагрузок, но и прослеживать быстроту восстановления пульса во время отдыха. Детей, у которых перед уроком ЧСС выше 80 уд/мин., и менее подготовленных детей при построении ставить на левый фланг. Для таких учащихся с помощью ограничителей можно сделать внутренний круг с меньшим радиусом, где они могут выполнять индивидуальные упражнения, упражнения на дыхание и расслабление, ходьбу, бег трусцой и т.д. (островок здоровья).

При проведении упражнений в игровой или в соревновательной форме слабые ученики распределяются по всем командам, и часть упражнений проводится при замене этих игроков.

В заключительной части урока класс объединяется в одну группу, все ученики выполняют одинаковые упражнения. Исключения составляют те случаи, когда по расписанию урок физической культуры последний и в конце его можно провести игру большой подвижности, участие в такой игре менее подготовленных детей ограничивается.

Приступая к работе, прежде всего надо определить, с каким составом учащихся предстоит работать. В начале учебного года необходимо выявить уровень физической подготовленности (с помощью тестов) и состояние здоровья обучающихся (по данным медицинских осмотров). Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для учащихся, 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 не интересно на уроке, рассчитанном на среднего ученика. Помимо деления обучающихся на основную, подготовительную и специальную группы, почти в каждом классе условно можно разделить детей ещё на несколько групп (категорий):

- совершенно здоровые, но “тучные” дети, не желающие трудиться;
- дети, временно перешедшие в подготовительную группу из-за болезни;
- плохо физически развитые дети, которые боятся насмешек, замыкаются;
- хорошо физически развитые дети, которые могут потерять желание заниматься на уроках, если им будет очень легко и неинтересно.

Одним из основных требований, предъявляемых к учителям физической культуры, является необходимость учета индивидуальных особенностей школьников. Важнейшее требование современного урока это обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств.

Важность этой работы обуславливается тем, что ученики даже одного возраста имеют различный уровень двигательной подготовленности. В средних классах нужно учитывать, на какой стадии полового созревания находится тот или иной школьник. И конечно, следует принимать во внимание половые и возрастные различия занимающихся. А, при оценке успеваемости учащихся следует отойти от нормативного способа оценивания, когда делается акцент на выполнение обязательных для всех учебных нормативов, и перейти к личностному, когда оценивается индивидуальная работа ребенка на уроке в зависимости от его физиологических и физических способностей.

Дифференцированный подход к учащимся, несомненно, повышает мотивацию к занятиям физическими упражнениями, что в свою очередь ведет не только к повышению уровня физической подготовленности, но к пониманию необходимости тесной связи повседневной жизни с физической культурой.

Использование дифференцированного подхода на уроках облегчает процесс обучения, к намеченной цели ученик подходит с постепенным накоплением запаса двигательных и технических умений, из которых и формируется нужное действие. Разнообразие упражнений, форм и методов обучения делает уроки более интересными, а процесс обучения более эффективным. Ученики занимаются охотно, с интересом воспринимают посильные и разнообразные задания, выполняют их осознанно, испытывают удовольствие от самого процесса выполнения [3].

Обеспечение дифференцированного подхода к учащимся с учетом их физического развития и двигательной подготовленности, а также достижение высокой моторной плотности, динамичности, эмоциональности, образовательной и инструктивной направленности уроков; формирование у учащихся навыков и умений самостоятельных занятий физическими упражнениями - всё это важнейшие требования современного урока физической культуры.

Таким образом, обучение проводится целостным методом с последующей дифференциацией (выделением деталей техники и "разведением" их по сложности) и затем интеграцией (объединением) этих частей разными способами в зависимости от уровня технической подготовленности учащихся с целью более качественного выполнения упражнения. Обучение двигательным действиям предусматривает возможность выбора операций для решения тех или иных двигательных задач. В этом случае каждый учащийся может освоить двигательное действие в предпочтительном для него составе операций, что

станет основой для формирования индивидуального, самого эффективного, стиля деятельности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Лях В. И. Физическая культура. Методические рекомендации. 5-9классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. - 4-е изд. - Москва : Просвещение, 2021.

2. Полякова, М. А. Сущность дифференциации обучения / М. А. Полякова, В. Н. Хаустова, Н. А. Гладкова. – Краснодар : Новация, 2017. - С. 103-105. - URL: <https://moluch.ru/conf/ped/archive/211/11745/> (дата обращения: 28.11.2024).

3. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К.Холодов, В.С. Кузнецов. – Москва : Академия, 2020.