

Андреев Александр Борисович

учитель физической культуры

ГБОУ СОШ с. Кротково

с. Кротково, Самарская область

МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НОО

***Аннотация:** в статье рассматривается технология отслеживания физического развития и изучения динамики показателей физической подготовленности учащихся начальной школы в рамках реализации ФГОС. Автор раскрывает практический опыт мониторинга физической подготовленности учащихся в отдельности и класса в целом.*

***Ключевые слова:** качество образования, мониторинг, физическая подготовленность, двигательные тесты, входной контроль, итоговый контроль, ФГОС НОО.*

Состояние здоровья подрастающего поколения – один из показателей благополучия общества и государства. Качество образования и здоровье детей являются самыми актуальными вопросами в организации современного учебно-воспитательного процесса в школе.

Совершенно ясно, что на всех этапах жизни ребенка необходимо наблюдение, анализ, оценка и прогноз состояния физического развития, изучение динамики показателей физической подготовленности школьников.

Существует несколько определений понятия мониторинга.

Одним из компонентов мониторинга является определение уровня физической подготовленности обучающихся как средство стимулирования физического совершенствования обучающихся.

Уровень физической подготовленности учащихся определяется с помощью двигательных тестов. Рассмотрим основания выбора тестов.

1. *Челночный бег 3 x 10 м.* Тест характеризует ловкость и быстроту. Ловкость проявляется при поворотах. Быстрота проявляется в скорости перемещения.

2. *Прыжок в длину с места.* Тест характеризует скоростно-силовую подготовленность.

3. *Сгибание рук в висе (подтягивание).* Мальчики – в висе, девочки – в висе лежа. Тест характеризует силовую выносливость и абсолютную силу.

4. *6-минутный бег.* Тест характеризует выносливость.

5. *Тест на гибкость.* С помощью этого теста измеряется гибкость (комплексная характеристика), а не подвижность отдельно взятых суставов.

В нашей школе оценка уровня развития двигательных качеств обучающихся и оценка их физической подготовленности проводится два раза в учебном году.

В начале года (сентябрь – октябрь) осуществляется входной контроль – целью которого является оценка состояния здоровья, физического развития и функциональной готовности обучающихся. Итоговый контроль применяется для изучения динамики исследуемых показателей и сравнительного анализа результатов для оценки эффективности учебно-тренировочной программы, определения конечных результатов за год. Он позволяет оценить сложившуюся систему занятий, сравнить полученные результаты с планируемыми и получить данные для корректировки планирования процесса физического воспитания на очередной учебный год.

В своей практике, осуществляя педагогический процесс в 1–4 классах по программе В.И. Ляха, я пользуюсь нормативами физической подготовленности, взятыми из учебника «Физическая культура 1–4 класс». Учебник соответствует требованиям ФГОС НОО.

Результаты тестирования обрабатываются, определяя уровень физической подготовленности. Сопоставление результатов, достигнутых в начале и в конце учебного года, позволит судить об эффективности процесса обучения, росте физической подготовленности обучающихся.

Предлагаемые тесты просты, объективны, не требуют для проведения специального оборудования и доступны для каждого ребенка.

По таблице в зависимости от возраста ученика и результата по каждому тесту выставляются отметки и определяются уровни физической подготовленности: «5» – высокий; «4» – выше среднего; «3» – средний.

Оценка физической подготовленности ученика определяется как средняя из 5 тестов, определённых по таблице с учетом возраста обучающихся.

Складывая все общие отметки и разделив на количество учеников класса, мы получим оценку физической подготовленности класса.

Складывая, все общие оценки классов и разделив на классы-комплекты, получим оценку физической подготовленности учащихся начальной школы.

Уровень физической подготовленности первоклассников на начало 2016–2017 учебного года (таблица 1).

Таблица 1

Оценка физической подготовленности (по среднему баллу)						Уровень физической подготовленности
гибкость	подтягивание	Прыжок в длину	челночный бег (3 x 10)	6 минут бег	Итого	
4,2	2,5	3,0	3,2	3,4	3,26	средний

Анализируя результаты делаем вывод, что в 1 классе имеются трудности в выполнении отдельных нормативов. У детей недостаточно развиты силовые и скоростно-силовые качества. Да и такие показатели как ловкость, быстрота, общая выносливость далеки от совершенства. Таким образом, на начало 2016–2017 учебного года физическая подготовленность 1 класса соответствовала среднему уровню развития.

Проанализировав результаты состояния физического развития первоклассников на начало учебного года, мною были предприняты меры по их повышению. В планирование были введены упражнения, способствующие повышению уровня их развития. В разделе «легкая атлетика», в I четверти, учащиеся выполняли комплекс упражнений и подвижных игр на развитие ловкости, быстроты, скоростно-силовых качеств. Во II четверти, в разделе «гимнастика», подобраны упражнения на развитие силы, выносливости. В III четверти, в разделе

«подвижные игры», проводились упражнения на развитие ловкости, быстроты, выносливости.

Важное значение имеет организация и проведение «Дней здоровья», мероприятий по типу «Веселых стартов» и «Эстафет». Проведение таких праздников хорошо влияет на физическую подготовку учащихся и выполнение учебных нормативов по физкультуре в 1–4 классах.

В результате принятых мер наметились положительные сдвиги в повышении уровня физического развития учащихся. На конец учебного года уровень развития отдельных физических качеств имеет тенденцию к повышению и приближается к уровню физического развития выше среднего.

Уровень физической подготовленности первоклассников на конец 2016–2017 учебного года (таблица 2).

Таблица 2

Оценка физической подготовленности (по среднему баллу)						Уровень физической подготовленности
гибкость	подтягивание	Прыжок в длину	челночный бег (3 x 10)	6 минут бег	Итого	
4,5	3,2	3,6	3,4	3,6	3,66	средний

Из данных результатов на конец учебного года видно, что необходимо обратить внимание на развитие силовых качеств и ловкости.

Таким образом, комплексная оценка физической подготовленности позволяет выявить слабые звенья в развитии детей, для определения целей учебной деятельности и составления программы оздоровительных занятий.

Список литературы

1. Аблов Е.М. Мониторинг физического развития школьников / Е.М. Аблов, Е.А. Цурихин. – Екатеринбург, 2001.
2. Семенов Л.А. Технология проведения мониторинга кондиционной физической подготовленности в общеобразовательных учреждениях. – Екатеринбург, 2006.
3. Лях В.И. Физическая культура, 1–4 класс. – М., 2013.

4. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха 1–4 классы.

5. Кондратюк Ю.Ю. Подготовленности обучающихся 1 класса в рамках реализации ФГОС [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/11/07/monitoring-urovnya-fizicheskoy-podgotovlennosti> (дата обращения: 04.11.2017).