

Зиганишина Нина Антоновна
преподаватель физической культуры
ГАОУ НПО «Торгово–кулинарный профессиональный лицей»
г. Казань, Республика Татарстан

ДИФФЕРЕНЦИРОВАННЫЙ ПОДХОД В ОБУЧЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Аннотация: в статье автор рассматривает вопросы необходимости осуществления дифференцированного подхода к учащимся в процессе физического воспитания – учета индивидуальных особенностей учащихся.

В современной педагогике дифференциация обучения – это дидактический принцип, согласно которому для повышения эффективности создается комплекс дидактических условий, учитывающий индивидуальные особенности учащихся (их интересы, творческие способности, обученность, обучаемость, работоспособность и т.д.), в соответствии с которыми отбираются и дифференцируются цели, содержание образования, формы и методы обучения

Мечта любого учителя – работать с одаренными детьми, когда все, что ты объясняешь понимают, все, что задаешь делают. Мечта любого учителя физкультуры – создать неповторимую команду, с которой как по лесенке идешь к вершине – к вершине учительской спортивной славы. На тренировках со сборными командами лицея работать одно удовольствие. Иногда приходят крепкие, здоровые дети, которые стремятся к победе, рвутся в бой. Они работают с полной отдачей, у них горят глаза. Эти ребята на уроках физкультуры тоже лидеры. Нагрузка имnipочем, нормативы – пустяк. Если бы вся группа в полном составе на уроке мог бы так! Но, к сожалению, статистика свидетельствует, что уже среди детей этого возраста 20% имеют отклонения в физическом развитии. С каждым годом растет число детей, страдающих ожирением, заболеваниями верхних дыхательных путей, вегетососудистой дистонией, сердечно – сосудистыми заболеваниями и т.д. В настоящее время увеличилось количество учащихся с пониженным иммунитетом, часто болеющих простудными заболеваниями . Все вы знаете, как часто приходится вызывать скорую помощь нашим детям.

Согласно проведённым социологическим исследованиям, двигательная активность наших обучающихся составляет только 25% от времени бодрствования. По состоянию здоровья, по их медицинским заключениям я стараюсь делить учащиеся на *три группы*: 1) основную, 2) подготовительную, 3) специальную. К основной группе относятся дети, имеющие удовлетворительный уровень здоровья. К подготовительной – с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья. Этой категории учащихся разрешается заниматься физической культурой по программе для основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок. К специальной медицинской группе относятся учащиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основных групп

Проблема заключается в том, что все они оказываются на одном уроке. Мы, учителя физкультуры, должны заинтересовать и сильных, и ослабленных детей, должны оценить его работу, поставить отметку, так как в настоящее время даже освобожденный от занятий ребенок должен быть аттестован по предмету.

Одним из основных требований, предъявляемых к учителям физкультуры, является необходимость осуществления дифференцированного подхода к учащимся в процессе физического воспитания – учета индивидуальных особенностей учащихся.

Возможность этой работы обуславливается тем, что ученики даже одного возраста имеют различные уровни двигательной подготовленности, типологические и личностные особенности реагирования на учебную нагрузку и факторы внешней среды.

Многообразие отличительных черт, своеобразие каждого ученика не значит, что эффективна лишь индивидуальная работа. Я основываюсь на типовых характеристиках учащихся, то есть выделяю признаки, присущие определенным группам учащихся: например, дело на группы по полу (мальчики – девочки), внутри этих групп – по физической подготовленности, а в них отмечают детей, требующих к себе иного подхода. Это касается ребят подготовительной медицинской группы, занимающихся в силу определенных обстоятельств вместе со всеми. По результатам предварительного учета, который позволяет получить учителю и учащимся объективную картину исходных показателей физической подготовленности, происходит условное дифференцирование на сильных, средних и слабых учеников. Итоги данного учета выставляются только положительные – это точка отсчета для определения сдвигов в физическом развитии детей. Опираясь на них, я подбираю соответствующие подходящие упражнения, разрабатываю индивидуальные задания. Сильные в плане физической подготовленности учащиеся – это моя опора на занятиях. Они помогают на уроках в закреплении материала, вслед за правильным выполнением упражнений в своих отделениях, участвуют в судействе и т.д. Именно эти дети, спортивный актив лицея, выступают на соревнованиях районного и республиканского уровня.

Задания для II группы – это задания по улучшению показателей физической подготовленности, они должны представлять определенную трудность, но быть реально выполнимыми. Упражнения детям этой группы отбирают с таким учетом, чтобы они не отталкивали своей невыполнимостью, и в тоже время, требовали определенного физического напряжения. Для меня главное, чтобы на моем уроке ученик пребывал в ситуации успеха.

Так, серьезную проблему для большинства мальчиков представляют подтягивания из

виса. Поэтому, в зависимости от степени развития силовых способностей каждого ученика, я опираюсь на зону ближайшего развития ребенка, использую подводящие упражнения: отжимания от пола, ходьба на руках («тачка»), подтягивания из виса лёжа, подтягивания из виса с помощью товарища. Достижения определенных результатов при условии систематических занятий дает основание мне для выставления ученику высокой оценки.

Проводя работу по внедрению занятий физическими упражнениями в быт учащихся, стараюсь принимать во внимание отношение каждого ребенка к физкультуре. И в зависимости от этого давать домашнее задание. Особенно кропотливо ведется работа с детьми, отстающими в физическом развитии, двигательной подготовленности от своих товарищей. Чтобы такие ребята поверили в свои силы, я стараюсь привлекать их к общественной деятельности, даю им поручения, с которыми они могут справиться, доверяю им командование отделением или даже всей группой. Например, при проведении общеразвивающих упражнений.

Наиболее внимательного и деликатного отношения требуют к себе дети с избыточной массой тела и слабого типа телосложения. Низкие показатели у этих учащихся не являются основанием для снижения оценки успеваемости на моих уроках, которая выставляется по достигнутым приростам за заданное время. Нагрузка для них дозируется индивидуально. Положительно влияют на организм таких учеников игры средней и высокой интенсивности, катание на лыжах, продолжительный бег средней интенсивности.

Что касается учащихся подготовительной группы, которые имеют незначительные отклонения в состоянии здоровья, то они занимаются с учащимися основной группы. При изучении двигательных действий, связанных с повышенными нагрузками, требования к ним снижаются.

Для успешного изучения любого предмета (физкультура не является исключением) необходима положительная мотивация. Поэтому учитель должен стремиться к привлечению всех детей к интересной и доступной работе на каждом уроке. Внеклассные мероприятия дополняют уроки физкультуры, учат ребят применять полученные знания и умения в нестандартных ситуациях, прививают интерес к регулярным занятиям физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Когда на городских, республиканских соревнованиях побеждают наши дети, естественно, на уроке я озвучиваю эту победу, учащиеся принимают поздравления своих товарищ.. Думаю, и более слабые дети тоже хотят такого почета, но у них нет физической возможности выступать на соревнованиях серьезного уровня. Но зато они могут приводить к победе свою группу. Например, традиционно в лицее проходит День здоровья – это и спортивные мероприятия, и конкурс плакатов, и конкурс группы поддержки, и подвижные игры на свежем воздухе.

Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества, включает в себя смотр строя и песни, спортивную эстафету, конкурс военного рисунка. За участие в таких мероприятиях оценки и похвалу получают все: и кто бегал, и кто помогал и поддерживал.

Дорогу в жизнь ребенку открывают родители. И именно от них, от их настроя зависит, кем он станет. Будет ли он заниматься физкультурой и спортом в меру своих сил или превратится в «тепличный цветочек».

В завершении я хочу сказать, что нет слова «невозможно». Упорство, терпение, настойчивость, вера в себя позволяют ребятам реализовать свои таланты, свои желания, показать свои силы и свое умение. И помочь им в этом должны мы, учителя!

Список литературы

1. Андреев В.И. Педагогика творческого саморазвития. Инновационный курс. Кн. 2 / В. И. Андреев. - 1998.
2. Антропова М.В. Индивидуально-дифференцированное обучение в гимназии / М.В. Антропова, Г. Г. Манке, Л.М. Кузнецова, Г.В. Бородкина // Педагогика. - 1996. - № 5. - С. 19-24.
3. Астахов А. В школе у учителя Г.Н. Чайки / А. Астахов // Физ. культура в школе. - 1990. - № 2. - С. 24-28.
4. Богданов Г.П. Дифференцированные нагрузки на уроке лыжной подготовки /Г.П. Богданов // Физ. культура в школе. - 1981. - № 11. - С. 32
5. Боген М.М. Физическое совершенство как основное понятие теории физической культуры /М.М. Боген / Теория и практика физ. культуры. - 1997. - №5. - С. 18-19.
6. Боген М.М. Обучение двигательным действиям /М.М. Боген. - М. Физкультура и спорт. - 1985. - С. 192.