

Среди имеющихся диагнозов отмечается рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний, увеличилась доля болезней органов пищеварения, опорно-двигательного аппарата (сколиоз, остеоэпифизарные формы плоскостопия), болезни почек и мочевыводящих путей, миопия. Вполне очевидно, что в современном образовательном учреждении необходимо создание условий здоровьесберегающей образовательной среды. Для того, чтобы дети росли здоровыми, необходимо правильное физическое воспитание, а также соблюдение здорового образа жизни.

Одним из направлений в улучшении физического воспитания учащихся образовательных школ является использование дифференцированного подхода на уроках физической культуры, с учетом их половой принадлежности, медицинских групп, физического развития и двигательной подготовленности.

В своей работе я использую некоторые приёмы дифференцированного подхода на уроках физической культуры.

В программу изучения физического развития включаются следующие показатели: длина тела, масса тела, окружность грудной клетки и другие. Все антропологические измерения проводятся в сентябре и в мае. Ежегодно проводятся медицинские осмотры, основываясь на которых дети распределяются на медицинские группы. И под особое наблюдение беру детей подготовительной и специальной группы. Для того, чтобы педагогически правильно управлять учебным процессом, вовремя вносить коррективы в урок, реализовать дифференцированный подход в практической деятельности, мне необходимо, кроме учёта физического развития учащегося, осуществлять контроль за физической подготовленностью школьников. Для изучения физической подготовленности учащихся провожу мониторинг.

По уровню физической подготовленности делю учащихся на три группы:

В группу “сильных” входят учащиеся, относящиеся по состоянию здоровья к основной медицинской группе, имеющие высокий, выше среднего, средний уровень физического развития и высокий и выше среднего уровень физической подготовленности. Одним из непереносимых условий, предъявляемых к учащимся этой группы, является постоянное повышение физических нагрузок и требований к техническому выполнению физических

Дифференцированный подход к учащимся на уроках физической культуры.

Автор: Сергей Ровенко
24.11.2020 13:35

упражнений.

Вторую группу (среднюю) составляют ученики основной медицинской группы с высоким, выше среднего, со средним уровнем физического развития и имеющие физическую подготовленность среднего уровня.

В третью (слабую) группу включаются учащиеся основной и подготовительной медицинской групп со средним, ниже среднего, низким уровнем физического развития и физической подготовленности ниже среднего и низкого уровня.

В дальнейшей работе учитываю групповые особенности (дифференциация обучения): учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к **подготовительной группе**

- 1 не сдают контрольных нормативов;
- 2 снижена дозировка физической нагрузки;
- 3 меньшее число повторений;
- 4 более длительные паузы для отдыха;
- 5 общеразвивающие упражнения проводятся в удобном для каждого ученика темпе;
- 6 применяю больше подводящих и подготовительных упражнений;
- 7 индивидуальные задания, которые помогают формировать недостаточно развитые

физические качества, корректируют нарушения костно-мышечной системы.

Для активизации самостоятельной деятельности из группы “сильных” выбираю себе помощников. Например, при проведении занятий по гимнастике помощников назначаю сам из числа более подготовленных учащихся, обладающих организаторскими способностями. В первой половине занятия знакомлю детей с теми упражнениями, которые планируются для изучения на предстоящем уроке, с методикой обучения, с приемами организации занятий, страховкой и т.п. Здесь реализуются общественные интересы учащихся. Во второй половине занятий удовлетворяются их личные интересы: они занимаются игровыми видами физических упражнений (баскетбол, волейбол, ручной мяч, футбол) различными эстафетами, подвижными играми, выполняют упражнения для развития двигательных качеств, которые, у них на недостаточно высоком уровне и т.д.

На основе знаний о подготовленности, особенностях детей конкретного класса Я стараюсь предложить им соответствующие по трудности упражнения, дозирую количество повторений, задаю темп с помощью подсчёта. Оцениваю состояние занимающихся по доступным мне, обычно внешним, признакам, характеризующим их состояние (табл.).

Руководствуюсь своими личными ощущениями, представлениями о состоянии учеников. Хотя в принципе невозможно, окинув беглым взглядом 15-20 ребятшек, проникнуть в каждого настолько, чтобы выяснить и понять, что кому в данный момент нужно, чего хочется, что будет полезным, подходящим для данного, сиюминутного состояния.

Если всему классу даю одинаковое задание, то ориентируюсь при выборе нагрузки в первую очередь на слабых учеников. Тогда задание будет посилено всем. Так обычно поступаю во вводной и заключительной части урока. Но при обучении технике движений и развитии двигательных качеств задания лучше дифференцировать.

Первый вариант. Сначала можно дать классу одно несложное задание, например, добиться попадания мячом в баскетбольную корзину, бросая одной рукой с места. Когда часть учеников достаточно хорошо усвоит это упражнение, даётся дополнительное – делать броски уже не с места, а после ведения мяча. В это время учитель продолжает заниматься с той частью учеников, которая ещё не научилась броскам с места.

Второй вариант. Классу даётся достаточно трудное задание, но тем, кто не в состоянии с ним справиться, оно облегчается. Например, задание – сделать два кувырка назад; тем, кому это, как считает учитель, сразу будет трудно, вначале делать один кувырок.

Либо предлагаю различные степени трудности выполнения задания и сам выбираю для каждого отделения учеников посильный вариант или ученик индивидуально выбирает уровень сложности для выполнения.

Ориентация на посильные и доступные большинству учащихся обязательные результаты обучения даёт возможность каждому школьнику на каждом уроке испытывать учебный успех.

Чем старше школьник, тем более дифференцированно надо подходить к физическому воспитанию мальчиков и девочек. Для подростков и юношей – вводить упражнения, нацеленные на развитие выносливости, силы, скоростно-силовых качеств, формирование военно-прикладных навыков и их стабильности при выполнении в усложнённых условиях. Это поможет молодым людям и успешнее трудиться, и служить в армии.

Для девушек важно больше внимания уделять укреплению мышц живота, спины, таза, развитию пластичности, ритмичности, точности движений. Учитывая особенности женского организма, надо ограничивать упражнения, связанные с лазаньем, преодолением сопротивлений, подниманием и переноской тяжестей, прыжками с высоты на твёрдую поверхность. Для девушек уменьшена длина дистанции бега, ходьбы на лыжах, особенно нацеленных на развитие выносливости.

Используя результаты исследований учащихся, собственные наблюдения, в каждом классе я выявляю “спортивных звёздочек”. Таким детям я предлагаю заняться определёнными видами спорта (легкая атлетика, настольный теннис, шашки).

Контроль и оценку знаний, умений и навыков на занятиях физической культуры использую для того, чтобы закрепить потребность учащихся в регулярных занятиях

Дифференцированный подход к учащимся на уроках физической культуры.

Автор: Сергей Ровенко
24.11.2020 13:35

физическими упражнениями и избранными видами спорта, стимулировать их к самосовершенствованию. Использую гибкую систему оценивания. Выделяю следующие критерии отметок:

1. Знания (ответы, доклады, сообщения, викторины, комплексы упражнений).
2. Умения и навыки (технические и тактические действия).
3. Уровень физической подготовленности (не по нормативам, а по индивидуальным темпам прироста).
4. Инструкторские навыки (умение провести фрагмент разминки).
5. Судейство (баскетбол, волейбол, футбол и др).
6. Страховка.
7. Участие в соревнованиях (оцениваю от результата выступления).
8. “Поурочный балл” (оценка за всю работу на уроке). С её помощью можно поддерживать физически слабеньких, но старательных. Не без внимания остается стремление и упорство.

Активное участие на уроке принимают дети, которые имеют освобождение от уроков физической культуры. Они выступают в роли докладчиков, принимают участие в судействе, совершенствуют навыки игры в шашки, шахматы, что входит в критерии их оценки.

Все дети знают мою систему оценивания и с ней согласны. Мы совместно анализируем результаты сдачи нормативов. Дети всегда имеют возможность контролировать, сравнивать свои результаты, работать над развитием физических качеств, которыми определяется уровень физической подготовленности. Имея возможность на любом уроке взглянуть на свои достижения (таблица тестов), у ученика возникает желание побить для начала свой рекорд, ну а у некоторых возникает желание стать рекордсменом класса.

Таким образом, я заинтересовываю детей, активизирую учебный процесс, стараюсь, чтобы дети осмысливали свои действия.

В заключении, делая вывод относительно использования индивидуального и дифференцированного подхода в практике, следует отметить основное: задача научить всех перед учителями ставится, и учителя стараются учесть особенности каждого ребёнка. В настоящее время вопрос использования или не использования в педагогической практике дифференцированного и индивидуального подходов решается однозначно в пользу их применения – это лежит в основе повышения эффективности учебного процесса.

Не нужно стремиться научить всех одному и тому же, привести всех к одному уровню. Учитывая индивидуальные особенности, применяя дифференцированный подход, опираясь на природные задатки и наклонности ребёнка учитель моделирует и реализует персонально в каждом ученике процесс индивидуального развития. При этом перед учителем встаёт действительно трудная задача – работать на уроке со всеми вместе и с каждым в отдельности.