

УДК 372.8

<https://doi.org/10.33619/2414-2948/41/62>

НЕКОТОРЫЕ ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ШКОЛЕ

©**Макусев О. Н.**, SPIN-код: 4747-5423, канд. пед. наук, Казанский национальный исследовательский технологический университет, г. Нижнекамск, Россия, makuseva2008@yandex.ru

SOME FORMS OF ORGANIZING PHYSICAL EDUCATION AT SCHOOL

©**Makusev O.**, SPIN-code: 4747-5423, Ph.D., Kazan National Research Technological University, Nizhnekamsk, Russia, makuseva2008@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются различные формы организации обучения физической культуре в школе. Подробно разобраны основные требования к уроку, описана возможность его разнообразить; приведены способы организации домашних заданий, а также даны некоторые рекомендации по организации спортивных соревнований.

Abstract. The article considers various forms of organizing physical education at school. Major requirements for the lesson are analyzed in detail; ways of organizing homework are described; some recommendations on arranging sports competitions are given.

Ключевые слова: урок, домашние задания, час здоровья, спортивные соревнования.

Keywords: lesson, homework, health hour, sports competitions.

Укажем на различие двух терминов, включающих слово «форма»: «форма обучения» и «форма организации обучения». Будем придерживаться точки зрения авторов, считающих, что «форма обучения» означает коллективную, групповую и индивидуальную работу под руководством педагога. Термин же «форма организации обучения» означает какой-либо вид учебного занятия: урок, лекцию, экскурсию, консультацию, экзамен и др. [1].

Урок. В системе физического воспитания учащихся в школе главное звено — урок, он считается фундаментом школьной физической культуры. Вообще, урок – это логически целостный фрагмент учебного процесса, имеющий дидактическое и аффективное предназначение и занимающий во времени один академический час [2]. Главным направлением является выполнение современных требований к уроку. Изучение опыта учителей дает основание отметить, что на практике нередко наблюдается неполное соблюдение определенных требований или полное невыполнение отдельных, причем подчас наиболее существенных из них. К основным требованиям необходимо отнести, прежде всего, *постановку комплекса задач:* обучение (формирование знаний, навыков, умений, развитие двигательных качеств), формирование и развитие личности (идейно–политическое воспитание, формирование нравственности, развитие интеллектуальных и волевых способностей). В планах уроков должен быть разработан «веер» задач – образовательного, воспитательного и развивающего характера. Мы согласны с мнением, что, если задачи и цели не записаны, значит они не продуманы, а, следовательно, если и решаются, то лишь интуитивно, эпизодически, что не дает должного эффекта. Конечно, не каждый урок позволяет в комплексе решать такие задачи. Однако, хотим отметить, что важно не упустить

возможности для их решения. После того как избран комплекс задач с максимально возможным учетом особенностей учеников данного класса, отбирается содержание урока. Итак, другое важное требование диктует *оптимальный отбор содержания урока*. Такой отбор должен обеспечить не только формирование знаний, навыков, умений, но и решение всего комплекса намеченных задач. Причем в содержании важно выделять наиболее существенное, основное. В таком подходе к определению содержания заключается элемент оптимизации. Обдумав содержание, необходимо уточнить *методику урока*. Методика обуславливается типами уроков. Но независимо от типов дозирование физической нагрузки должно быть дифференцированным, индивидуальным для каждого учащегося. Мы считаем, что только при этом условии решаются оздоровительные задачи и достигается повышение физической подготовленности учащихся. Выделим основные типы уроков: уроки разучивания нового материала, обучающие уроки, уроки совершенствования разученного, смешанные уроки (с элементами закрепления и совершенствования), тренировочные уроки.

К важнейшим требованиям к уроку относят *формирование у школьников потребности систематически заниматься физическими упражнениями, оптимальный отбор методов, средств и форм организации обучения*. Все эти предписания направлены на построение развивающего обучения, которое осуществимо, как утверждается в педагогике, лишь при взаимодействии деятельности учителя и ученика. Взаимосвязь деятельности учителя и деятельности учеников обеспечивает их активизация. Учение направлено к самостоятельной трудовой жизни, что невозможно без осознания этой цели. В свою очередь осознание невозможно без активизации самих учащихся. Мы считаем, что существенную активизацию учения обеспечивает сочетание разных источников знаний — слова, наглядности, практических занятий, в том числе внедрение фитнес-технологий в уроки физической культуры, что вызывает положительную мотивацию, большой интерес и желание заниматься у большинства из них. Растет интерес к силовым упражнениям под музыку. Из ответов учащихся можно предположить, что включение в уроки фитнес-технологий смогло бы удовлетворить их потребность и в новизне, и в музыкальном сопровождении, тем самым повысив плотность самого урока, где основная часть могла бы проводиться по общепринятой программе. Приведем ответы на некоторые вопросы проведенного анкетирования среди учащихся: 51,2% учащихся ответили, что главное в жизни — это здоровье и для этого надо посещать урок физкультуры. Формированию хорошей фигуры отдали предпочтение 45,8%; 20,1% — работоспособность улучшается и позволяет лучше работать на последующих уроках; 8% приходят на урок, чтобы общаться. Из ответов становится очевидным, что для учащихся важным является, прежде всего, здоровье и визуальная сторона вопроса — хорошая фигура.

На вопрос анкеты «Как сделать урок любимым» выяснилось, чего в первую очередь не хватает на уроке для повышения интереса. Большинство респондентов ответили — музыки и фитнес направлений. Небольшой процент учащихся хочет больше игр [3].

Домашние задания по физической культуре являются обязательной формой самостоятельных занятий учащихся, способствующие более качественному усвоению программного материала. Применять домашнее задание, а значит, увеличивать двигательную активность школьника жизненно необходимо — и мы считаем, что это ни у кого не вызывает сомнения. От урока к домашним заданиям, а через них к ежедневным самостоятельным и секционным занятиям физическими упражнениями — это путь, который позволит решить задачи гармонического физического воспитания, подготовке школьников к дальнейшей жизненной деятельности. В домашние задания обычно включены несложные общеразвивающие упражнения на развитие мышц рук, туловища, ног, а также бег в

медленном темпе и передвижение на лыжах. Разучивание домашних заданий осуществляется на уроке. Сложный вопрос методики проведения домашних заданий — определение и регулировка индивидуальной нагрузки. Мы считаем необходимым указывать максимальное и минимальное число повторений для детей разной физической нагрузки. О том, как правильно выбрать индивидуальную дозировку учащимся разъясняется на уроке. Здесь же даются рекомендации ориентироваться на свое самочувствие, выполнять такое число повторений, которое им посильно, с условием постоянного приближения к максимальной величине. Заданные упражнения можно включать в комплексы утренней гимнастики, выполнять во время активного отдыха в течение дня.

Соответственно, одной из эффективных форм усиления двигательной активности учащихся, развития их интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом являются *самостоятельные домашние занятия* физическими упражнениями. При организации таких занятий огромная роль принадлежит родителям. Совершенно очевидно, что лучшим методом воспитания привычки к занятиям физическими упражнениями является личный пример родителей школьника, других членов его семьи. Мы считаем, что одной из важнейших задач, стоящих перед учителем физической культуры, является правильная ориентация взрослых по отношению к занятиям физическими упражнениями, к самому предмету «Физическая культура». Важно убедить родителей в том, что по своей значимости предмет не уступает другим общеобразовательным предметам, изучаемым в школе. Рекомендую комплекс домашних заданий для домашних занятий, учитель может позаимствовать подходящий набор из различных методических пособий, книг, периодической печати.

Отметим, что необходимо не только дать задания, но и убедить учащихся в необходимости их систематического выполнения. Учитель в контакте с родителями должен осуществлять контроль за занятиями учащихся во внеурочное время. Контроль за выполнением заданного на дом — существенный и действенный канал, связывающий домашнюю работу и работу на уроке, помогающий объединить их в работе в единый учебно-воспитательный процесс. Для контроля за выполнением домашних заданий целесообразно каждому школьнику завести специальную тетрадь или карточку. Сюда вносятся записи о выполнении заданий. Родители и учитель должны регулярно проверять тетради домашних заданий, оценивать на определенных этапах освоение упражнений и вносить соответствующие поправки в нагрузку домашних заданий на будущее. Хорошо зарекомендовала себя коллективная проверка, а также проверка домашних заданий ответственным за это школьником. Одной из форм проверки являются соревнования по общей физической подготовке. Отметим, что умение самостоятельно организовать свои занятия физической культурой помогут учащимся, осваивающим основную образовательную программу в форме самообразования или семейного образования [4].

Час здоровья. Содержание занятия строго не регламентируется и зависит от местных условий.

Спортивные соревнования — неотъемлемая часть педагогического процесса, направленного на воспитание всесторонне физически развитых, волевых и закаленных молодых людей. Задачи, решаемые с помощью соревнований, многообразны: содействие укреплению здоровья, закаливанию и разностороннему физическому развитию школьников; выработка высоких морально-волевых качеств; повышение дисциплины и организованности, широкое развитие отдельных видов спорта в школах и повышение спортивно-технических результатов учащихся; пропаганда и популяризация спорта, привлечение учащихся к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Учебные соревнования по выполнению требований школьной программы и контрольные по выявлению уровня физической подготовленности учащихся проводятся как на уроках физической культуры, так и во внеурочное время. Учебные соревнования следует проводить, начиная с первого класса, постоянно усложняя их и приучая школьников к дисциплинированному поведению, умению мобилизовать все силы на достижение хорошего результата, к честному соперничеству. Соревнования должны быть равномерно спланированы в течение учебного года соответственно разделам комплексной программы физического воспитания. Для старшеклассников рекомендуем проводить соревнования по военно-прикладным и техническим видам спорта при условии наличия в школе соответствующих кружков или секций. Соревнования не должны быть продолжительными и требовать значительного времени для подготовки. Большое распространение получают старты по упрощенным правилам. Эффект от проводимых стартов значительно возрастает, если их проводить на открытом воздухе [6–7].

Таким образом, все, чему у хорошего учителя физкультуры школьники обучаются на уроках, при продуманной педагогической организации становится основой для проведения внеклассных и внешкольных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. В том и проявляется внутренняя логика учебно-воспитательного процесса, что он, продолжаясь на подвижных переменах, «часе здоровья», спортивном часе в группе продленного дня, на занятиях в спортивных кружках и секциях, умножает заинтересованность учащихся в занятиях физическими упражнениями, создает оптимальные условия для положительного переноса приобретенных двигательных умений и навыков, для расширения и обогащения основного фонда школы движений. Вот почему мы считаем необходимым найти тот «золотой ключик», который наверняка поможет открыть, а точнее – распахнуть, перед каждым занимающимся двери в страну здоровья, где ежедневные занятия физической культурой и спортом становятся сформированной закономерной потребностью растущего организма.

Список литературы:

1. Бордовская Н. В., Реан А. А. Педагогика. СПб.: Питер, 2001. 304 с.
2. Гузеев В. В. Образовательная технология: от приема до философии. М.: Сентябрь, 1996. 112 с.
3. Макусев О. Н. Физкультурное образование: некоторые пути повышения его эффективности // Профессиональное образование. Столица. 2008. №5. С.41-44.
4. Макусева Т. Г. Моделирование самообразовательной деятельности обучающихся при индивидуально-ориентированном обучении // Вестник Казанского государственного технологического университета. 2013. №12. С. 350-353.
5. Kirk D. Defining physical education (Routledge revivals): The social construction of a school subject in postwar Britain. Routledge, 2012. <https://doi.org/10.4324/9780203125724>.
6. Pellegrini A. D., Bohn C. M. The role of recess in children's cognitive performance and school adjustment // Educational researcher. 2005. V. 34. №1. P. 13-19. <https://doi.org/10.3102/0013189X034001013>.
7. Winnicott D. W. The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development. Routledge, 2018. <https://doi.org/10.4324/9780429482410>.

References:

1. Bordovskaya, N. V., & Rean, A. A. (2001). Pedagogika. St. Petersburg, Piter, 304.

2. Guzeev, V. V. (1996). *Obrazovatel'naya tekhnologiya: ot priema do filosofii*. Moscow, Sentyabr, 112.
3. Makusev, O. N. (2008). Fizkul'turnoe obrazovanie: nekotorye puti povysheniya ego effektivnosti. *Professional'noe obrazovanie. Stolitsa*, (5), 41-44.
4. Makuseva, T. G. (2013). Modelirovanie samoobrazovatel'noi deyatel'nosti obuchayushchikhsya pri individual'no-orientirovannom obuchenii. *Vestnik Kazanskogo gosudarstvennogo tekhnologicheskogo universiteta*, (12), 350-353.
5. Kirk, D. (2012). *Defining physical education (Routledge revivals): The social construction of a school subject in postwar Britain*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203125724>
6. Pellegrini, A. D., & Bohn, C. M. (2005). The role of recess in children's cognitive performance and school adjustment. *Educational researcher*, 34(1), 13-19. <https://doi.org/10.3102/0013189X034001013>
7. Winnicott, D. W. (2018). *The maturational processes and the facilitating environment: Studies in the theory of emotional development*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429482410>

*Работа поступила
в редакцию 11.03.2019 г.*

*Принята к публикации
16.03.2019 г.*

Ссылка для цитирования:

Макусев О. Н. Некоторые формы организации обучения физической культуре в школе // Бюллетень науки и практики. 2019. Т. 5. №4. С. 431-435. <https://doi.org/10.33619/2414-2948/41/62>.

Cite as (APA):

Makusev, O. (2019). Some Forms of Organizing Physical Education at School. *Bulletin of Science and Practice*, 5(4), 431-435. <https://doi.org/10.33619/2414-2948/41/62>. (in Russian).