Пайнова Татьяна Анатольевна

физическая культура

МОБУ Гимназия № 9

им. Н Островского г. Сочи

«Организация работы с индивидуальным проектом по физической культуре»

В современной школе создаются благоприятные условия для разностороннего развития личности, удовлетворения потребности обучающегося в самообразовании; развития познавательной активности, интеллектуальных и творческих способностей; а также условия, обеспечивающие охрану здоровья обучающихся. Одной из задач является развитие сотрудничества и партнерства учителя и ученика.

Общеобразовательные программы на основе государственного стандарта образования всех школьных предметов ориентированы на проектно - исследовательскую деятельность учащихся, которая позволяет реализовать требования к результатам освоения основной образовательной программы по ФГОС второго поколения.

В процессе самостоятельной работы над созданием проекта лучше всего формируется культура умственного труда учеников. Им приходится не только учиться обрабатывать данные анкеты, строить графики и диаграммы, но и сравнивать, анализировать и делать выводы о результатах деятельности, учитывать специфику предмета.

Работа с информационными ресурсами: литературой, интернетом повышает информационную компетентность учащихся. А творческая работа над созданием продукта позволяет развивать потенциал личности.

Специфической особенностью урока физической культуры является - физическая деятельность, которую должна сопровождать активная умственная деятельность, способствующая быстрому освоению изучаемого материала и успешному овладению двигательными умениями и навыками.

В области физической культуры можно проводить очень интересные исследования и создавать проекты, напрямую связанные с развитием нашего организма, а значит познать самого себя и сделать много познавательных открытий.

Проектно-исследовательская деятельность на уроках физической культуры направлена на формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием (рост, масса тела и др.), величиной физических нагрузок (пульсометрия), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Овладение умениями организовыватьздоровьесберегающуюжизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.), а также овладение способами спортивной деятельности (спортивные игры).

В новых условиях необходимо по-новому организовать процесс обучения, взаимоотношения между учителем и учеником. Как организовать обучение через желание? Как активизировать учащегося, стимулируя его природную любознательность, мотивировать интерес к самостоятельному приобретению новых знаний?

В силу своих физиологических особенностей далеко не все учащиеся являются отличниками и хорошистами по физкультуре, как удержать интерес у ребенка и помочь ему быть успешным в освоении такого предмета, как физическая культура? Один из вариантов решения данной проблемы – это использование проектной деятельности на уроках и во внеурочное время.

Можно просто ответить на задаваемый учащимся вопрос, а можно организовать его деятельность так, чтобы он сам попытался ответить на интересующий его вопрос или нашел путь решения своей проблемы, попробовал свои силы и успешно освоил двигательные умения и навыкиучебного предмета.Проекты по физической культуре в рамках изучения программы могут быть как краткосрочные (например, в рамках одного урока), а могут быть средне-срочными (в течение четверти).

Проводя в 6 классе урок по теме: «Броски баскетбольного мяча. Штрафной бросок» (раздел программы: Спортивные игры. Баскетбол) и услышав фразу: «Я не буду хорошо играть в баскетбол – я маленького роста», мы решили выяснить так ли это на самом деле.

Цель: выяснить от чего зависит успешная игра в баскетбол.

Гипотеза: чтобы играть в баскетбол нужно быть высокого роста.

Разработали вопросы и провели анкетирование. В результате обработки данных анкетирования из 25 учащихся на вопрос: «Нравится ли вам играть в баскетбол?» 7 человек ответили – не нравится, потому что не получается, не умею играть. 18 человек – да, особенно с друзьями; это весело и интересно; это подвижная, командная игра, развивающая координацию.

Вывод: Баскетбол является увлекательной атлетической игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания. Не случайно он очень популярен среди школьников.

Разбираясь, что получается лучше – ведение баскетбольного мяча или бросок в кольцо, выяснили, что ведение получается у 14 человек, бросок в кольцо – у 5 человек, получается и ведение и бросок – у 3 человек, ничего не получается – у 3 человек. Вывод: броски баскетбольного мяча в корзину, и штрафные в том числе, являются более технически сложным элементом, чем ведение баскетбольного мяча.

Выяснили, что «Для точного броска баскетбольного мяча в кольцо важно…»: попадать в квадрат на баскетбольном щите, сила воли, добросить мяч до кольца, техника броска, правильное положение рук, ног при броске. Вывод: От точности бросков в корзину и штрафных бросков зависит достижение победы над соперником. Цель игры – попасть в корзину.

На вопрос «Чтобы играть в баскетбол обязательно быть высокого роста?» положительно ответили 10 человек из 25.

На вопрос «Чтобы успешно играть в баскетбол нужно быть…» ответили: сильным, хитрым, метким, быстро бегать, быть выносливым, знать правила и технику элементов игры баскетбол. Более точно ответить на этот вопрос нам помогло тестирование.

Составили тестовые задания: на силу – отжимания от пола (кол-во раз); на меткость – попадание теннисным мячом в цель (кол – во попаданий из 10 бросков); на быстроту – ведение баскетбольного мяча (сек.), на технику – штрафной бросок (кол – во попаданий из 10 бросков). Результаты тестирования показали, что игрок может быть высоким, но не быстрым; сильным, но не метким.

Вывод: наша гипотеза о том, чтобы играть в баскетбол нужно быть высокого роста, не подтвердилась. Для успешности игры в баскетбол подходят все вышеперечисленные критерии, но основными являются – знание правил игры, игровая практика, технически правильное, многократное выполнение приемов игры (ведение, бросок по кольцу, штрафной бросок и др.).

Ученик, сказавший фразу: «Я не буду хорошо играть в баскетбол – я маленького роста», защищая свой проект по теме: «Я играю в баскетбол», ознакомил нас с еще одним, не мало важным, по его мнению критерием успешности игры в баскетбол – психологическим. Была предоставлена памятка, в которой говорится на чем надо мысленно сосредоточитьсячтобы настроится на игру и победу, о чем нельзя думать во время броска, при помощи каких упражнений можно победить свои переживания.

Таким образом, применения исследовательской и проектной деятельности на уроках физической культуры для учащегося– это возможность делать что-то интересное самостоятельно, максимально используя свои возможности; это деятельность, позволяющая проявить себя, приложить свои знания и показать публично достигнутый результат; это деятельность, направленная на решение интересной проблемы, сформулированной самим учащимся в виде цели и задачи, когда результат этой деятельности – найденный способ решения проблемы – носит практический характер, имеет важное прикладное значение, интересен и значим для применения в повседенвной жизни, важен для самих учащихся в плане успешности освоения основной образовательной программы.