**Оптимизация учебного процесса по физической культуре на основе технологии дифференцированного физкультурного образования школьников.**

***Фасхутдинова Л.Р., учитель физической культуры высшей квалификационной категории МАОУ «СОШ № 17» г. Альметьевск Республики Татарстан.***

Необходимость дифференцированного подхода к ученикам при обучении – мысль не новая, но, к сожалению, не реализуемая на практике в должной мере. Дальнейшее совершенствование и повышение эффективности невозможно без разработки вопроса о дифференцированном обучении. Вот почему я полагаю, что нужно напомнить об его основах, дать обобщение некоторого опыта и показать возможности дальнейшего внедрения в практику этой технологии обучения.

Объектом моей методической работы является - технология дифференцированного образования учащихся общеобразовательной школы по предмету «Физическая культура».

Цель моей методической работы заключается в оптимизации учебного процесса путем применения технологии дифференцированного физкультурного образования.

Методическая работа состоит в том, что применение технологии дифференцированного физкультурного образования позволит оптимизировать учебный процесс и в статистически значимых пределах повысить уровни: знаний и умений; технической и физической подготовленности.

Необходимо пояснить. Изучение применимости методов и приемов оптимизации учебного процесса по физической культуре приводит к выводу о том, что ввиду сложности системы (учебный процесс) задача оказывается многокритериальной. Существующий сегодня дифференцированный подход в физкультурном образовании решает задачи оптимизации по единственному выделенному критерию (только обучение двигательным действиям или только развитие физических качеств).

Я изучила проблемы дифференциации, различные аспекты которой раскрыты  в работах Антроповой М.В.,1992; Вольтер М., 1977;  Гузеевым В.В., 1996; Кирсановым А.А., 1982;  Крайко Б.Н., 1988; Осмоловской И.М.; 1996; Рабунским Е.С., 1975; Рогановским Н., 1991; и др. посвященные проблемам  внутриклассной  дифференциации в физкультурном образовании.

Дифференцированный подход к учащимся в процессе обучения осуществляется в зависимости от их физических способностей и возможностей. Что же тут надо учитывать, По каким признакам делить учеников каждого класса на группы,

Прежде всего, необходимо разобраться какова степень физической подготовленности учащихся . Нередко дети не осваивают какой-то раздел программы из за слабой физической подготовленности. Именно низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика по физической культуре. Вот почему каждый учитель в первую очередь должен выяснить физическую подготовленность своих учеников. Это делают в начале учебного года. Степень подготовленности можно установить, в частности на основе контрольных упражнений. Важно также знать подготовленность учеников к освоению данного вида упражнений. Её определяют перед прохождением конкретного раздела.

Необходимо также получить представление о том, каков характер движений, выполняемых учеником, какова его двигательная координация. Это делается путем наблюдения. Наблюдая, не трудно заметить медленные или быстрые движения, скованные или свободные. Дети с медленными, скованными движениями, как правило, хуже и дольше осваивают учебный материал.

Координацию движений определяют по умению воспроизвести упражнение в заданном темпе, ритме, с заданной амплитудой. Правда, по этим признакам делают грубую дифференциацию: плохая и хорошая координация. Школьники с плохой координацией усваивают учебный материал медленно и неравномерно, разученное на одном уроке забывают на другом занятие. Плохая координация тоже может стать причиной не успеваемости.

Следует иметь в виду, что способность детей и подростков к овладению относительно сложными по координации движениями с возрастом изменяется. Мальчики быстрее и легче овладевают техникой основных физических упражнений. В то же время способность к тонкой дифференцировке движений у них в определенный период (после 13 лет) нередко ухудшается, а связи с чем процесс совершенствования двигательных навыков удлиняется. У девочек к 13 годам нередко не только снижается точность движений, но и замедляется процесс овладения технической основой двигательных навыков. Различие двигательных способностях мальчиков и девочек, не столь заметные до 10-11 лет, к 12-13 годам становится очевидным. Мальчики-подростки значительно успешнее, чем девочки, овладевают двигательными навыками, требующими проявления смелости, а так же упражнениями, связанными с повышенной затратой мышечных усилий. Однако по чистоте и выразительности выполнения нескольких движений и хорошо освоенных упражнений девочки обычно превосходят мальчиков-сверстников.

Необходимо установить и различия в склонностях и интересах мальчиков и девочек. Так, следует учитывать, что мальчики – подростки с удовольствием разучивают относительно сложные упражнения, но обычно без желания выполняют простые движения и не проявляют достаточного интереса к совершенствованию в технике гимнастических упражнений. Внимание подростков привлекают главным образом новые, эмоциональные упражнения, при выполнении которых необходимо проявить силу, ловкость, смелость. Работа над чистотой движений не соответствует их интересам и требует специальных мер, способствующих повышению активности учеников.

У девочек интерес к школе движений с возрастом не пропадает. Но в противоположность мальчикам, которые с возрастом становятся смелее и увереннее в своих силах, у девочек к 13-14 годам часто проявляется робость, стеснительность, капризность, что нельзя не учитывать в процессе обучения.

Таковы основные признаки, по которым различают группу учеников.

ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ дифференцированного обучения урок проводится по общепринятой структуре. Главное различие заключается в дозировке физической нагрузки, в некотором изменении содержания учебного материала в каждой из частей урока и методике обучения. При это соблюдается главное: для слабо подготовленных подбираются более простые подводящие и подготовительные упражнения и в несколько большем объеме, чем для сильных учеников. Ученикам с пониженной работоспособностью постепенно увеличивают физическую нагрузку, паузы отдыха между повторениями заданий делают более частыми и длительными.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

На уровне класса. Учитель физкультуры должен обеспечить:

1. Этапность введения в образовательный процесс элементов дифференциации. Целесообразно сначала научить школьников работать самостоятельно в группах (уметь разбираться в карточках-заданиях, добросовестно выполнять запланированный объем работы и т.д.) это поможет учителю эффективнее управлять ходом учебного процесса на уроке.

Затем, необходимо выбрать помощников из числа хорошо успевающих ребят, подготовить их для работы в группах по оказанию помощи в обучении, осуществлению страховки, контроля над выполнением запланированной нагрузки.

2. Гибкость дифференцированного образовательного процесса, его способности мобильно реагировать на изменение индивидуальных образовательных потребностей учащихся. Так, учащиеся высокого уровня подготовленности (обученности) быстро осваивают двигательные действия и теряют к ним интерес, им необходимо предлагать более сложные по технике выполнения и требованиям к физической подготовленности упражнения и чаще создавать условия для творческой самореализации. Школьникам с более низким уровнем подготовленности больше времени отводить на изучение базовой части программы.

3. Текущую диагностику успехов каждого учащегося в сравнении с собой прежним и объективное выявление индивидуальных способностей с целью дальнейшего их развития.

Выделяю МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ, облегчающие реализацию дифференцированного подхода в образовании:

1.Дифференцированный подход требует более точного распределения времени на все виды занятий на уроке для групп занимающихся, быстрых и четких перемещений групп.

2. Большую часть времени учитель должен находиться в средней и слабой группе. Сильная группа в основном малочисленна и работает самостоятельно, но обязательно под контролем учителя.

3. На каждом уроке желательно использовать знаки отличия для школьников: футболки разного цвета, повязки, значки и т.д.

4. Рационально сочетать методы организации и методы порядка выполнения заданий учащимся, т.е. использовать такие при которых учитель мог бы одновременно видеть весь класс, не смотря на то, что он работает в группах: «большие и малые круги», «встречные передвижения» и т.д.

ОБЩЕПЕДАГОГИЧЕСКИЕ МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ, связанные с регулированием учебного процесса:

1. Учитель может усложнять задания для сильной группы за счет усиления уровня творческой деятельности, необходимой для выполнения заданий.

2. Осуществлять непосредственную помощь учащимся нужно дозировано. Возможно определение дозированной помощи самим учеником, т.е. он может обратиться к учителю.

3. В случае, когда есть учащиеся, чьи интересы, лежат во внефизкультурной деятельности: музыка, компьютер и т.д., т.е. такие, которые не стремятся к улучшению своего уровня физической подготовленности - перед ними необходимо поставить дополнительную задачу: начиная с первого класса формировать у детей стремление к состязательности, здоровому соперничеству.

4. При постоянной работе в условиях групповой организации учащихся, учителю целесообразно применять игровой или соревновательный метод как внутри групп, так и между ними.

5. При реализации дифференцированного подхода почти каждый ученик работает в «зоне ближайшего развития» и может попросту уставать, т.к. это зона его ближайших возможностей, поэтому по мере необходимости надо давать учащимся отдыхать, особенно средним и слабым.

6. По мере необходимости давать задания по самоконтролю как сильным, так и слабым ученикам.

7. Во избежание конфликтов внутри или между представителями групп -формировать навыки общения, правильного поведения, взаимопомощи.

 Применение технологии дифференцированного развития физических качеств позволило мне повысить уровень подготовленности в классах. Качество обученности школьников составляет от 90% до 95 % качества по разделам программного материала по предмету. Новый подход в оценке технической подготовленности заключается в том, что он состоит из разноуровневых требований. Притом, что минимальный уровень требований соответствует требованиям стандарта. Такой подход к оценке позволяет планировать индивидуальный рост уровня технической подготовленности, появляются возможности учитывать типичные и индивидуальные ошибки и производить корректировку программного материала. Предлагаемая оценка физической подготовленности в физкультурном образовании школьников предполагает одновременный учет максимальных показателей и показателей прироста результатов и ликвидирует недостатки общепринятой системы оценки, где невозможно было учесть соотношение прироста и абсолютного результата.

Список литературы.

1. Агутов П. Р. Технология и современное образование. Педагогика.-1996. №2.

2.Антропова М. В., Майке Г. Г., Кузнецова Л. М., Бородкина Г. В. Индивидуально-дифференцированное обучение в гимназии // Педагогика, 1996. № 5.

3. Анчар И. А., Василевский А. Б, Водейко В. И. / Под ред. Рожиной Л. Н Актуальные проблемы дифференцированного обучения / Минск: Нар. Асвета, - 1992.

4. Ашмарин Б. А. Теория и методика физического воспитания: Учебник для студентов фак. физ. культуры. М.: Просвещение, 1990.

5. Бабанский Ю. К. Как оптимизировать процесс обучения. М.: Знание,1978.

6. Бабанский Ю. К. Рациональная организация учебной деятельности. - М.: Знание, 1981.

7. Должиков И. И. Учитель работает по своей системе // Физическая культура в школе. 1993. - №5.