



Практические аспекты развития учащихся на уроках физической культуры

Обучение прыжкам в длину

Е.А. МИХАЛЁВА,

учитель физической культуры, школа № 153, г. Красноярск

М.Д. КУДРЯВЦЕВ,

доктор педагогических наук, доцент, профессор кафедры физического воспитания Сибирского государственного аэрокосмического университета им. акад.

М.Ф. Решетнева, заведующий кафедрой валеологии, профессор

Торгово-экономического института Сибирского федерального университета, г. Красноярск

Мои ученики будут узнавать новое не от меня; они будут открывать это новое сами. Моя главная задача – помочь им раскрыться, развить собственные идеи.

Г. Песталоцци

Поддержка личности в физкультурном образовании в контексте работы с детьми осуществляется с помощью интеграции педагогических усилий на основе принципов личностно-ориентированного подхода, учета культурных фактов, физкультурно-образовательного пространства, преемственности в педагогической деятельности при условии, что учащийся является активным субъектом учебно-воспитательного процесса [1]¹.

За последнее время в нашей стране значительно изменилась система преподавания образовательного физкультурного компонента на уроках физической культуры. В физкультурном образовании возросла вариативность типов учебных заведений, появилось большое количество авторских школ, которые предлагают многочисленные программы обучения детей младшего школьного возраста, что потребовало новых умений и знаний от учителя. Осознание учителем физкультуры современных целей образования ставят перед ним задачу пересмотра процесса взаимодействия с младшими школьниками в педагогической деятельности.

Увеличение объема учебного материала ведет к завышению требований, предъявляемых к учащимся, и усилению давления на них с целью его усвоения. Данное обстоятельство вступает в противоречие с призывом внедрить гуманистическую педагогику в общеобразовательный процесс. Учитель физической культуры придерживается тех правил, которые постиг в стенах учебного заведения: он должен учить, а ученик должен усвоить учебный материал. И он зачастую не задумывается над тем, может ли ребенок овладеть данным материалом. Вся система управления учебно-воспитательным процессом вольно или невольно побуждает учителя физической культуры относиться к ребенку как к некой единице, которая всегда может усвоить все, если приложить определенные усилия. И вопреки многим объективным факторам (состояние здоровья ребенка, психические и индивидуальные особенности и т.д.) и здравому смыслу, педагог стремится к тому, чтобы ученик освоил знания, двигательные умения и навыки, не заботясь о том, чтобы он испытывал комфорт и чувство радости познания.

Широкие возможности для осуществления личностно-ориентированной подготовки учащихся в физкультурно-образовательном пространстве, отвечающей принципам здоровьесберегающей педагогики, предос-

¹ В квадратных скобках указан номер работы из списка «Использованная литература». — *Ред.*



тавляет система обучения Д.Б. Эльконина — В.В. Давыдова

В трактовке направления Д.Б. Эльконина — В.В. Давыдова «...учебная деятельность — это один из видов деятельности школьников и студентов, направленный на усвоение ими посредством диалогов и дискуссий теоретических знаний и связанных с ними умений и навыков в таких сферах общественного сознания, как наука, искусство, нравственность, право и религия» [2].

Технология применения данной теории учебной деятельности в обучении физической культуре младших школьников детально разработана в Институте возрастной физиологии Российской академии образования М.Д. Кудрявцевым [3, 4] под научным руководством В.В. Давыдова, В.И. Ляха, Г.Б. Мейксона, Ю.А. Копылова и др. (1991–1995). Результаты научно-исследовательской и учебно-методической работы М.Д. Кудрявцева опубликованы в нескольких монографиях, методических и учебных пособиях, в программах по физической культуре. Названная авторская технология базируется на современной психолого-педагогической теории учебной деятельности деятельности Д.Б. Эльконина — В.В. Давыдова.

Учитель физической культуры Е.А. Михалева, познакомившись с методикой обучения школьников двигательными действиями, разработанной М.Д. Кудрявцевым на основе теории Д.Б. Эльконина — В.В. Давыдова, начала с 2004 г. применять в своей практической работе положения данной теории. К этому времени она уже имела свои наработки по применению развивающего обучения (работа со схемами двигательных действий, моделирование при обучении физическим упражнениям).

Обучение учащихся начальной школы прыжкам в длину по методике обучения двигательным действиям осуществляется в три этапа [3, 4].

Первый этап — формирование учебно-познавательных мотивов и потребностей.

Основная форма работы — дискуссия (класс — учитель, групповая дискуссия) — имеет своей целью формирование устойчивой мотивации к изучению двигательного действия, нахождение оптимального обще-

го способа действия, использование игровых упражнений и игр в группах и с участием всего класса для решения теоретических вопросов и заданий на практике.

Второй этап — обучение двигательным действиям через учебные операции и действия, посредством которых решается учебная задача.

Решались задачи: поиск взаимосвязи усилий и движений; выделение важнейших биомеханических связей в схожих по структуре выполнения двигательных действиях.

Непосредственно учебные задачи по овладению прыжковыми двигательными действиями решались с помощью учебных действий и операций. С целью решения задачи определения и освоения взаимосвязи усилий и движений (чем сильнее отталкивание, тем дальше прыжок) ученикам предлагались различные игры, задания, в которых они могли обнаружить данную взаимосвязь (игра «С кочки на кочку» и др.).

Далее проводилась работа по выявлению биомеханических связей в прыжках с места в длину и в прыжках в длину с разбега. Обучающиеся изучали закономерности в работе частей тела, их согласованности в различных фазах прыжка. Они рисовали схемы различных фаз прыжка, что способствовало развитию образного мышления, а также при этом с удовольствием работали с моделью человека.

Модель человека — кукла, сконструированная Е.А. Михалевой после посещения ею школьного музея детских поделок. До этого на уроках использовалась маленькая игрушка высотой 20 см, с помощью которой можно было детально разобрать, например, прыжок в высоту через планку. Но такая модель была слишком маленькой, и с ней было неудобно работать в классе. В сконструированной большой модели высотой 70 см с гнущимися руками и ногами (в них помещена проволока) есть позвоночник — большая пружина. Учащимся очень понравилась работать с новой моделью. С ее помощью можно представить всевозможные действия в прыжках в длину (а также в других упражнениях, связанных с проявлением сложной координации) и продемонстрировать последствия ошибок в технике выполнения различных двигательных



действий. С помощью модели ученики совершенствовали технику каждой фазы прыжка. В различных игровых упражнениях они контролировали правильное выполнение различных двигательных действий и указывали на ошибки друг другу.

Третий этап — переход от ориентации на получение правильного результата к ориентации на правильность применения усвоенного общего способа действия.

Ученики обобщали приобретенные двигательные умения в прыжках в длину и пробовали перенести их на другие виды двигательных действий (подвижные игры с прыжками («салки»), полоса препятствий, прыжки на улице через воображаемые препятствия: «лужи», «поваленные деревья», «кочки» и т.д.

Результаты педагогического эксперимента

Обучение прыжкам в длину на основе теории учебной деятельности имело значительные положительные результаты. Если в начале учебного года (2005/06) на низком техническом уровне прыжок выполняли более 60 % первоклассников, то в конце — 30 %. В следующем учебном году к концу второй четверти на низком техническом уровне прыжок выполняли только 14 % детей.

Эффективной формой выполнения практических заданий на уроках физической культуры является групповая работа. При постановке перед классом учебной задачи учитель помогает учащимся проводить дискуссию, сначала общую (учитель — класс), а далее — в небольших группах (3–4 человека). Совместно работающим учащимся для решения общей задачи необходимо, согласовав свои точки зрения договориться об общем способе действия. Обязательный момент всех занятий — рефлексия, являющаяся одним из компонентов творческого мышления, а также важнейшим качеством личностного становления, формирующимся в учебной деятельности [2].

Благодаря деятельностному подходу, в основе которого лежат *действие*, преобразующее предмет, *открытие общего* в этой предметности и *выведение из него частного*,

а также *решение учебных задач* [2], обучающиеся приобретают желание и умение учиться. Это ведет к воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, т.е. таких особенностей характера, которые формируются только в коллективной учебной деятельности.

С учетом положительного опыта обучения первоклассников прыжкам в длину на основе теории учебной деятельности разработаны и применяются на практике проекты занятий по обучению прыжкам в высоту, метанию мяча, кувырку вперед, владению футбольным мячом.

Для успешной и активной организации деятельности учеников на уроках используется метод круговой тренировки. Преимущество этого метода — возможность организовать учащихся одновременно в нескольких видах деятельности. Одним из основных положений развивающего обучения является создание условий для личностно-ориентированной подготовки учащихся в физкультурно-образовательном пространстве, отвечающей принципам здоровьесберегающей педагогики при использовании метода постановки и решения школьниками учебных задач. Исходя из этого положения, в процессе использования метода круговой тренировки учитель не дает обучающимся строгого задания, не указывает им, что надо делать на конкретной станции, а предлагает несколько вариантов выполнения одного и того же двигательного действия. Необходимо, чтобы ученики подходили к выполнению упражнений осмысленно и творчески, понимали, что дает им каждое упражнение. В связи с этим весь урок строится на диалоге. Например, учитель спрашивает: «Какие способности надо развивать, чтобы научиться играть в пионербол?» Учащиеся отвечают: «Ловкость, прыгучесть, координацию, силу...».

Младшие школьники любят выполнять разминку самостоятельно. Имея даже небольшой опыт, они могут сами составлять комплексы упражнений различной направленности. Учащиеся оформляют свои комплексы в тетрадах по физической культуре, которые имеют большое значение для формирования мотивации к занятиям физической культурой, создания привычки к



модному сегодня здоровому образу жизни. В этих тетрадах, кроме составленных самостоятельно комплексов, они оформляют и комплексы, разученные на уроках.

На уроках физкультуры у младших школьников формируется привычка быть активными, развивается их коммуникативная, организаторская, двигательная компетентность. Учитель вовлекает учащихся в деятельность, предлагая им попробовать себя в разных ролях (автора комплекса упражнений; групповода при организации деятельности в основной части; помощника при организации мест занятий; судьи при проведении эстафет и игр, распределителя ролей в сюжетно-ролевых играх и т.д.). «Скажи мне, и я забуду, покажи мне, и я может быть, запомню, вовлеки меня, и я пойму» (Конфуций, 450 г. до н. э.).

Полученные в ходе практического педагогического исследования результаты позволяют нам сделать следующие выводы:

1. Развивающее обучение в системе физического воспитания младших школьников — процесс самовозрастания знания в сознании, условия для которого создаются педагогами.

2. Польза от применения теории учебной деятельности при обучении младших школьников двигательным действиям очевидна, поскольку создает условия для развития личности при получении знаний и приобретении умений и навыков, что, в свою очередь, благоприятствует улучшению состояния физического и психического здоровья наших учеников.

3. Освоенное учениками умение решать учебную задачу на основе знания механизма достижения конечного результата будет способствовать более самостоятельному освоению и других двигательных действий, а также исправлению своих ошибок (т.е. переносу одних двигательных умений и навыков на формирование других в смежных видах прыжков). Тем самым у них формиру-

ются широко обобщенные двигательные умения и навыки.

4. Обучение прыжкам в длину на основе теории учебной деятельности помогает учащимся освоить общие, а затем и частные закономерности выполнения прыжковых упражнений, благодаря чему они осваивают другие виды прыжков быстрее и легче, что повышает в целом результативность обучения, прочность приобретенных навыков.

5. Разработанный подход обеспечивает объединение и органичное взаимодействие всех этапов представленной технологии и усиливает эффективность физкультурно-образовательной деятельности.

6. Доказана доступность и высокая результативность подхода, разработанного М.Д. Кудрявцевым и экспериментально проверенного учителем физической культуры Е.А. Михалевой.

Конечная цель развивающего обучения [5] состоит в том, чтобы обеспечить каждому ученику условия для развития как самоизменяющегося субъекта учения.

Быть таким субъектом — значит иметь потребность в самоизменении и быть способным удовлетворять ее посредством учения, т.е. хотеть, любить и уметь учиться.

ИСПОЛЬЗОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. *Белухин Д.А.* Основы личностно-ориентированной педагогики: Курс лекций. Ч. 1. Воронеж, 1996.
2. *Давыдов В.В.* Теория развивающего обучения. М., 1996.
3. *Кудрявцев М.Д.* Обучение первоклассников двигательным действиям / М.Д. Кудрявцев, Т.А. Швалева // Начальная школа. 2005. № 7.
4. *Кудрявцев М.Д.* Развивающее обучение в системе физического воспитания младших школьников // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка: Науч.-теор. журнал. 2003. № 3.
5. *Эльконин Д.Б.* Избранные психологические труды. М., 1980.