

Е.Л.Чеснова, Т.И. Шишкина

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ НОРМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КАК ОСНОВА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ

Аннотация: В статье проанализированы системы тестирования физических качеств школьников, показана необходимость внедрения индивидуальных норм физической подготовленности для повышения качества образовательного процесса по предмету «Физическая культура».

Педагогический контроль является важнейшим компонентом педагогической системы и частью учебного процесса, объектом теоретических исследований и сферой практической деятельности педагога. Представление о проверке знаний школьников как об отдельной составляющей образовательного процесса имеет принципиальное значение. Контроль эффективности усвоения материала является обязательным компонентом, востребованным на всех стадиях обучения. С его помощью можно выявить достоинства и недостатки новых методов обучения, установить взаимную связь между планируемыми, реализуемыми и достигнутыми уровнями образования, дать оценку достижениям учащегося и обнаружить недостатки в его знаниях, а также, дать руководителю учебного заведения объективную информацию для принятия управленческих решений. Особенно важно осуществлять его после прохождения раздела программы или завершения очередного класса.

Само понятие «педагогический контроль» применительно к учебному процессу имеет несколько трактовок. С одной стороны, педагогический контроль является цельной дидактической и методической системой проверочной деятельности, которая направлена на определение результатов учебного процесса и на повышение его эффективности. С другой стороны, применительно к учебному процессу под контролем понимают оценку' итогов учебной деятельности школьников.

Тестирование двигательных качеств является одним из наиболее важных и основных методов педагогического контроля в физическом воспитании, обеспечивающих проверку запланированных показателей физического воспитания для оценки применяемых средств, методов и нагрузок.

Данные контроля должны подвергаться систематическому анализу; творческому осмыслению и обобщению педагогом, и, обязательно, использоваться в будущей работе. Только в этом случае возможны постоянное улучшение качества учебного процесса, обогащение его средств и рационализация методики. Таким образом, в ходе педагогического контроля создается возможность при необходимости вносить коррективы в педагогический процесс.

Информация о результатах педагогического контроля, на наш взгляд, должна быть открытой для обучающихся и их родителей, чтобы давать им возможность наблюдать динамику развития. Только в этом случае, наглядный прирост результатов физической подготовленности будет

стимулом для дальнейшего самосовершенствования. В современной школе это возможно, благодаря наличию информационных технологий.

В настоящее время для организации педагогического контроля и оценки физической подготовленности школьников используются нормативы, предусмотренные образовательной программой по предмету «Физическая культура», система Президентских состязаний и игр. комплекс ГТЗО.

Нами детально рассмотрены тесты и нормативы каждой из вышеперечисленных систем и выявлены их преимущества и недостатки.

Система «Президентские состязания», на наш взгляд, имеет следующие преимущества: она доступна и надежна при проведении испытаний по выявлению уровня физической кондиции каждого человека, а также использует наиболее эффективные методы физических упражнений, такие, как игровой и соревновательный.

Среди недостатков данной системы можно выделить отсутствие тестов направленных на оценку ловкости и координационных способностей.

К очевидным преимуществам системы ГТЗО можно отнести её патриотическую и прикладную направленность.

Среди недостатков можно отметить следующие:

- Система оценок предполагает необходимое количество установленных испытаний с оценкой «превысил», однако для некоторых нормативов не установлен такой критерий.

- III ступень данной системы предполагает сравнение результатов учащихся пятых, sixth и седьмых классов (возраст 11-13 лет), таким образом учащиеся пятых классов имеют мало шансов стать призерами и победителями, а это, безусловно снижает интерес к соревновательной деятельности.

- По положению предусмотрено награждение победителей один раз в ступени, поэтому получение значка возможно только в 3-ем, 5-ом, 8-ом, 10-ом классе, что снижает стимул к дальнейшему физическому совершенствованию, как минимум на год.

- Сдача норматива по плаванию представляется нам весьма проблематичной, так как у многих учащихся нет возможности регулярно посещать бассейн.

Основными недостатками всех вышеперечисленных систем являются:

- узкий диапазон возрастного охвата;
- отсутствие возможности оценивать собственный уровень физической кондиции на протяжении всей жизни;
- отсутствие системы комплексной оценки физической кондиции человека в онтогенезе, с помощью которой преподаватель физического воспитания и учитель физической культуры в школе и сам человек могут корректировать физическую подготовку!

На наш взгляд, для осуществления мониторинга физической подготовленности, наиболее приемлемой является система «Проверь себя», предложенная автором Ю.Н. Вавиловым, так как она:

- имеет набор «сквозных» контрольных упражнений, приемлемых для людей от 6 до 60 лет и старше:

- доступна и надежна при проведении испытаний по выявлению уровня физической кондиции человека;

- дает возможность оценивать собственный уровень физической кондиции на протяжении всей жизни:

- позволяет выявлять двигательный (биологический) возраст человека относительно паспортного, поэтому формирует личную заинтересованность каждого человека в проверке своей физической кондиции и совершенствовании своей физической подготовленности:

- даёт комплексную оценку физической кондиции человека в онтогенезе;

- содержит оптимальное количество тестовых методик, оценивающих физические качества

[1, С.60].

Мы считаем, что приоритетными задачами педагогического контроля в рамках предмета «Физическая культура» являются:

- Стимулирование учащихся к дальнейшему совершенствованию физического состояния, для чего необходимы разработка и обоснование индивидуальных норм физической подготовленности.

Выявление преимуществ и недостатков применяемых средств, методов обучения и форм организации занятий и внесение коррекции в образовательный процесс.

- Обучение школьников навыкам определения уровня своей физической подготовленности и приёмам её коррекции.

- Спортивная ориентация и отбор для занятий тем или иным видом спорта.

Тестирование физических качеств у школьников, бесспорно, является одним из наиболее важных и основных методов педагогического контроля, который необходим для повышения качества образовательного процесса по предмету «Физическая культура». Но сегодня, недопустим традиционный подход к тестированию, когда индивидуальный результат сравнивается с показателями стандартизированных тестов и нормативов, так как у большинства учащихся это вызывает негативные эмоции. Тестирование должно способствовать повышению интереса школьников к занятиям физическими упражнениями, приносить им радость, а не вести к раз*витию комплекса неполноценности.

По нашему мнению, главным критерием при оценивании физической подготовленности учащихся должен выступать показатель «прироста качества», а не установленный норматив, а нормативные требования должны служить лишь ориентирами для разработки и обоснования индивидуальных норм физической подготовленности.

Таким образом, стимулирование школьников к дальнейшему повышению своих физических кондиций путём разработки и обоснования индивидуальных норм физической подготовленности на основе персональных результатов, является приоритетной задачей педагогического контроля проводимого в рамках предмета «Физическая культура».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Вавилов И.Я., Ярыги Е.А., Кокорина Е.Л.* Проверь себя (к индивидуальной системе совершенствования человека) // Теория и практика физ. культуры. - 1997. - № 9. - С. 58-63.