

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ ЗА ДИНАМИКОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ

Степанова Е.А.

МБОУ «Средняя школа № 81», г. Ульяновск

Современные условия жизни предъявляют высокие требования к уровню физического развития, работоспособности и защитным силам организма человека. Физическое воспитание учащихся эффективно стимулирует положительные функциональные и морфологические изменения в формирующемся организме, активно влияет на развитие двигательных способностей. Физическое воспитание учащихся должно обеспечить каждому учащемуся достаточный и необходимый минимум теоретической, технической и физической подготовленности, которые направлены на обеспечение базы в освоении физической культуры для жизнедеятельности, для развития личности, для формирования здоровья и здорового образа жизни. Анализ состояния физической подготовленности учащихся показывает, что за последнее десятилетие количество учащихся, имеющих низкую оценку физической подготовленности, увеличилось. Лишь небольшой процент учащихся вовлечены в занятия физической культурой и спортом, вместе с тем, недостаточная двигательная активность является причиной высокой заболеваемости детей.

Для целесообразной и эффективной организации занятий физической культурой необходимо иметь истинную информацию об уровне физической подготовленности учащихся на каждом этапе их обучения. Оценка эффективности физического воспитания должна производиться, с одной стороны, по состоянию здоровья учащихся, а с другой – по уровню развития основных физических качеств, т.е. по уровню физической подготовленности учащихся.

Физическое состояние и работоспособность учащихся изменяются под влиянием внешней среды, учебных занятий по физическому воспитанию. В связи с этим, своевременный контроль и оценка подготовленности учащихся позволяют рационально строить учебный процесс и определить его эффективность.

Педагогический контроль является одним из важных факторов повышения эффективности управления процессом физического воспитания учащихся лица. Систематическое наблюдение за двигательной подготовленностью каждого отдельного ученика позволяет своевременно наблюдать картину развития двигательных качеств и навыков, выявлять отстающие и, на основе дифференцированного подхода с помощью специальных педагогических воздействий, достигать необходимого эффекта в решении задач физического воспитания учащихся.

Нами была поставлена цель – выявить динамику развития основных физических качеств учащихся МБОУ СШ №81 на протяжении их учебы в данном учебном заведении.

В процессе трудовой деятельности нами был осуществлен систематический педагогический контроль за двигательной подготовленностью учащихся, провожу анализ динамики развития основных двигательных качеств учащихся.

Тестирование двигательных возможностей учащихся помогает решению ряда сложных педагогических задач: выявляет уровни развития кондиционных и координационных способностей, позволяет оценивать качество технической и тактической подготовленности. На основе результатов тестирования можно: сравнивать подготовленность как отдельных учащихся, так и целых групп, проводить спортивный отбор для занятий тем или иным видом спорта, для участия в соревнованиях; осуществлять в значительной степени объективный контроль за обучением (тренировкой), выявлять преимущество и недостатки применяемых средств, методов и обучения, форм организации занятий; наконец, обосновывать нормы (возрастные, индивидуальные) физической подготовленности подростков.

Кроме этого задачи тестирования сводятся к следующему:

- научить самих учащихся определять уровень своей физической подготовленности и планировать необходимые для себя комплексы физических упражнений;
- стимулировать учащихся к дальнейшему повышению своего физического состояния (формы);
- знать не столько исходный уровень развития двигательной способности, сколько его изменение за определённое время;
- стимулировать учащихся, добившихся высоких результатов, но не столько за высокий уровень, за запланированное повышение личных результатов.

Для достижения цели исследования необходимо было решить следующие задачи:

1. определить значение педагогического контроля за физической подготовленностью учащихся
2. выявить уровень развития физических качеств у учащихся
3. установить динамику физической подготовленности у учащихся в течение учебного года

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

- анализ специальной научно-методической литературы
- контрольные испытания (тесты)
- методы математической статистики

Для контроля было использовано пять двигательных тестов: бег на 30 м (скоростные), бег на 1000 м (выносливость), прыжок в длину с места (скоростно- силовые), подтягивание на перекладине (силовых), наклоны из положения сидя (гибкость).

Выводы.

1. Анализ специальной литературы позволяет сказать, что специалисты физической культуры и спорта считают одной из главных задач физического воспитания повышение уровня физической подготовленности учащихся. Для

решения этой и других не менее важных задач физического воспитания необходим систематический педагогический контроль, и его анализ. Последнее время появилось мнение, что оценивать работу учащихся необходимо по показателям прироста индивидуальных результатов, что позволяет создать у учащихся положительный психологический настрой и побуждает их добиваться более высокого уровня физической подготовленности.

2. Планирование учебной работы по физическому воспитанию должно осуществляться с учетом сенситивных периодов развития физических качеств.

3. Проведенное исследование показало, что в течение учебного года произошли положительные сдвиги по многим рассматриваемым тестам.

4 «б» класс. 2020-2021 уч. год

Ф.И.О.	Физические качества									
	скоростные		выносливость		скоростно-силовые		силовые		гибкость	
	Бег 30 м,с		Бег 1000 м		Прыжок в длину с места, см		Подтягивание		Наклоны из положения сидя, см	
	начал о уч.г	конец уч.г..	начал о уч.г	конец уч.г..	начал о уч.г	конец уч.г..	начал о уч.г	конец уч.г..	начал о уч.г	конец уч.г..
Бушов Артемий	5,5	5,3	4,48	4.40	175	170	0	0	0	1
Второва Наталья	5,5	5,4	4,26	4.15	130	160	6	6	18	18
Гвоздева Полина	5,5	5,3	4,00	3.50	175	190	2	2	10	10
Гойденко Софья	5,5	5,3	5,36	5.25	150	170	0	0	11	11
Григорьев Даниил	5,2	5,0	4,49	4.43	155	160	0	1	6	7
Гришин Егор	5,4	5,3	5,53	5.48	160	165	22	24	18	19
Ершова Екатерина	5,4	5,1	5,17	5.10	165	170	24	23	11	12
Ильина Варвара	5,7	5,2	4,18	4.01	180	185	19	19	18	18
Коновалов Олег	5,3	5,3	4,47	4.35	155	160	10	10	6	10
Коршунов Александр	5,7	5,0	5,46	5.40	170	170	11	11	21	21