

*М.Д. Кудрявцев,  
Е.А. Михалева,  
Г.Я. Галимов,  
А.Г. Галимова*

## **ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

В настоящее время очень актуален поиск и реализация путей оптимизации учебного процесса по физической культуре как в общеобразовательной школе, так и в вузе. С 1 сентября 2011 года прочно вошел в жизнь общеобразовательных школ Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (ФГОС НОО), представляющий совокупность обязательных требований при реализации основных образовательных программ начального общего образования ФГОС – 2.

В соответствии со Стандартом на ступени начального общего образования осуществляется: формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности – умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе. [3]

Реализация системно-деятельностного подхода как нельзя лучше проходит с помощью применения в образовательном процессе методики обучения младших школьников двигательным действиям на основе теории учебной деятельности Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова. Технология применения данной теории учебной деятельности в преподавании физической культуры в начальной школе детально разработана профессором, доктором педагогических наук М.Д. Кудрявцевым в Институте возрастной физиологии Российской Академии образования в г. Москве в 1991-1995 гг. Результаты научно-исследовательской и учебно-методической работы М.Д. Кудрявцева и учителей физической культуры – последователей его научной школы в данном направлении опубликованы в нескольких монографиях, методических и учебных пособиях, в программах по физической культуре.

Данная технология базируется на современной психолого-педагогической теории учебной деятельности Д. В. Эльконина – В. В. Давыдова, создающей возможность личностно-ориентированной подготовки учащихся в физкультурно-образовательном пространстве, отвечающей принципам здоровьесберегающей педагогики при использовании метода постановки и решения школьниками учебных задач. [2]

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» [1].

Современный учебный процесс невозможен без дискуссии (класс-учитель, групповая дискуссия в классе). Ее цель – нахождение оптимального способа действий и решения теоретических вопросов. В практической деятельности – это работа со схемами двигательных действий (рис. 1), с моделью человека (кукла, которую сшили ученицы и приспособили для моделирования различных двигательных действий с помощью встроенной пружины, имитирующей действия позвоночника, алюминиевой проволоки, прикрепленной к этой пружине и проходящей внутри до стоп ног и кистей рук); при выполнении игровых упражнений с мячом (рис. 3) и творческих заданий; при проведении рефлексивных моментов.

Обучение происходит от общего к частному по следующим этапам.

I этап. Формирование мотивов, выделение общего в различных способах выполнения, развития двигательных способностей для успешного выполнения определенных двигательных действий. На первых уроках, когда начинается формирование мотивов к выполнению изучаемых действий (от того, как и насколько они будут сформированы – зависит качество обучения), следуя от общего к частному, просматриваются видеоролики, рисунки, фотографии.

На этих уроках ученики приходят к решению того, что это двигательное действие нужно изучать потому, что умение выполнять кувырок помогает сгруппироваться во время падения (это не приведет к травме рук), прыгать через гимнастического козла, преодолевать различные препятствия и т.д. Когда у школьников возникает желание научиться, они испытывают свои возможности, выполняют это упражнение в облегченном варианте: кувырок с импровизированной горки (естественно, со страховкой учителя), а например, опорный прыжок, способом запрыгивания на снаряд в положение «упор сидя на коленях» (рис. 1).

При обучении опорному прыжку ученики смотрят на различные способы его выполнения, анализируют и сами выбирают простейший способ его выполнения. Если изучаемое двигательное действие травмоопасно, то необходимо заострить внимание на технике безопасности. С помощью модели (куклы) ученики моделируют различные действия, выясняют, что последует за каждым из них, решают, что необходимо сделать, чтобы достичь цели. Цель обозначается в виде нарисованной схемы

на доске. Затем школьники выполняют упражнения, заостряют внимание на том, что не получилось, решают, что надо сделать, чтобы выполнить верно.

II. Решение учебных задач по овладению двигательным действием.

A. Выполнение двигательного действия (чаще всего в облегченных условиях) с целью выявления закономерностей его выполнения.

B. Решение учебной проблемы: чему надо учиться, определение причин неудач и ошибок (рис. 2).

Средства: использование субъективного опыта в практической деятельности (игровые задания, различные упражнения и др.). Выполнение схем, работа с моделью человека: выделение движений, положительно влияющих на результат. Работа с моделью на данном этапе является очень ценной. Например, в прыжках невозможно зависнуть в воздухе и заниматься выделением движений, необходимых для положительного результата. Невозможно понять, какие движения можно выполнить, например после отталкивания от подкидного мостика, и что последует после выполнения каждого из них. Невозможно выбрать необходимые движения в кувырке для овладения его техникой без медленного его разбора с помощью модели (не на ученике же показывать) При чем моделью может быть не только кукла. Простая модель может быть выполнена только из проволоки.

B. Исследование зависимости между усилиями мышц и движениями. Данные учебные задачи по овладению, например, прыжковыми двигательными действиями решались с помощью учебных действий и операций следующим образом. С целью решения задачи определения и освоения взаимосвязи усилий и движений (чем сильнее отталкивание, тем дальше прыжок) учащимся предлагались различные игры, задания, в которых они могли обнаружить данную взаимосвязь (игра «С кочки на кочку» и др.). Далее шла работа по выявлению биомеханических связей в прыжках в длину. Ученики изучали закономерности в работе частей тела, их согласованности.

Г. Применение собственных выводов и предположений на практике.

III. Переход от получения положительного результата к ориентации на правильность применения учебного действия в нестандартных ситуациях.

Обязательный момент всех занятий – рефлексия, являющаяся одним из компонентов творческого мышления, а также важнейшим качеством личностного становления, формирующимся в учебной деятельности. Благодаря деятельностному подходу к обучению, согласно которому в его основе лежит действие, преобразующее предмет, открытие общего в этой

предметности и выведение из него частного, а также решение задач [1], ученик приобретает желание и умение учиться, что ведет к воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, то есть таких особенностей характера, которые воспитываются только в учебной деятельности.

Использование методики обучения двигательным действиям, разработанной М.Д. Кудрявцевым и реализованной на практике учителем физической культуры Е.А. Михалёвой, на основе теории учебной деятельности Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова способствует реализации одному из основных положений Стандарта ФГОС 2: «Стандарт ориентирован на становление личностных характеристик выпускника («портрет выпускника начальной школы»): любознательный, активно и заинтересованно познающий мир; владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности; доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение; выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни» [3].

Данная методика вполне может быть применима для оптимизации учебного процесса по физической культуре не только в общеобразовательной школе, но и при преподавании физической культуры в вузе.

Каким точным и актуальным является в наше время высказывание Конфуция (450 год до нашей эры): **«Скажи мне и я забуду, покажи мне и я, может быть, запомню, вовлеки меня и я пойму!»**.



Рис. 1.

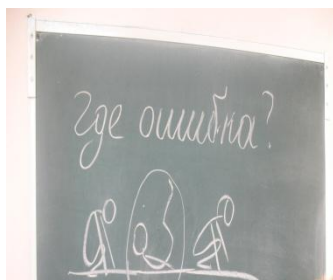


Рис. 2.



Рис. 3.

#### Библиографический список

1. Давыдов, В.В. Теория развивающего обучения / В.В. Давыдов. – М.: ИНТОР, 1996. – 554 с.
2. Кудрявцев, М.Д. Методика обучения младших школьников двигательным действиям на основе теории учебной деятельности : учебно-методическое пособие / М.Д. Кудрявцев. – М.: АПКИПРО, 2003. – 105 с.
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования». – М.: «Просвещение», 2011. – 14 с.