

УДК 37.016:796

ББК 74.267.5

В 58

Н.В. Ермолина

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры Астраханского государственного университета; E-mail: tomara-72_64@mail.ru

О.В. Морозова

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры спортивных игр и АФК Астраханского государственного университета; E-mail: ov-fomina@yandex.ru

А.В. Доронцев

Кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физической культуры Астраханского государственного медицинского университета; E-mail: aleksandr.doroncev@rambler.ru

О.Ю. Блохина

Старший преподаватель кафедры физической культуры Астраханского государственного медицинского университета; E-mail: olgablochina@rambler.ru

ВЛИЯНИЕ РЕГИОНАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ НА СТРУКТУРУ И СОДЕРЖАНИЕ УРОКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

(Рецензирована)

Аннотация. На основании комплексного исследования эффективности проведения занятий в школах Астраханской области по предмету «Физическая культура» была определена необходимость корректировки методологических и организационных компонентов для реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего образования. В результате проведенного педагогического эксперимента можно высказать мнение, что включение освоения туристических навыков и игры «Русская лапта» в региональный компонент программы по физической культуре позволит не только повысить показатели физической подготовленности и увеличение резервных возможностей организма учащихся, но и в значительной мере способствовать развитию познавательных способностей, а также ориентации во времени и пространстве.

Ключевые слова: физическая культура в школе, региональный компонент, показатели физической подготовленности, школьники 5-7 классов.

N.V. Ermolina

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Department of Physical Culture, Astrakhan State University; E-mail: tomara-72_64@mail.ru

O.V. Morozova

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of Department of Sports Games and AFK, Astrakhan State University; E-mail: ov-fomina@yandex.ru

A.V. Dorontsev

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of Department of Physical Culture, Astrakhan State Medical University; E-mail: aleksandr.doroncev@rambler.ru

O.Y. Blochina

Senior teacher of Department of Physical Culture, Astrakhan State Medical University; E-mail: olgablochina@rambler.ru

INFLUENCE OF REGIONAL FEATURES ON STRUCTURE AND OBJECT MATTER OF LESSONS OF PHYSICAL CULTURE

Abstract. A complex research of efficiency of training at schools of the Astrakhan Region on subject “Physical culture” has shown a need to correct methodological and organizational components to implement requirements of the Federal State Educational Standard of secondary education. The results of pedagogical experiment made by the authors give a reason to suggest that tourist skill learning and the game “Russian Lapta” included in a regional component of the program on physical culture will allow us not only to increase indicators of physical preparation and reserve opportunities of a pupil’s organism but also to largely contribute to the development of informative abilities and orientation in time and space.

Keywords: physical culture at school, a regional component, indicators of physical preparation, school students of 5-7 classes.

Введение. Реформа школьного образования обусловила введение государственных образовательных стандартов и выделение в содержании стандартов и образовательных программ регионального компонента. Одной из основных проблем эффективности проведения уроков по физической культуре является недостаточное методологическое обеспечение, не позволяющее качественно реализовать региональный компонент образовательного стандарта [1]. Исследования специалистов [2-3] обращают внимание на снижение не только физической подготовленности, но и на рост заболеваемости среди школьников и студентов, снижение у них регуляторно – адаптационного потенциала.

В связи с этим особую актуальность представляют исследования, направленные на научное обоснование теоретических, методических и организационных подходов к реализации регионального компонента в содержании образования [4-6].

Цель работы – обосновать и экспериментально проверить эффективность применения уроков физической культуры с элементами туризма и игрой «Русская лапта» в учебно-воспитательном процессе школьников 5-7 классов, разработанных с учетом региональных особенностей Астраханской области.

Основные задачи:

1. Разработать матричную модель уроков для 5-7 классов по предмету «Физическая культура» с соответствующим методологическим сопровождением регионального компонента.

2. Оптимизировать освоение навыков по туризму, освоение правил тактики и стратегии игры «Русская лапта» в рамках нестандартного проведения уроков по физической культуре.

Объект исследования – учебно-воспитательный процесс по физической культуре.

Предметом исследования является структура и содержание уроков физической культуры, разработанных с учетом региональных особенностей Астраханской области.

Результаты исследования и обсуждения. Астраханская область отличается особенной территорией, обусловленной широким диапазоном годовой температуры (от +41° С до – 30° С) и негативным экзогенным фактором. Показатели физического развития, физической подготовленности и состояния здоровья школьников ниже средних показателей по России. Большинство школ в области малокомплектные с низким уровнем материально-технического обеспечения. Школы Астраханской области на 84,4% обеспечены квалифицированными физкультурными кадрами. Около 40% опрошенных

учителей в регионе с большими трудностями пытаются самостоятельно разработать и реализовать региональный компонент образовательной программы по физической культуре [7-8].

Таким образом, к особенностям Астраханской области, влияющим на программный материал по физической культуре, мы отнесли:

– климатические условия (их проявление выражается в жарком климате, длительности теплых сезонов и продолжительности светового дня);

– многонациональность населения (развитие этнокультур и национальных видов спорта);

– социально-экономические условия (развитие экономической структуры, достаток населения, занятость населения, интересы населения).

На основе выявленных особенностей региона в нашем исследовании разработано содержание регионального компонента образовательной программы по физической культуре для учащихся 5-7 классов Астраханской области, построенное на целенаправленном применении средств туризма, русской лапты и отдельных видов легкой атлетики, универсально воздействующих на детей в процессе обучения, развития, воспитания, и совершенствовании адаптационных возможностей.

В связи с этим с 2014-17 учебные года в МБОУ СОШ с. Бузан Астраханской области был организован педагогический эксперимент, целью которого являлась апробация экспериментальной части регионального компонента уроков физической культуры, который, по нашему мнению, должен обеспечить качественную подготовку школьников. На основании разработанной вариативной части программы нами были внесены изменения в структуру и содержание уроков по физической культуре. Изменения коснулись распределения учебного времени, частей урока, используемых средств

физической культуры и сезонной продолжительности занятий на спортивном стадионе школы.

Критериями оценки физической подготовленности школьников стали результаты выполнения программных контрольных тестов, определяющих уровень развития физических качеств и освоенность двигательных умений и навыков. Нами выделены четыре уровня: I уровень – высокий; II уровень – средний; III уровень – удовлетворительный; IV уровень – низкий.

Уровень развития основных двигательных качеств оценивается по пятибалльной системе в соответствии с нормативами, приведенными в комплексной программе физического воспитания учащихся общеобразовательной школы [9].

Программой физического воспитания предусмотрено получение учащимися определенного уровня теоретических знаний.

Все три вида (знания, умения и физические качества) различны по структуре и содержанию обучения, но тесно взаимосвязаны. Как было сказано выше, нами будут оцениваться все три вида по отдельности, и на основе полученных оценок дана итоговая.

Для того чтобы выяснить эффективность предложенной программы, нами разработана матричная модель, которая предполагает возможность оценки всех составляющих педагогического процесса. Она позволяет также выделить ключевые моменты в применении таких видов физической подготовки, как русская лапта, виды легкой атлетики и туризм.

Одной из составляющих разработанной модели являются конспекты уроков по русской лапте, элементы легкой атлетики и туризма. По нашему мнению, интерпретация урока, как взаимосвязь и последовательность физических упражнений игровых видов спорта и циклических локомоций, справедлива, так как подчеркивается необходимость

Таблица 1

Модель реализации регионального компонента вариативной части программы по физической культуре

Компоненты модели	Ожидаемый результат от выполнения компонента модели
<p>Цель: создание организационно–педагогических условий средствами видов физической подготовки, направленных на развитие учащихся среднего школьного возраста.</p>	<p>Разработка программы по ФК с учетом региональных особенностей Астраханской области, создание модели урока с применением избранных средств, выявление показателей физической подготовленности учащихся среднего школьного возраста с помощью тестов.</p>
<p>Основные направления деятельности:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Внедрение видов физической подготовки, наиболее адаптированных к условиям Астраханской области в воспитательно–образовательный процесс средней общеобразовательной школы. 2. Развитие физических качеств, повышение адаптационного статуса учащихся среднего школьного возраста. 3. Оценка влияния занятий видами физической подготовки на комплексное развитие личности учащихся среднего школьного возраста. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создание рабочей программы по ФК для внедрения ее в воспитательно-образовательный процесс средней общеобразовательной школы. 2. Увеличение показателей, физического развития, развития физических качеств, резервных показателей сердечно-сосудистой системы и опорно-двигательного аппарата учащихся среднего школьного возраста. 3. Выявление динамики развития и подготовленности учащихся среднего школьного возраста через предложенные уроки ФК.
<p>Формы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – организация воспитательно–образовательного процесса; – организация научно–исследовательского процесса; – организация деятельности во внеучебное время. 	<p>Учебные занятия в средней общеобразовательной школе в классно-урочной форме; спортивно-воспитательные мероприятия.</p> <p>Научный эксперимент на базе средней общеобразовательной школы, консультации, обсуждение полученных результатов.</p> <p>Беседы со специалистами, участие в спортивных соревнованиях, туристических походах, написание учащимися рефератов.</p>
<p>Методы:</p> <ul style="list-style-type: none"> – диагностические; – формирования; – организации деятельности; – контроля. 	<p>Методы изучения физических качеств, физического развития, параметров адаптационно регуляторных механизмов, уровня социализации. Методы изучения динамики изменения физической подготовленности, свойств личности: тесты, методы математической статистики.</p> <p>Овладение знаниями, умениями, навыками в учебно-тренировочном процессе.</p> <p>Педагогические методы обучения и воспитания.</p> <p>Тестирование в целях диагностики уровня развития физических качеств, физического развития, развития высших психических функций, социальных способностей, анализ результатов тестирования.</p>
<p>Механизмы реализации педагогической модели</p>	<p>В процессе учебной деятельности.</p>
<p>Ожидаемые результаты реализации педагогической модели:</p> <ul style="list-style-type: none"> – соматический компонент; – когнитивный компонент; – физический компонент. 	<p>Реализация данной модели приведет к:</p> <ul style="list-style-type: none"> – увеличению резервных и адаптационных возможностей организма; – развитию познавательных функций и координационных способностей, таких, как память, внимание, мышление, прогнозирование; ориентация в пространстве и во времени; – увеличению физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость).

учета особенностей региона. При этом справедливо и то, что решающей является именно структура деятельности преподавания и учения. Поэтому мы в рамках эксперимента изменили соотношение частей урока, что повлекло за собой использование конкретных средств ФВ, таких, как специальные упражнения, относящиеся к видам спорта, включенным в вариативную часть регионального компонента программы.

С целью повышения результативности учебных занятий мы практиковали уроки, на которых учащиеся занимались преимущественно каким-либо одним видом деятельности. Это уроки усвоения новых знаний; формирования новых умений; обобщения и систематизации знаний, умений; контроля и коррекции знаний, умений; применения знаний, умений на практике. Все названные типы представляют собой «укороченный» комбинированный урок. Структура выделенных типов урока состоит обычно из трех частей: 1) организации работы (3-5 мин), 2) основной части (формирование, усвоение, повторение, закрепление, контроль, применение и т.д.) (35-40 мин), 3) подведения итогов и задания на дом (2-3 мин). Нами за основу взят нестандартный урок ФК, который проводился на открытой площадке школы. Нестандартный урок – это импровизированное учебное занятие, имеющее нетрадиционную (неустановленную) структуру.

При выявлении стартовых возможностей школьников мы

опирались на знания и умения, полученные в процессе занятий физической культурой. После математической обработки результатов учеников 5 класса было выявлено, что $15\pm 3\%$ учеников находятся на низком уровне, $25\pm 6\%$ учеников на удовлетворительном, $40\pm 10\%$ учеников на среднем, и $20\pm 5\%$ на высоком уровне физической подготовленности.

Ученики 6 класса были распределены следующим образом: $4\pm 1\%$ на низком уровне, $22\pm 3\%$ учеников на удовлетворительном уровне, $66\pm 5\%$ учеников на среднем уровне, $8\pm 2\%$ на высоком уровне. Ученики 7 класса заняли следующие позиции – низкий уровень – 0, удовлетворительный уровень – $29\pm 4\%$ учеников, средний уровень – $42\pm 5\%$ учащихся, высокий уровень – $29\pm 3\%$.

После того как были зафиксированы результаты физической подготовленности школьников 5-7 классов, нами сделаны определенные выводы и внесены корректировки в содержание разработанных нами уроков. По результатам промежуточного среза нами выявлена положительная тенденция роста показателей физической подготовленности, что говорит об эффективной реализации физического компонента нашей модели.

Последний срез проводился нами в октябре – декабре 2017 года и являлся контрольным. Его цель – зафиксировать результат экспериментального воздействия, т.е. показатели физической подготовленности школьников (сила, быстрота

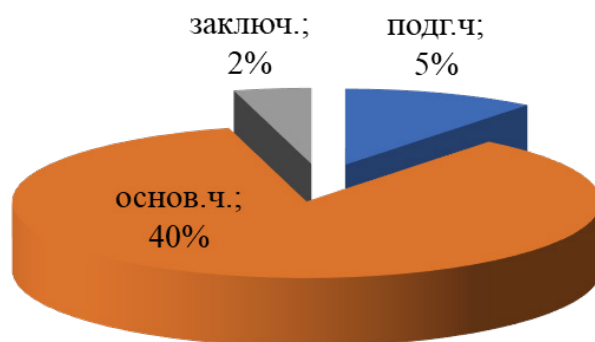


Рис. 1 Структура нестандартного урока физической культуры

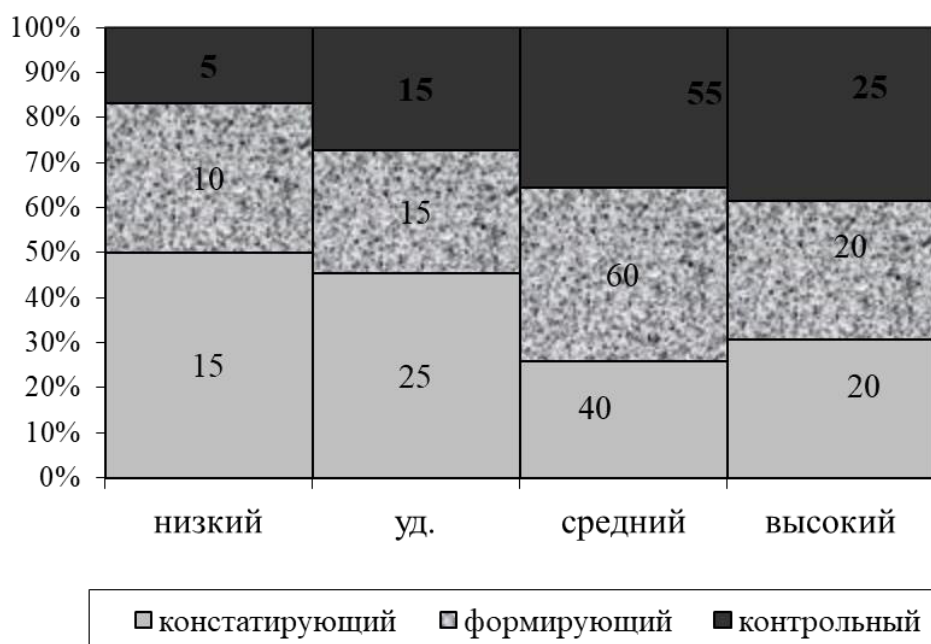


Рис. 2. Распределение учеников 5 класса по уровням физической подготовленности в процессе эксперимента

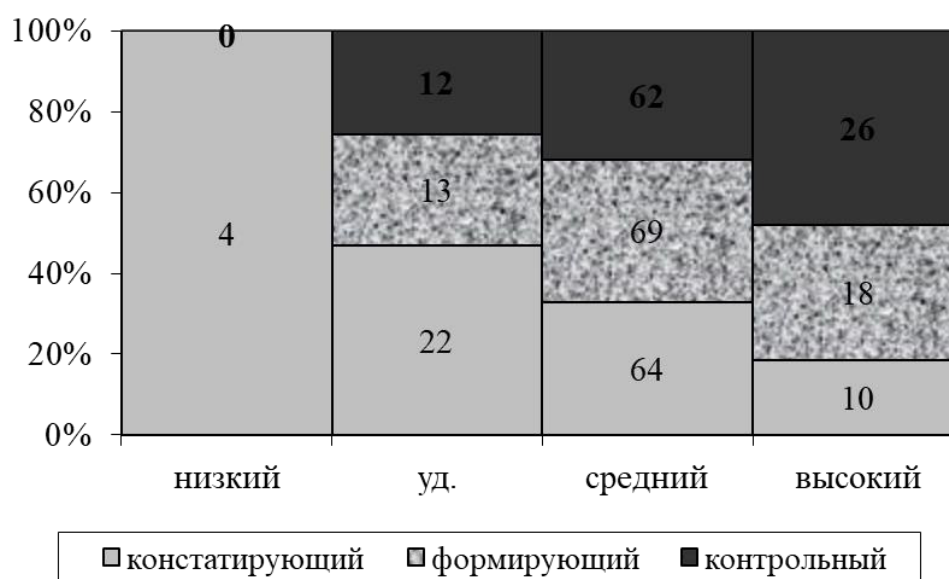


Рис. 3. Распределение учеников 6 класса по уровням физической подготовленности в процессе эксперимента

выносливость, гибкость, ловкость). Результаты нами были обработаны и представлены в работе как физический компонент нашей модели. Наиболее наглядно динамика уровня физической подготовленности учащихся представлена на рисунках.

Наиболее видимый прирост показателей физической

подготовленности, проявлений познавательных функций и координационных способностей – память, внимание, мышление, прогнозирование реалистичных моделей; ориентация в пространстве и во времени – зафиксирован в 5 классе. Это говорит о перспективах данного возраста, о способностях организма школьников развиваться

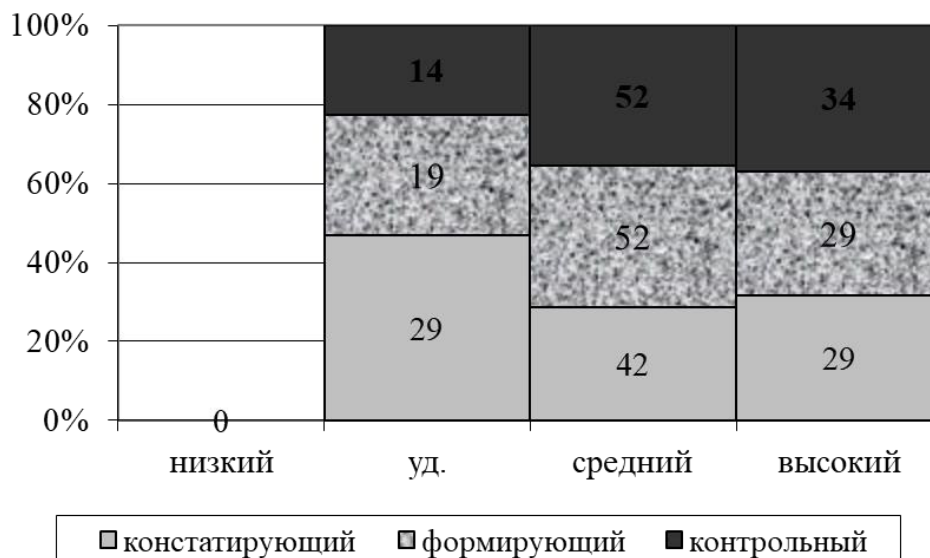


Рис. 4. Распределение учеников 7 класса по уровням физической подготовленности в процессе эксперимента

и совершенствоваться во всех направлениях физической культуры и спорта.

В процессе наблюдений и проверки творческих работ, касающихся теоретических вопросов программного материала по физической культуре, нами также выявлены положительные результаты, говорящие о развитии познавательных функций и координационных способностей, таких, как память, внимание, мышление, прогнозирование реалистичных моделей; ориентация в пространстве и во времени, значимое проявление которых мы зафиксировали во время занятий по туризму. Данные результаты подтверждают проявление когнитивного компонента модели.

Соматический компонент, характеризующий уровень резервных показателей организма, имел выраженную положительную тенденцию, которая определялась в повышенных показателях функциональных проб (18,7%).

Заключение. При разработке содержания регионального компонента программы необходимо учитывать материально-технические возможности городских и сельских школ, особенно малокомплектных.

Следует ориентироваться на использование таких средств и методов проведения занятий, которые требуют минимальных затрат, но в то же время являются действенными в реализации поставленных задач. При этом нужно как можно шире применять в образовательном процессе все многообразие естественных природных условий (особенности рельефа местности, природных ландшафтов).

В процессе нашего исследования выявлены типичные региональные особенности Астраханской области, влияющие на эффективность физкультурного образования школьников, а также на структуру и содержание уроков физической культуры.

В результате эксперимента реализована оздоровительная, рекреационная, образовательная направленность физкультурных занятий, определена значимая эффективность предлагаемого содержания регионального компонента программы по физической культуре, выраженная в повышении уровня теоретической, физической, спортивно-технической подготовленности учащихся и повышении их резервных возможностей.

Использование предложенных средств физической культуры,

таких, как туризм, русская лапта, элементы легкой атлетики, в образовательном процессе по физической культуре в школе позволило повысить уровень физической подготовленности учащихся. Достоверный прирост результатов в течение эксперимента наблюдался как во время формирующего эксперимента, так и контрольного. Результаты во всех двигательных тестах в конце эксперимента у учащихся оказались достоверно выше, чем при первичном тестировании.

Изучение материалов по освоению навыков участия в туристических походах, правил тактики и стратегии игры «Русская лапта» способствовало формированию у учащихся более высокого уровня теоретической подготовленности.

У учащихся 5-7 классов было выявлено повышение функциональных показателей, также наблюдалось снижение заболеваемости, но не достоверно ($p > 0,05$).

Учитывая высокий уровень заболеваемости населения в целом по области, а также типологию заболеваний и отклонений в физическом развитии школьников, упражнения, которые включались в содержание регионального компонента, индивидуально структурировались в зависимости от фактической физической подготовленности учащихся.

Таким образом, изменения, произошедшие в развитии физических качеств и повышении уровня функциональных резервов учащихся, свидетельствуют об эффективности предлагаемого экспериментального содержания регионального компонента программы по физической культуре для учащихся Астраханской области. Предложенная нами структура урока физической культуры позволяет реализовать оздоровительную, образовательную, рекреационную направленность педагогического процесса.

Примечания:

1. Доронцев А.В., Козлятников О.А. Характеристика и структура заболеваемости различного контингента школьников Астраханской области // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2014. № 11(117). С. 46-49.

2. Чичкова М.А., Светличкина А.А. Возможности адаптации сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам у лиц с ограниченными слуховыми возможностями // Астраханский медицинский журнал. 2016. № 4. С. 64-71.

3. Синдром ранней реполяризации желудочков у профессиональных спортсменов / М.Ю. Чичков, А.А. Светличкина, М.А. Чичкова [и др.] // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 5. С. 81.

4. Дажы, Ч.А. Спортивное ориентирование как национально-региональный компонент процесса физического воспитания школьников (на примере основной школы Республики Тыва): дис. ... канд. пед. наук. Красноярск, 2005. 162 с.

5. Костюк, А.П. Организационно-педагогические условия разработки регионального компонента государственного стандарта общего среднего образования: дис. ... канд. пед. наук. Калининград, 1999. 154 с.

6. Кривуля, А.Н. Разработка и реализация программы по физической культуре с учетом национально-регионального компонента: на примере начальных классов национальных школ Югры: дис. ... канд. пед. наук. Тобольск, 2003. 174 с.

7. Развитие образования Астраханской области: программа (с изм. на 14.08.2017). URL: <http://base.consultant.ru>

8. Социально-экономическое развитие Астраханской области в 2017 году: доклад подготовлен государственным учреждением Астраханской области «Центр социально-экономического мониторинга и аналитики». URL: <http://www.astobl.ru>

9. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся. М.: Колорит, 2014. 558 с.

References:

1. Dorontsev A.V., Kozlyatnikov O.A. Characteristic and structure of morbidity of various contingent of school students of the Astrakhan region // Scientific notes of the university of P.F. Lesgaft. 2014. No.11 (117). P. 46-49.
2. Chichkova M.A., Svetlichkina A.A. Possibilities of adaptation of cardiovascular system to physical activities at persons with limited acoustical opportunities // Astrakhan medical journal. 2016. No. 4. P. 64-71.
3. A syndrome of early repolarization of ventricles at professional athletes / M.Yu. Chichkov, A.A. Svetlichkina, M.A. Chichkova [et al] // Modern problems of science and education. 2016. No. 5. 81 pp.
4. Dazhy Ch.A. Sports orientation as a national and regional component of the process of physical training of school students (based on the main school of the Republic of Tyva): Diss. for the Cand. of Pedagogy degree. Krasnoyarsk, 2005. 162 pp.
5. Kostyuk A.P. Organizational and pedagogical conditions of development of a regional component of state standard of the general secondary education: Diss. for the Cand. of Pedagogy degree. Kaliningrad, 1999. 154 pp.
6. Krivulya A.N. Development and implementation of the program of physical culture taking into account a national and regional component: based on the initial classes of national schools of Yugra: Diss. for the Cand. of Pedagogy degree. Tobolsk, 2003. 174 pp.
7. The Development of Education of the Astrakhan Region: a program (with changes of 14.08.2017) <http://base.consultant.ru>
8. The social and economic development of the Astrakhan region in 2017: the report is prepared by the public institution of the Astrakhan region "Center of social and economic monitoring and analytics". <http://www.astrobl.ru>
9. Lyakh V.I., Zdanevich A.A. Physical culture. Grades 1-11: Comprehensive program of physical training of pupils. M.: Kolorit, 2014. 558 pp.