



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

ВЫСШАЯ ШКОЛА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

**Педагогическое сопровождение организации учебной деятельности**

**младших школьников на уроках физической культуры**

**Выпускная квалификационная работа по направлению  
44.04.01 «Педагогическое образование»**

**Направленность программы магистратуры**

**«Образование в сфере физической культуры и спорта»**

**Форма обучения очная**

Проверка на объем заимствований:

76 % авторского текста

Работа *Демидова Екатерина Андреевна* к защите  
рекомендована/не рекомендована

«*17 мая*» 2020г.

зав. кафедрой *Жабиков Владимир*

(Теории и методики ФКиС)

*Георгиев* ФИО

Выполнил (а): Демидова Екатерина  
Андреевна

Студент (ка) группы ОФ-214/225-2-1

Научный руководитель: к.п.н., доцент,  
зав.кафедры,

Жабиков Владислав Ермекбаевич

Челябинск  
2020 год

## Оглавление

ВВЕДЕНИЕ.....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
1 ГЛАВА 1. Педагогическое сопровождение организации учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры ...	8
1.1 Теоретический аспект педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников.....	8
1.2 Модель педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры.....	17
1.3 Условия реализации модели педагогического сопровождения младших школьников .....	28
Выводы по первой главе.....	38
2 ГЛАВА 2. Экспериментально-методическая деятельность по внедрению модели педагогического сопровождения .....	39
2.1 Организация исследования и методы реализации модели педагогического сопровождения.....	39
2.2 Реализация модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников.....	44
2.3 Обсуждение результатов опытно-экспериментальной работы.....	51
Выводы по второй главе.....	61
4 ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	62
5 СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	64
ПРИЛОЖЕНИЕ 1 .....	72
ПРИЛОЖЕНИЕ 2.....	74
ПРИЛОЖЕНИЕ 3.....	78

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования определяется в первую очередь важными социальными процессами, такими как становление личности человека в процессе получения образования и развитие этой личности в гармонии с собой и быстро развивающимся обществом. Таким образом, социально-экономическая ситуация выдвинула перед школой новые проблемы, связанные с физическим воспитанием школьников, развитием у них необходимых физических качеств, двигательных умений и навыков, которые на базе физической подготовленности учащихся закладывают основы собственного физического развития. Причем подкрепляется это требование общества на законодательном уровне, посредством ФГОС. Общеобразовательная школа должна формировать не только целостную систему знаний, умений, навыков, но и опыт саморазвития и личностной ответственности учащихся, способности к творческой созидательной деятельности, то есть ключевые компетенции, определяющие современное качество образования, данные требования предусмотрены и прописаны в федеральном государственном образовательном стандарте [57].

Кризис государственной системы физического воспитания в настоящее время отразился в значительной степени на уровне здоровья и физического состояния школьников. В концепции модернизации российского образования на период до 2010 года в качестве одного из приоритетных направлений образовательной стратегии определено создание системы физического воспитания школьников.

В психолого-педагогической литературе 20 века проблема физического воспитания школьников характеризовалась, в основном, в аспекте социально-педагогического развития общества. Данный подход явился научно-педагогическим базисом теории и практики физического воспитания. Основные фундаментальные вопросы данной проблемы раскрывались в исследованиях Б. А. Ашмарина, Г. Б. Болонова, В. П. Колманова, Н. А. Мелешковой, С. И. Петухова и др. В трудах этих исследователей дается представление о физическом воспитании, о здоровом образе жизни

школьников, рассматривается важность проблем формирования здорового образа жизни школьников [5; 13].

На рубеже 90-х годов прошлого столетия на страницах учебно-методических изданий и другой литературы развернулась острая дискуссия о сущности урока физической культуры в школе. Одной из самых сложных проблем в организации урока физической культуры в школе является сложность в решении оздоровительных задач. Несмотря на декларирование оздоровительной составляющей урока физической культуры как основной, в настоящее время практически не издаётся методических пособий и рекомендаций к проведению урока физической культуры с акцентом на укрепление здоровья школьников [60]. В первую очередь парадоксальным является то, что урок должен реализовать образовательные задачи также, как и оздоровительные, несмотря на проблемы оснащения спортивного зала, и пришкольных площадок, данная задача актуальна, и чаще всего она решается только равнодушным педагогом, следовательно, педагогическое сопровождение учебной деятельности на уроках физической культуры актуально.

Исследованием педагогического сопровождения занимались такие ученые как Акулова Е.Ф., Александрова Е.А., Белкин А.С., Иваненко М.А., Казакова Е.И., Крылова Н. Б. Педагогическое сопровождение на уроке физической культуры является важным компонентом, является решением многих проблем организации данного вида учебной деятельности ученика, ведь грамотно построенный урок физической культуры может стать ключом к здоровью школьника[2; 3; 9; 33].

Анализ теоретических положений и практики научного исследования позволили выявить следующие противоречия: между исследованием некоторых аспектов физического воспитания школьников и недостаточным вниманием к педагогическому сопровождению этого процесса; между системным характером проблемы физического воспитания и недостаточной изученностью опыта физического воспитания в отдельных видах образовательных учреждений; между большим количеством эмпирического

материала по организации физического воспитания школьников и отсутствием анализа этого процесса.

Разрешение этих противоречий составило основную проблему нашего исследования: каково педагогическое сопровождение физического воспитания младших школьников.

Недостаточная разработанность данной проблемы, необходимость повышения результативности физического воспитания и определение его перспектив обусловили выбор темы исследования: «Педагогическое сопровождение организации учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры».

Таким образом, **актуальность** выбранной темы состоит в том, что на уроках физической культуры повышенный риск травматизма, а также ограничения по здоровью у многих детей, именно поэтому учителю физической культуры важно создать наиболее действенную модель организации сопровождения учебной деятельности в современных условиях развития образования.

**Цель работы:** разработать модель педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры и провести её апробацию.

**Объект исследования:** учебная деятельность детей младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

**Предмет исследования:** развитие качеств личности при педагогическом сопровождении младших школьников на уроках физической культуры.

**Гипотеза:** использование модели педагогического сопровождения на уроках физической культуры позволит повысить оздоровительный аспект уроков через формирование у младших школьников адекватной самооценки, а также повысить результативность контрольных упражнений.

**Задачи:**

1. Проанализировать научно-методическую литературу и интернет-ресурсы по особенностям развития младших школьников.

2. Разработать и апробировать модель педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры.

3. Проанализировать результаты апробации модели педагогического сопровождения.

4. Выступить на заседании методического совета школы с результатами внедрения модели педагогического сопровождения.

**Методы исследования:** анализ научно-методической теории и работ педагогов по изучаемой нами проблеме; обзор программ учебных заведений по предмету «Физическая культура»; тестирование обучающихся; статистическая обработка результатов критерием Стьюдента.

**Этапы исследования:**

**Первый этап** (сентябрь 2018-октябрь 2018) был посвящен поиску и анализу литературных источников, отражающих научные основы педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры, в частности применение рефлексивно-деятельностного метода. На основании выявленной проблемы формулировались цель, объект, предмет, гипотеза и задачи исследования. На данном этапе проводился подбор методов исследования, а также контрольных испытаний для оценки эффективности применения разработанной модели.

**Второй этап** (октябрь 2018-сентябрь 2019)

Проводился педагогический эксперимент. В исследовании принимали участие 54 ученика 2 Б и 2 В классов, в каждом классе по 28 учеников. 2 Б класс – экспериментальная группа, 2 В – контрольная группа. Занятия физической культурой проводились по программе физического воспитания для общеобразовательных школ 3 раза в неделю по 40 минут. Занятия экспериментальной группы включали в себя ситуации для развития таких качеств личности как самореализация, коллективная работа, планирование, а также применение рефлексии как метода для развития самооценки.

**На третьем этапе** (март-апрель 2020 года) проводились повторные контрольные тестирования, анализ и математическая обработка полученных результатов исследования с формулировкой выводов.

**База исследования:** МБОУ «СОШ № 68 (ф-1)».

**Научная новизна:** Разработанная модель несет в себе сочетание соответствия требованиям ФГОС и разработки уроков физической культуры с учетом психологических особенностей младшего школьного возраста, что по себе является новым направлением развития физической культуры в условиях реализации ФГОС.

**Теоретическая значимость:** заключается в том, что разработанная модель может применяться педагогами методического объединения как основа для построения уроков физической культуры младших школьников.

**Практическая значимость:** заключается в том, что разработанная модель позволит снизить травматизм на уроках физической культуры, даст возможность повысить оздоровительный аспект уроков физической культуры.

**Апробация результатов** исследования осуществлялась автором участием в Международной Студенческой Научной Конференции «IV Междисциплинарный научный форум» 30 января 2020 года, во II Всероссийской научно-практической конференции «Образование, воспитание и педагогика: традиции, опыт, инновации» 30 апреля 2020 года.

## **ГЛАВА 1. Педагогическое сопровождение организации учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры**

### **1.1 Теоретический аспект педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников**

Младший школьный возраст - начало школьной жизни. Границы младшего школьного возраста, совпадающие с периодом обучения в

начальной школе, устанавливаются в настоящее время с 6-7 до 9-10 лет. Физическое развитие, запас представлений и понятий, уровень развития мышления и речи, желание идти в школу — все это создает предпосылки того, чтобы систематически учиться [38].

Данный период характеризуется сменой образа и стиля жизни, новые требования предъявляемые ребёнку в виде учебной деятельности зарождают социальную роль ученика, а также происходит восприятие его места в системе отношений через изменения интересов, ценностей и уклада жизни в целом. То есть в этот период школа дает не только новые знания, но и определенный социальный статус (см. таблицу №1).

В младшем школьном возрасте часто выявляются у детей: повышенная утомляемость, беспокойство, повышенная потребность в движениях. Это связано с физиологическими изменениями, младший школьный возраст — это время физического роста, дети быстро растут вверх, прослеживаются несоответствия в физическом развитии, что сказывается на незначительном упадке нервной системы, так как физическое развитие ребенка опережает нервно-психическое.

Таблица № 1 – Социальная ситуация развития в младшем школьном возрасте

Социальная ситуация	Происходящие процессы
Младший школьный возраст	Учебная деятельность становится ведущей деятельностью
	Завершается переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению
	Отчетливо виден социальный смысл учения (в отношении маленьких школьников к отметкам)
	Мотивация достижения становится доминирующей
	Происходит смена референтной группы, по сравнению с дошкольным возрастом
	Происходит смена распорядка дня
	Укрепляется новая внутренняя позиция
	Изменяется система взаимоотношений

Учебная деятельность является ведущей в младшем школьном возрасте, характеризуется результативностью, обязательностью, произвольностью. В младшем школьном возрасте целью обучения является создание условий для формирования новых психических образований, таких как произвольность психических процессов, рефлексия (личностная, интеллектуальная), внутренний план действий (планирование в уме, умение анализировать).

В.В. Давыдов, Д.В. Эльконин, И.В. Дубровина, Н.Ф. Талызина, Л.С. Выготский говорили о том, что в младшем школьном возрасте, прежде всего, динамично формируется мышление, в частности словесно-логическое. Это означает, что мышление оказывается главной функцией на начальной ступени школьного образования [27; 30; 54; 71].

В.В. Давыдов сформулировал положение о том, что содержание и формы организации учебной деятельности проектируют определенный тип сознания и мышления учащегося. Если содержание обучения — эмпирические понятия, то результатом становится формирование эмпирического мышления. Если обучение направлено на усвоение системы научных понятий, то у ребенка формируется теоретическое отношение к действительности и на его основе теоретическое мышление и основы теоретического сознания [27].

Главной целью развития является повышение роли интеллекта, а также создание опосредованной и произвольной сферы всех психических процессов. Чтобы внимание стало произвольным необходимы последовательные процессы:

1. Восприятие трансформируется в наблюдение;
2. Память материализуется как самовольное запоминание и воспроизведение с опорой на мнемотехнические средства (например, план) и становится смысловой;
3. Речь становится произвольной, построение речевых высказываний осуществляется с учетом цели и условий речевой коммуникации.

Словесно-логическое мышление, произвольная смысловая память, письменная речь, произвольное внимание, вербальное дискурсивное мышление – это ведущие новообразования. Причем произвольное внимание преобладает в младшем школьном возрасте, но всё же они способны сконцентрировать внимание на основных целях обучения. Активизировать внимание на познавательные процессы возможно с помощью волевых усилий, но данное действие еще не стабильно.

Младший школьный возраст характеризуется взаимоотношениями основанными на совокупности внешних условий, причем мнение сверстников не служит мерой для подлинной оценки самого себя, это связано с недостаточным уровнем развития сознания.

Осознание себя личностью, стремления к совершенству происходит именно в этом возрасте через проживание своей уникальности, данный процесс прослеживается во всех средах жизни ребенка, а также в межличностных отношениях в группе сверстников. У детей формируются иные формы активности и занятий в группе, что создает в них стремление подстроить свое поведение как принято в этой группе, подчиняясь законам и правилам. Далее зарождается интерес к проявлению своих лидерских качеств, дабы превосходить «одногогруппников». Для такого возраста характерны наиболее энергичные приятельские взаимоотношения, но они не отличаются прочностью, это происходит по причине обучения их находить друзей и умению налаживать связь с различными людьми.

Ключевым этапом формирования личности является именно младший школьный возраст, так как в этот период интенсивно формируется личность ребенка. Формирование происходит по нарастающей, так в первом классе качества личности мало выражены, но уже на границе конца третьего и начала четвертого класса личностные качества ребенка проявляются отчетливо как в системе ценностей, так и в отношениях со сверстниками и взрослыми. Мотивом для формирования структуры ценностей ребенка составляет из таких критериев как распространение связей в социуме, а также важности взаимоотношений. В этот период определяется тип личности

(социально нормативный, девиантный, акцентуированный) благодаря отношению к самому обучению и к школе в частности, ведь на данном этапе это важная и системообразующая позиция. К примеру, девиантный тип формируется по большей части из-за дезадаптации ребенка в школе, а также из-за его неуспеваемости. Группу риска по социально девиантному варианту развития личности можно выявить уже в конце первого класса, это ученики с ярко выражающимися психосоматическими и невротическими проявлениями, а также на фоне этого у них создается отрицательное отношение к школе и учебе. У детей из группы риска, неоднократно пережитые негативные эмоции, из-за низкой успеваемости и из-за наказаний родителями за плохие отметки, впоследствии этого снижение самооценки ускоряют образование совокупности психологической защиты [58].

Первая форма психологической защиты – проецирование, позволяющее сохранить самооценку «неуспешному» ребенку в том случае, если всю ответственность за свои «неуспехи» он переносит либо на родителей, либо на учителей, «виновных» в его неудовлетворительных результатах, что угнетает его возможность научиться признавать свои ошибки. Результатом такого снятия с себя ответственности является замедление его развития как личности, у него не происходит осознание этого.

Второй наиболее часто встречающейся формой психологической защиты, есть отрицание, ограждающее обучающегося на начальной ступени образования от занижения самооценки по причине плохой успеваемости. Данная форма при её активизации коверкает приходящую извне информацию, из-за избирательности и последующего блока опасных и отрицательных новостей, которые угрожают благополучию психики ребенка. Проявляется это и внешне, при попытке родителями или учителем услышать объяснения его поведения (вины), данный ребенок создает о себе впечатление очень невнимательного и рассеянного человека. Самооценка при данной форме искажается, чаще всего становится несоответственно завышенной, происходит это из-за того что ребенок не может при отрицании

получить объективную информацию о себе и о происходящих вокруг него событиях.

Младший школьный возраст можно назвать наиболее ответственным периодом детства школьника. Главные успехи в данном возрасте определены ведущим характером учебной деятельности и есть не что иное, как определяющее действие для следующих времен обучения. По итогу на выходе из начальной школы дети должны хотеть учиться, уметь учиться и верить в свои силы. Дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познаний и деятельности есть результат полного проживания данного возраста и его позитивные приобретения [65].

Исходя из выше сказанного, можно с точностью сказать, что педагогическое сопровождение для младших школьников является обязательным условием для школы, чтобы осуществить требования современного общества. Поэтому далее подробнее рассмотрим, что такое сопровождение и его отдельный вид – педагогическое сопровождение.

Термин «сопровождение», не заменить классическими словами, помощь и поддержка, так как суть его не совсем в этом. Под этим понятием следует понимать, что не любой вид помощи, а поддержка, для которой сохранение максимальной свободы и ответственности ребенка за свой выбор варианта решения проблемы, является приоритетом. Причем субъектом развития при исследовании явления «педагогическое сопровождение» является не только ребенок, но и его родители и педагоги.

Рассмотрим мнение Е. И. Казаковой, которая говорит что педагогическое сопровождение ничто иное как подход, способный создать условия для принятия субъектом развития оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора. Данный подход рассматривает субъект развития не только как развивающегося человека, но и как развивающуюся систему. Путь прогрессивного или регрессивного развития, определяется ребенком при разрешении разнообразных проблемных ситуаций, это и есть подход решения ситуации жизненного выбора.

Непрерывность сопровождения, комплексность подхода

сопровождения, приоритет интересов ребенка, рекомендательный характер советов педагога-сопроводителя, стремление к автономизации – все это основные принципы сопровождения ребенка в образовательном учреждении [33].

Такие авторы как Г. Бардиер, М. Р. Битянова, Е. И. Казакова, Н. Н. Михайлова, Е. Л. Федотова, С. М. Юсфин утверждают, что само сопровождение имеет разного плана подходы. Получить разные виды сопровождения, через изменение цели сопровождения [10; 56]. Поиск в научных источниках выдал следующие виды сопровождения: психолого-педагогическое, психологическое, педагогическое и медико-социальное (см. таблицу № 2).

Таблица № 2 – Характеристика видов сопровождения

Название вида сопровождения	Характеристика вида сопровождения
Психолого-педагогическое	сопровождение ребенка предполагает обеспечение потребности в непрерывном системном сопровождении, а также опору на позитивный внутренний потенциал развития ребенка, т.е. взаимодействие вместо воздействия.
Психологическое	сопровождение через позицию психолога по отношению к субъектам взаимодействия и основные принципы его работы: включенность, содействие, участие, обеспечение.
Педагогическое	сопровождение предполагает: диагностирование; консультирование; коррекцию; системный анализ проблемных ситуаций; программирование и планирование деятельности, которые направлены на разрешение и организацию всех субъектов образовательного процесса; координацию всех этих функций.
Медико-социальное	сопровождение является формой социальной поддержки и предусматривает предоставление конкретному лицу или семье комплекса медико-социальных услуг.

Педагогическое сопровождение развития личности носит комплексный характер, а именно: отражает механизмы взаимодействия людей в социальной сфере, одновременно выступает во временной, пространственной и институциональной формах, может быть отражено посредством системно-

структурных, процессуальных и деятельностных характеристик [8].

Для педагогического сопровождения целью является ориентир на развитие личности человека, находящегося под сопровождением, при этом осуществление сопровождения происходит с помощью специальных педагогических систем в их институциональном оформлении.

Аспект педагогического сопровождения это целая система, включающая в себя: личностное участие, консультирование, заинтересованное наблюдение, а также поощрение самостоятельности ребенка, которая проявляется в его активности.

По мнению исследователей Н. Б. Крылова, Е. А. Александрова педагогическое сопровождение подразумевает умение педагога быть рядом, следовать за ребенком, сопутствуя в его индивидуальном образовательном маршруте, индивидуальном продвижении в учении [3].

Педагогическое наблюдение как специфическая педагогическая система является важнейшим средством обеспечения педагогического сопровождения.

У научного наблюдения есть свои требования: конкретный замысел и его объективность, а также возможность контроля через повторение наблюдения, или принятия иных более действенных методов исследования [9]. Педагогическое наблюдение с педагогическим мониторингом имеет общие характеристики в данном соотношении.

Педагогическое наблюдение в процессе педагогического мониторинга, согласно А. С. Белкину, аналогично выполняет определенные функции (см. таблицу № 3).

Таблица № 3 – Характеристика функций педагогического наблюдения по А. С. Белкину

Название функции	Характеристика функции
Ориентировочная	ориентация субъектов в жизненном пространстве на основе полученной и получаемой информации.
Конструктивная	с одной стороны, кристаллизация индивидуальной позиции личности, с другой - расширение личностного пространства за счет установления позитивных контактов и взаимодействие с

	другими людьми.
Организационно-деятельностная	постоянная интеграция получаемой информации и научно - теоретического знания позволяет определить наиболее оптимальную позицию личности в процессе выполнения той или иной деятельности.
Коррекционная	уточнение и при необходимости поправка выполняемых задач, позиции личности в процессе деятельности.
Оценочно-прогностическая	дискретный процесс сличения и сравнения получаемой в ходе мониторинга информации с контрольными точками и предполагаемым конечным результатом исследования; данная функция до некоторой степени определяет и предыдущую.

Чтобы сложилось совокупное, обьективированное знание о предмете исследования в процессе педагогического наблюдения необходимо совершить ряд следующих действий: первичное накопление информации; первичная обработка информации; качественная обработка данных; классификация полученных данных; проверка полноты полученных данных; верификация прогноза исследования; коррекция методов, средств, результатов исследования.

Л. С. Выготский писал «диагностическое исследование предполагает готовую, уже установленную систему понятий, с помощью которой устанавливается сам диагноз и с помощью которой данное частное явление подводится под общее понятие» [20].

На первой стадии наблюдения складывается лишь внешняя форма процесса, чтобы понять содержание, скрытое за внешними формами, необходимо сделать анализ причин, предопределяющих появление внешних признаков, но и этот анализ не подразумевает точность выводов о характере развития образовательного процесса в целом, потому что мотивы могут носить временный, ситуативный характер и не отражать закономерности развития. Чтобы определить характер образовательного процесса и его направленность нужно придерживаться следующего алгоритма:

- сбор полной, но ограниченной диагностическими задачами информации;
- классификация полученной информации по степени диагностической

значимости;

- выбор способа ее обработки и постановки диагноза;
- соотношение диагностических заключений с педагогическими целями и конкретной системой педагогических мер тактического характера.

В общем, для системы педагогического сопровождения в образовательном процессе технология проведения педагогического наблюдения отражена в таблице № 4.

Таблица № 4 – Технология проведения педагогического наблюдения

Этап педагогического наблюдения	Действия педагога
Организационно - подготовительный этап	<ul style="list-style-type: none"><li>- определение цели, задачи и сроков исследования;</li><li>- выбор объекта наблюдения;</li><li>- определение параметров исследования;</li><li>- разработка инструментария (формы, методы, способы и т. д.).</li></ul>
Содержательно-технологический	алгоритм педагогической диагностики, включающего следующие операции: <ul style="list-style-type: none"><li>- нормативно-установочный;</li><li>- аналитико-диагностический;</li><li>- промежуточно-диагностический;</li><li>- исходно-диагностический;</li><li>- прогностический;</li><li>- коррекционно-технологический;</li><li>- итогово-диагностический.</li></ul>
Проектировочный	проектирование результатов наблюдения в модель педагогического сопровождения.

Исходя из вышеизложенного, можно определить основные теоретические аспекты, определяющие характер сопровождения младших школьников, для нашего исследования выбрали педагогическое сопровождение группового характера на основе собранных данных посредством педагогического мониторинга, которые представлены далее в работе.

## **1.2 Модель педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры.**

Младший школьный возраст это дети с 6- 7 до 11 лет (I-IV классы). Особенности развития младших школьников носят характер сравнительно планомерным развитием опорно-двигательного аппарата, но все же есть

различия в интенсивности роста некоторых размерных признаков, например, масса тела не увеличивается в большей мере, так как длина тела.

Младший школьный возраст является более плодотворным для целенаправленного роста пластичности во всех основных суставах, по данным исследований суставы детей в период обучения в начальной школе очень эластичны, аппарат связок подвижен, скелет еще включает в себя значительный объем хрящевой ткани, а также сохраняет значительную подвижность позвоночный столб до возраста 8- 9 лет [26].

Анатомические особенности мышц школьников начального звена обучения состоят в следующем - небольшое количество белка и жира в составе тонких волокон мышц, а также мелкие мышцы конечностей развиты меньше, чем крупные.

Показатели физиологических возможностей организма ребенка должны лежать в основе практики физического воспитания, являться её главными нормами в количестве физических нагрузок, а также построения двигательных действий в структуре физического воспитания и приемов влияния на организм ребенка [40].

Высокая двигательная активность характерна для детей младшего школьного возраста и является естественной потребностью. При этом двигательная активность понимается как кумулятивное число двигательных действий, которые выполняются в процессе повседневной жизнедеятельности одним человеком.

В летний период времени при свободном режиме за сутки дети от 7 до 10 лет способны совершать от 12 до 16 тыс. движений за день, причем у девочек суточная активность на 16- 30% ниже, чем у мальчиков. Девочки по большей части испытывают нужду в организации форм физического воспитания, так как в меньшей мере самостоятельно проявляют двигательную активность. В разное время года дети совершают различное количество движений за сутки, именно поэтому нужно учитывать эти данные при организации уроков у детей младшего возраста, дабы их естественную потребность в движениях восполнить.

Очень важным моментом является обеспечение детей достаточным количеством суточной двигательной деятельности, построенным с учетом возрастных особенностей и, конечно же, состоянием здоровья. Важно это еще и потому, что при переходе из класса в класс в период занятий в школе двигательная активность школьников не только не увеличивается, а наоборот, все более уменьшается.

В работах Н.Т. Лебедевой описаны установленные учеными нормы объема двигательной активности детей за сутки, для выполнения которых необходимо создать среду для обеспечения школьников нормальным объемом двигательных действий с учетом выполнения ими разных видов физических упражнений (см. таблицу № 5) [38].

Таблица № 5 – Двигательная активность учащихся младших классов при разных видах мышечной деятельности (по Н.Т.Лебедевой)

Вид мышечной деятельности	Продолжительность, мин	Объем движений, шаги	
		Мальчики	Девочки
Утренняя гимнастика (дома)		400-500	500-700
Гимнастика на уроке (в школе)		200-300	300-400
Физкультпауза на уроках			
и при самостоятельной работе		120-150	150-200
Подвижные игры:			
на переменах:			
больших		700-1000	800-1200
малых		400-500	500-600
на уроках физической культуры		1200-3240	
на открытом воздухе	60-90	3000-4000	4000-5000
Лыжная тренировка			
(внеклассные занятия)		6840-9120	

Примечание. За время урока физической культуры может быть обеспечено до 43—57% суточного числа движений в зависимости от

содержания урока. После занятий в школе дети должны в подвижных играх и спортивных развлечениях не менее 1,5—2,0 ч провести на воздухе [38].

Приведенные в таблице № 6 интегрированные данные отечественных и зарубежных авторов (В. Ф. Ломейко, В. И. Лях) свидетельствуют о том, что младшее звено обучения является в высшей степени благоприятным периодом для развития физических способностей [41].

Таблица № 6 – Темпы прироста различных физических способностей у детей младшего школьного возраста (%)

Физические способности	Среднегодовой прирост	Общий прирост		
		Мальчики	Девочки	и
Скоростные	5,7	6,0	17,2	18,0
Силовые	12,7	8,7	38,0	26,0
Общая выносливость	7,9	5,5	31,6	22,1
Скоростная выносливость	3,4	3,6	13,4	14,4
Силовая выносливость	10,4	7,4	11,7	29,7

У детей в возрасте от 7 до 10 лет формируются склонности и проявляется интерес к некоторым формам физической активности, таким образом можно выявить индивидуальные моторные признаки и их специфику, а также определить склонность ребенка к тому или иному виду спорта. В свою очередь это создает среду для успешного ориентирования в физической культуре и спорте, предопределению для школьника дальнейшего приемлемого направления физического совершенствования.

Как и воспитание в целом физическое воспитание тоже имеет ряд задач, в таблице № 7 прописаны задачи, решение которых происходит в младшем школьном возрасте через совместную деятельность ребенка и учителя.

Таблица № 7 – Задачи физического воспитания для младших школьников

Направление воспитания	задачи	физического	Средства выполнения задачи

Оздоровительная направленность	укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоническому физическому развитию, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.
Обучающая направленность	овладение основами разнообразных жизненно важных движений.
Развивающая направленность	развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.
Гигиеническая направленность	формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья.
Трудовая направленность	развитие работоспособности и развитие двигательных способностей.
Формирование здорового образа жизни	приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта.
Воспитательная направленность	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений; содействие развитию

	психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.
Теоретические основы и техника безопасности	выработка представлений об основных видах спорта, о применяемых в них снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий.

Особенности методики физического воспитания. Урок физической культуры – основная форма занятий физическими упражнениями в начальной школе. Урок физической культуры в начальной школе должен соответствовать общим педагогическим положениям и правилам методики физического воспитания. Содержание программы и специфичность задач по физическому воспитанию детерминирует разновидности урока физической культуры, при этом учитывая особенности возраста занимающихся.

При построении урока физической культуры для младших школьников учитель должен придерживаться следующих пунктов:

1. Одной из главных задач на уроке является совершенствование естественных двигательных действий (ходьба, лазание, прыжки, метания, бег и т.п.).

2. Для усвоения или совершенствования учебного материала следует использовать на одном уроке не более 2–3 задач физического воспитания.

3. Для детей в возрасте 6 – 9 лет следует уделить внимание упражнениям для формирования правильной осанки и укрепления мышц стоп.

4. Подвижная игра неотъемлемая часть урока для детей до 11 лет, поэтому ей следует уделить внимание примерно на половину общего времени занятия.

5. Обучать учащихся основным видам движений при этом уделяя повышенное внимание на правильность и точность выполнения упражнений, обязательство учителя физической культуры.

Исходя из рассмотренных звеньев физического воспитания можно выделить особенности учебной деятельности на уроках физической культуры.

культуры младших школьников: овладение школой движений, формирование элементарных знаний об основах физической культуры и здоровом образе жизни, что непременно необходимо детям для формирования гармоничной личности. Поэтому необходимо создать при обучении в школе для детей все условия для развития, прежде всего их личности, помочь в этом может грамотно выстроенное педагогическое сопровождение младших школьников.

Педагогическое сопровождение – формирование мировоззрения субъекта учебной деятельности младшего школьника выступает как первоочередная деятельность учителя, которая способна обеспечить развитие его инициативности, самостоятельности, критического отношения к собственным достижениям в учебной деятельности и других проявлений данной позиции, поддержку ребенка, испытывающего сложности в личностном развитии. При исследовании педагогического сопровождения можно выделить два основных направления: групповое, которое предполагает под собой формирование в учебной деятельности развивающей среды через условия, в которых происходит успешное становление у младших школьников позиции субъекта учебной деятельности; индивидуальное, направленное на преодоление личностных препятствий в процессе развития данной позиции [49].

Главными средствами педагогического сопровождения, которые способны активизировать точку зрения субъекта учебной деятельности младших школьников, выделяют личностно-развивающую ситуацию, обязывает к смыслопоисковой активности, а также субъект-субъектные формы учебного сотрудничества.

Такая ситуация подразумевает под собой развитие направленное на результат в первую очередь это принятие учебной деятельности как ценности. Также происходит развитие характеристик необходимых личности школьника, и это: самоорганизация, планирование, выработка требований к самому себе, преодоление возникающих трудностей, проявление инициативы и ответственности, проявление активности в совместной учебной работе; осуществление самоконтроля учебной деятельности, рефлексии,

планирования новых результатов, самооценки [65]. Для реализации данных условий выстраивается модель педагогического сопровождения на основе анализа учебной деятельности школьников.

Система из четырех компонентов составляет модель педагогического сопровождения становления у учащихся младших классов позиции субъекта учебной деятельности. Компоненты системы: критериально-диагностический, целевой, процессуальный (ситуационный), содержательный. Логика формирования позиции субъекта учебной деятельности младшего школьника предполагает под собой постепенность и включает три этапа и предполагает под собой последовательное становление - от осмысления учебной деятельности и проявлений усилий воли в достижении учебного результата к - навыку удержания цели, организации и планирования своей работы, а затем к - восхождению навыка стойкой самоорганизации, инициативы и рефлексии в процессе обучения.

В процессе группового педагогического сопровождения для каждого из этапов главенствует одна или несколько личностно-развивающих ситуаций, адекватных цели этапа на первом - это условия принятия учебной деятельности как ценного компонента своей жизни, на втором:

- ситуации самоорганизации, преодоления трудностей, проявления инициативы и принятия на себя ответственности;

- проявления активности в совместной учебной работе коллектива;

- планирования, осуществления и самоконтроля учебной деятельности,

и уже на третьем - ситуации:

- рефлексии учебных достижений, выработки требований к самому себе, планирования новых результатов;

- самооценки, ситуация волевых усилий становится актуальной в процессе индивидуального педагогического сопровождения по мере необходимости на каждом из этапов процесса [64].

Теоретические параметры позволили разработать модель пед.сопровождения учебной деятельности младших школьников (см. рис. 1).

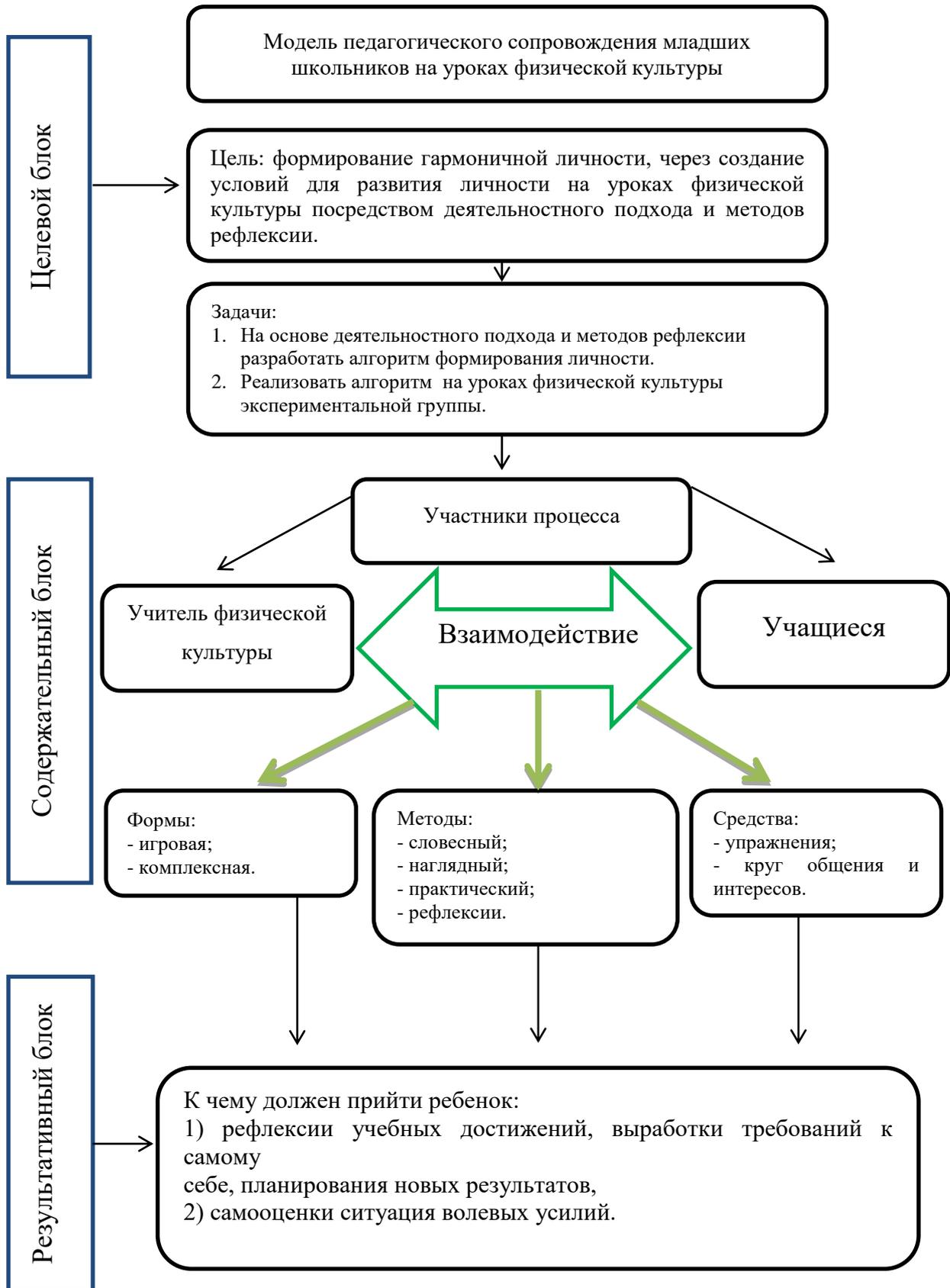


Рисунок 1 – Модель педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры

Но как мы сказали ранее для построения модели необходимо провести сбор информации, мониторинг и диагностику, рассмотрим алгоритм

педагогической диагностики. Алгоритм педагогической диагностики в цикле поэтапного осуществления действий, представлен в таблице № 8.

Таблица № 8 – Алгоритм педагогической диагностики

№ действия	Название действия	Осуществление действия
1.	Фронтальное изучение образовательного процесса с постановкой конкретных диагностических задач	первичное, целенаправленное, систематизированное накопление информации о деятельности, отношениях участников образовательного процесса.
2.	Систематизация	- классификация полученных данных с целью подготовки решению диагностических задач; - определение диагностического уровня информации.
3.	Учет и оценка внешних особенностей образовательного процесса	- анализ факторов, опередивших внешние проявления; - определение их устойчивости, периодичности.
4.	Интерпретация полученной информации и выдвижение гипотезы о возможной связи внешних проявлений с внутренним содержанием образовательного процесса	проверка полноты, точности полученной информации, корректировка предварительных заключений.
5.	Кодирование	зашифровка информации, обеспечивающая использование информации в диагностических целях.
6.	Прогнозирование	прогноз дальнейших тенденций развития образовательного процесса с учетом реальных возможностей в поддержке положительных, в блокировке - отрицательных факторов.
7.	Верификация	проверка истинности диагноза и прогноза.
8.	Планирование	перспективное и текущее планирование педагогической деятельности по реализации диагностических данных в мониторинге образовательного процесса.

Данный алгоритм при использовании для построения модели педагогического сопровождения даёт педагогу не строгое предписание, но и творческий поиск новых действий, переходящих в алгоритм, путем нахождения и преодоления в поиске противоречий, а также перестановки или изменении некоторых действий.

Для построения модели педагогического сопровождения с научной точки зрения всё же должны учитываться основные компоненты: особенность диагностического мышления педагога; система диагностических признаков и критериев распознавания возможного отклонения в развитии мотивационной готовности; специфические для диагностики методы и приемы распознавания. Для построения модели педагогического сопровождения на первом этапе работы собрали информацию о детях и об особенностях учебной деятельности учащихся 2 Б и 2 В классов (см. таблицу № 9).

Таблица № 9 – Информационная карта об учащихся 2-х классов

Информативный критерий	2 Б	2 В
1. Учебная деятельность (% учащихся обучающихся на «4» и «5»).	61 %	62 %
2. Количество прибывших учащихся из других школ, в %.	7 %	4 %
3. Количество детей, имеющих заключение комиссии ПМПК, в %.	7 %	7 %
4. Семья (% детей воспитывающихся в полной/неполной семье).	75 % полная семья / 25 % неполная семья	77 % полная семья / 23% неполная семья
5. Национальный критерий (% детей иной национальности).	18 %	12 %
6. Количество детей занимающихся в спортивных школах, %.	18 %	15 %

Математическая обработка результатов полученных в ходе сбора информации не показала статистически достоверных различий, значит их можно назвать равнозначными и обозначить контрольную группу и экспериментальную. 2 Б экспериментальная группа, 2 В контрольная группа.

Исходя из анализа собранной информации по теме работы и из анализа учащихся 2 Б и 2 В классов, выработали модель педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры групповой линии сопровождения (см. рисунок 1).

Делая анализ вышеизложенного, можно сделать вывод, что для построения модели педагогического сопровождения одних теоретических

аспектов недостаточно, для построения модели необходимо провести ряд исследований, включая педагогический мониторинг. Таким образом, в данном пункте представлена информация о вторых классах, которые выбраны для исследования, а также визуализирована модель педагогического сопровождения учебной деятельности экспериментальной группы.

### **1.3 Условия реализации модели педагогического сопровождения младших школьников**

Для успешного внедрения модели педагогического сопровождения необходимо рассмотреть педагогические условия и особенности подходов к организации уроков физической культуры в условиях введения федерального государственного образовательного стандарта общего образования, а также деятельностный подход и методы рефлексии как средство достижения требований ФГОС.

В данной работе под педагогическими условиями понимается совокупность обстоятельств педагогического процесса, влияющих на обучение, воспитание и развитие личности обучающегося. Педагогические условия делятся на три типа: организационные, психолого-педагогические и дидактические (см. таблицу № 10).

Таблица № 10 – Характеристика педагогических условий

Название условий	Определение условия	Функция условия
Организационно-педагогические	это совокупность факторов, которые позволяют решить образовательные задачи;	функция заключается в управлении процессуальным аспектом педагогического процесса.
Психолого-педагогические	это условия, которые обеспечивают педагогические меры воздействия педагога на обучающегося, призванные повысить эффективность образовательного процесса;	функцией является организация конкретных педагогических мер, направленных на воспитание, обучение и развитие личности.
Дидактические	это целенаправленный отбор содержания, методов и организационных форм обучения для достижения образовательных задач;	функция заключается в отборе содержания, приемов и форм работы для достижения образовательных целей.

Таким образом, важным условием реализации модели является не только учет данных педагогического мониторинга, но и выбор методов и форм сопровождения в соответствии с педагогическими условиями. То есть линия группового сопровождения учебной деятельности младших школьников в нашей работе построена именно на основе педагогического мониторинга и педагогических условий. Исходя из этого, реализация модели и её успешное внедрение находится в зависимости от качества проведенного педагогического мониторинга и подобранных форм и методов педагогических условий на основе данных этого мониторинга [1].

В рамках ФГОС результат обучения по предмету «физическая культура» должны стать личностные, метапредметные и предметные достижения учащихся. Эти важнейшие задачи обучения решаются при условии сформированности у учителя профессионализма и компетентности, для этого учителю необходимо освоить технологии проектирования и реализации урока в соответствии с требованиями ФГОС.

Рассмотрим тему внедрения в процесс проектирования новых технологических форм, на примере технологии деятельностной педагогики. Принцип деятельностного подхода основан на ситуации о том, что психика человека, развитие его личности непреложно сопряжены с его деятельностью и обусловлены деятельностью. Теория деятельностного подхода гласит, что усвоение сути опыта людей происходит не через путь передачи информации о нём человеку, а в последовательности его собственной деятельности, направленной на предметы и явления, созданные человеком, чтобы развить культуры. Значение этого подхода для учителя физической культуры заключается в следующем: деятельность на уроке физической культуры, является средством формирования физической культуры личности учащегося. При этом данная деятельность имеет виды: спортивная, адаптивная, образовательная, оздоровительная, рекреационная, коррекционная и т.д. Из средства в главный способ видов физкультурной деятельности трансформируется физическое упражнение.

В начальном образовании в сфере физической культуры расширились основополагающие цели, и изменилось программное содержание в связи с переходом к деятельностному подходу. Структура физкультурной деятельности включает в себя три основных учебных раздела.

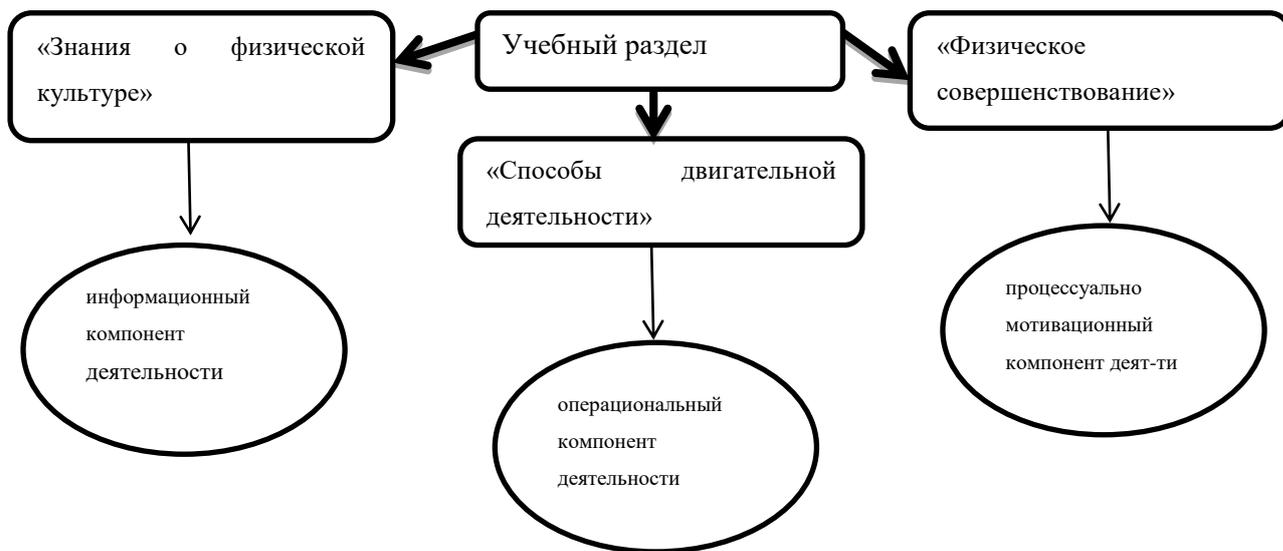


Рисунок 2 – Основные учебные разделы структуры физической деятельности и их компоненты

Конструирование учебного процесса учителем физической культуры в условиях иных требований проектирует новые подходы планированию образовательных результатов, а также к подбору содержания, методов, форм и технологий обучения. Достижение новых образовательных результатов в сфере физической культуры учениками эта основная задача учителя, чтобы ее выполнить он должен найти и использовать новые, более эффективные виды деятельности учащихся.

Систему учебных задач представляет учебная деятельность. Учитель задает учебные задачи через создание определенных учебных ситуаций, предполагающие, что их осуществление учащимися будет с применением определенных универсальных учебных действий [6].

Выработка значимых компетенций (сравнение, установление взаимосвязей, определение причин и следствий, решение противоречий) у обучающихся происходит при использовании учителем учебных ситуаций, данная технология, направлена на обнаружение предмета своего действия и решения конкретной задачи. Освоить технологию проектирования урока

физической культуры учителю поможет опора на классификацию типов учебных ситуаций для построения учебной деятельности на уроке для деятельностной модели обучения (см. таблицу № 11).

Таблица № 11 – Классификация типов учебных ситуаций

Ситуация	Сущность ситуации	На что направлена ситуация
Ситуация-проблема	прототип реальной проблемы, требующая оперативного решения,	выработать умение находить оптимальное решение.
Ситуация-оценка	прототип реальной ситуации с готовым предлагаемым решением,	оценить, а затем предложить своё адекватное решение.
Ситуация-иллюстрация	прообраз жизненной ситуации, которая включается в качестве факта в учебный материал,	визуальная образная ситуация, представленная средствами электронных образовательных ресурсов, которая вырабатывает умение находить более простой и целесообразный способ её решения
Ситуация-тренинг	образец стандартной или другой ситуации	предлагает описать или (и) решить ситуацию

Учебные ситуации могут отличаться содержанием одни нейтральные, другие проблемные. Проблемную ситуацию следует создавать при наличии проблемы, то есть противоречиях при столкновении ранее изведенного и неизвестного, или же опираясь на умения и неумение ученика. Пусковым механизмом к осуществлению деятельности учащимися на уроке в пределах реализации деятельностного подхода в обучении является именно создание учебной проблемной ситуации. Успешное решение учебной проблемы мотивирует учащихся, вовлекает их в участие в учебном процессе и делает его ответственным за результат этого процесса.

Учебные задачи, учебные действия, действия контроля и оценки составляют структуру учебной деятельности. Включение ученика в урочное

действие происходит через осознание им цели, методов достижения этой цели и получаемый результат. При построении уроков физической культуры более действенным будет выделение структурных элементов деятельности в качестве этапов урока. При рассмотрении деятельностной модели обучения спроектировали урок физической культуры и через изучение всего многообразия структур уроков выделили следующую структуру урока (см. таблицу №12).

Таблица № 12 – Структура урока деятельностной модели обучения

Этап урока	Задача	Краткое содержание
Организационный момент	- осознание учащимися смысла и значимости предстоящей учебной деятельности, возникновение положительной эмоциональной направленности.	Самоопределение к деятельности.
	- повторение изученного материала, необходимого для освоения нового знания и умения, выявление имеющихся затруднений, проблем.	Актуализация знаний и умений.
	- обсуждение имеющихся затруднений, проговаривание цели урока в виде вопроса или практической задачи, на которые предстоит найти ответ в виде темы урока.	Постановка учебной задачи.
Основной этап	- решение учебной задачи, обсуждение путей её решения в групповом (парном) диалоге.	«Открытие» нового знания и умения (предложения как выйти из затруднительной ситуации).
	- практическое выполнение продуктивных вариантов решения учебной проблемы,	Первичное закрепление.

	их комментирование.	
	- каждый должен сделать для себя вывод о том, что он уже умеет через самоконтроль и самооценку.	Самостоятельная работа с проверкой по эталону.
Заключительный этап	- закрепление и использование нового материала вместе с изученным ранее.	Включение нового знания и умения в систему знаний и умений, их повторение.
	- осуществление детьми рефлексии.	Рефлексия деятельности (итог урока).

Деятельностный подход рассмотрели выше и, основываясь на него, составили шаблон уроков физической культуры для успешного внедрения модели педагогического сопровождения, теперь рассмотрим подробнее метод рефлексии, каким образом именно рефлексия должна помочь ребенку в развитии его личности. Классификаций рефлексии множество, учителю для удобства можно комбинировать приемы, зная данные классификации, чтобы построить урок с учетом применения рефлексии [12].

Таблица № 13 – Классификация приемов рефлексии

Прием	Виды приема	Обоснование вида
Рефлексия по содержанию	Символическая	- когда ученик просто выставляет оценку с помощью символов (карточек, жетонов, жестов и пр.).
	Устная	- предполагает умение ребенка связно высказывать свои мысли и описывать свои эмоции.
	Письменная	- самая сложная и занимает больше всего времени. Уместна на завершающем этапе изучения целого раздела учебного материала или большой темы.

Рефлексия по форме деятельности	- коллективная;	Именно в таком порядке удобнее приучать детей к данному виду работы. Сначала — всем классом, потом — в отдельных группах, затем — выборочно опрашивать учащихся. Это подготовит учащихся к самостоятельной работе над собой.
	- групповая;	
	- фронтальная;	
	- индивидуальная;	

Рефлексия на уроках физической культуры, каким образом её можно организовать, чтобы она была успешной. Это довольно интересный вопрос. Изначально нужно чтобы был необходимый набор информации о себе и набор взаимосвязей, далее на основе этого – рефлексия. Для физической культуры непосредственно должна прослеживаться связь физиологии человеческого организма, с его эмоциональным фоном во время работы над собой. Ситуация для личной рефлексии создается медленно, из-за постепенного накопления материала.

Задачи для создания ситуации рефлексии:

1. Организация и проведение последовательных работ, результатом данного процесса является исследование ребенком себя, своих физических и двигательных особенностей и категории тела: вес, рост, формы, пульс и т.д.
2. Ребенок получает возможность отследить в различных плоскостях именно тот момент, когда можно понять, что и от чего с ним происходит, помогут ему в этом причинно-следственные связи в подсчете пульса, в составлении графика пульса, выяснении изменения пульса в зависимости от настроения, нагрузки.

Создание стержня методологии осуществленной предметной деятельности, применяемый в последующем в силу своей эффективности и продуктивности это главная цель методов рефлексии (см. рисунок 3).



### Рисунок 3 – Основные методы рефлексии

Для нас более важными являются метод личностной рефлексии и метод актуализации, так как применение именно этих методов направлено в первую очередь на становление человека как личности.

Таким образом, при рассмотрении условий реализации разработанной модели сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры представленной в пункте 1.2, раскрыли суть построенной модели. Смысл модели сопровождения в нашей работе заключается в первую очередь в осуществлении требований ФГОС через построение уроков физической культуры направленных не только на физическое воспитание младших школьников, но и на развитие их как личностей. Это в свою очередь согласно нашей гипотезе должно привести к осмысленному поведению детей на уроках физической культуры, что позволит снизить риск травматизма и повысить показатели здоровья школьников. При этом осмысленное поведение школьника мы намерены воспитывать посредством методов рефлексии и формированием адекватной самооценки ученика младшего школьного возраста.

Для осуществления идеи разработанной модели важно грамотно выстроить ряд условий для реализации и успешного внедрения модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников

на уроках физической культуры, при этом учитывая возможности базы исследования.

На основе выше сказанного можно сформировать ряд основных требований к условиям реализации разработанной модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры, через интеграцию деятельностного подхода и методов рефлексии:

1. Наличие базы исследования и учет её возможностей;
2. Выборка детей для экспериментальной и контрольной групп;
3. Педагогическая диагностика выбранных групп детей;
4. Педагогический мониторинг;
5. Подбор форм, методов и средств на основе педагогического мониторинга и педагогических условий разработанной модели педагогического сопровождения для взаимодействия с учащимися экспериментальной группы;
6. Проведение уроков с использованием выбранных средств и методов, форм в период второго этапа исследования.

### **Выводы по первой главе:**

1. Говоря о психических особенностях школьника на начальной стадии обучения стоит отметить следующие общие для всех детей в возрасте 7-10 лет особенности: повышенная утомляемость, беспокойство, рассеянность внимания.

2. При этом в период получения начального общего образования у ребенка происходит становление его личности, именно поэтому данный период должен быть максимально комфортным и иметь благоприятную среду для развития личностных качеств ребенка.

3. Урок является основной формой организации обучения младших школьников. Понимание смысла учебных задач, навыки самоконтроля и самооценки, осознание способов выполнения действий составляют совокупность качеств, формирующих умение учиться.

4. Главными особенностями уроков физической культуры является, что подбор методов и средств физического воспитания осуществляется через анализ показателей норм развития и выявления отклонений групп учащихся.

5. Специфические особенности урока физической культуры заключаются в том, что направлены на возможность воспитания личностных качеств: нравственных, морально – волевых, культуры поведения, здорового образа жизни [28].

6. Система из четырех компонентов составляет модель педагогического сопровождения становления у учащихся младших классов позиции субъекта

учебной деятельности. Компоненты системы: критериально-диагностический, целевой, процессуальный (ситуационный), содержательный.

7. Разработана модель педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры. Особенностью модели является включение в уроки физической культуры для младших школьников заданий на формирование рефлексивности и адекватной самооценки.

## **ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПО ВНЕДРЕНИЮ МОДЕЛИ**

### **2.1 Организация исследования и методы реализации модели**

В первую очередь для реализации модели необходимо организовать исследования по внедрению модели.

Цель опытно-экспериментальной работы: провести апробацию разработанной модели на уроках физической культуры для младших школьников с целью подтверждения эффективности модели.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 68 (филиал 1) г. Челябинска, ул. Агалакова, 19. В исследовании участвовали ученики 2 Б и 2 В класса, в каждом классе 28 учеников возрастом 8-9 лет. Ученики 2 В класса – контрольная группа, ученики 2 Б – экспериментальная. Исследование проводилось в период с сентября 2018 года по январь 2020 года и проводилось в три этапа.

**Первый этап** (сентябрь 2018-октябрь 2018) был посвящен поиску и анализу литературных источников, отражающих научные основы педагогического сопровождения младших школьников на уроках физической культуры, в частности применение рефлексивно-деятельностного метода. На основании выявленной проблемы формулировались цель, объект, предмет, гипотеза и задачи исследования. На данном этапе проводился подбор методов исследования, а также контрольных испытаний для оценки эффективности применения разработанной модели.

**На втором этапе** (октябрь 2018-сентябрь 2019)

Проводился педагогический эксперимент. В исследовании принимали участие 54 ученика 2 Б и 2 В классов, в каждом классе по 28 учеников. 2 Б класс – экспериментальная группа, 2 В – контрольная группа. Занятия физической культурой проводились по программе физического воспитания для общеобразовательных школ 3 раза в неделю по 40 минут. Занятия экспериментальной группы включали в себя ситуации для развития таких качеств личности как самореализация, коллективная работа, планирование, а также применение рефлексии как метода для развития самооценки.

Для решения поставленных задач нами использовались следующие методы исследования: педагогический мониторинг, анкетирование, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Анкетирование проводилось с учителем физической культуры, который преподает в данных классах физическую культуру, чтобы выяснить какие методы физического воспитания он использует на уроках, какие из них направлены на развитие рефлексии, самооценки учащихся.

Анкета состояла из 10 вопросов, направленных на выявление используемых методов физического воспитания на уроках физической культуры для 2 Б и 2 В классов. Анкета с ответами учителя физической культуры представлена в приложениях (Приложение 1).

Из проведенного анкетирования с учителем физической культуры выяснили, что использует на уроках традиционные методы физического воспитания, такие как общепедагогические и специфические, методами, направленными на воспитание самооценки и рефлексии учитель пользуется на уроках редко.

Далее провели выбор экспериментальной и контрольной групп, который основан на делении детей по классам, но для опытно-экспериментальной работы также учитывалась информация, представленная в таблице № 9, при анализе информации математическим путем не выявили достоверных различий меж классами и установили для работы экспериментальную группу, в которую вошли дети 2 Б класса.

Исходя из целей и задач построенной модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры, выделили критерии опытно-экспериментальной работы, заключающиеся в показателях уровня самооценки, рефлексивности и физической подготовки, которые измеряли с помощью педагогического тестирования, а именно тестами 1, 2 и 3 описанными ниже.

### **Педагогическое тестирование**

#### **Тест 1.** «Три оценки» А.И. Липкиной.

Цель: выявить складывающуюся у ученика оценочную позицию.

Реализация методики происходит следующим образом, ученикам предлагается выполнить задание в письменной форме (Приложение 2). Работы учащихся оцениваются тремя оценками: адекватной, завышенной, заниженной. Перед тем как раздать тетради ученикам говорят: «Три учительницы из разных школ проверяли ваши работы. У каждой сложилось разное мнение о выполненном задании и поэтому они поставили разные отметки. Обведите кружком ту отметку, с которой вы согласны». Затем, в беседе с учениками, выясняются ответы на следующие вопросы:

1. Твоя работа заслуживает отметки «три», а учительница поставила тебе «пять». Обрадуешься ты этому или это тебя огорчит?
2. Какие отметки тебя радуют, какие огорчают?
3. Каким учеником ты себя считаешь: средним, слабым или сильным?

**Тест 2.** Методика диагностики уровня развития рефлексивности, опросник А.В. Карпова.

Цель: предназначена для определения уровня развития рефлексии у личности.

В данной методике 27 вопросов, на которые дети должны, дать ответ используя следующие варианты ответа: 1 – абсолютно неверно; 2 — неверно; 3 – скорее неверно; 4 – не знаю; 5 – скорее верно; 6 – верно; 7 – совершенно верно. В данном опроснике нет верных или неправильных ответов, вопросы и баллы направлены на выявление сформированности у детей рефлексивности

**Тест 3. Физическая подготовленность.**

Цель: выявить показатели уровня физической подготовленности (см. таблицу № 14).

Используя основные контрольные упражнения выявить уровень физической подготовленности учащихся, а также выяснить есть ли различия по этим показателям у контрольной и экспериментальной группы, для сравнения выбрали 3 контрольных упражнения (бег на 30 м/с, прыжок в длину с места, см; поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз).

Таблица № 14 – Примерные показатели уровня физической подготовленности учащихся 2-го класса (8–9 лет)

Контрольные упражнения	Мальчики			Девочки		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Бег на 30 м, сек.	5,5	6,0	6,5	5,7	6,2	6,7
Челночный бег 3x10 м, сек.	9,2	9,7	10,2	9,7	10,2	10,7
Прыжок в длину с места, см	145	135	125	135	125	115
Подтягивание на перекладине (мальчики), кол-во раз	4	3	2	–	–	–
Подтягивание на низкой перекладине в висе лежа (девочки), кол-во раз	–	–	–	13	10	7

Поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз	18	15	12	16	13	10
Наклон туловища в положении сидя, ноги вместе, см	+8	+7	+5	+10	+8	+6
Бег на 1000 м, мин., сек.	5.50	6.10	6.30	6.05	6.25	6.45

Педагогический эксперимент – основной метод нашего исследования, который подразумевал апробацию модели педагогического сопровождения, направленную на развитие самооценки и рефлексии у обучающихся.

**На третьем этапе** (март-апрель 2020 года) проводились повторные контрольные тестирования, анализ и математическая обработка через критерий Стьюдента полученных результатов исследования с формулировкой выводов.

#### **Метод математической статистики – критерий Стьюдента**

Двухвыборочный t-тест Стьюдента используется для проверки гипотезы о равенстве средних для двух выборок данных из разных генеральных совокупностей. Эта формула t-теста предполагает несовпадение дисперсий генеральных совокупностей и обычно называется гетероскедастическим t-тестом. Применение обуславливается следующими показателями: равные дисперсии генерального распределения; дисперсии генеральной совокупности не равны; представление двух выборок до и после наблюдения по одному и тому же субъекту. Значение t-статистики  $t$  вычисляется и отображается как «t-статистика».  $t$  может быть положительным или отрицательным, данное значение зависит от данных. Если выдвинуть предположение о том, что средние генеральной совокупности равны, при  $t < 0$   $P(T \leq t)$  одностороннее дает вероятность того, что наблюдаемое значение t-статистики будет более отрицательным, чем  $t$ .

При  $t \geq 0$   $P(T \leq t)$  одностороннее делает возможным наблюдение значения  $t$ -статистики, которое будет положительным, чем  $t$ . Статистически значимыми являлись значения при  $p < 0,05$ , при  $p > 0,05$  – статистически не достоверны.

## **2.2 Реализация модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников**

Модель педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры, представлена в пункте 1.2, условия реализации модели прописаны в пункте 1.3.

Реализация модели осуществлялась на уроках физической культуры во вторых классах в период с ноября 2018 года по сентябрь 2019 года, за этот период с детьми, входящими в состав экспериментальной группы велась работа с учетом особенностей их учебной деятельности, которые мы выяснили в ходе педагогического наблюдения и педагогического мониторинга, далее на основе результатов мониторинга и наблюдения составили информационную карту, представленную в пункте 1.2. Исходя из информационной карты и построенной на основе этой карты, педагогического мониторинга и педагогических условий модели сопровождения учебной деятельности младших школьников подобрали формы и методы работы с детьми экспериментальной группы.

Во-первых, рассмотрим основные педагогические формы организации учебной деятельности для школьников, таковыми формами являются: – индивидуальная; – индивидуально-групповая; – коллективные; – классные; – внеклассные. Для младших школьников данные формы актуальны даже на примере уроков физической культуры.

Исходя из ответов учителя физической культуры на анкету, представленную в приложении № 1, выяснили, что для младших школьников данные формы применяются, но предпочтение все же отводят индивидуально-групповой форме организации урока, так как данная форма, по мнению учителя физической культуры, позволяет использовать основные средства физического воспитания более эффективно.

Для нашей работы формы подбирались с учетом не только наблюдений, но и с учетом возрастных особенностей младших школьников, так как у детей в начальной школе трудности со вниманием, им сложно сосредоточиться, именно поэтому им быстро надоедает механизм стандартности проведения уроков, стереотипное проведение упражнений, для активизации внимания и включают в урок занимательность, чтобы внести элементы игры, дабы сделать урок эмоциональным и насыщенным [28]. Поэтому основной формой работы с детьми является индивидуально-групповая в виде игровой деятельности, так как в ходе игры у них проявляются не только основные физические качества, но и социально важные качества, такие как взаимоотношения в коллективе, лидерские способности личности.

Через игру ребенок получает возможность примерить на себя социальные роли, а также включиться в систему социальных отношений. Главным мотивом таких игр является не манипуляции с предметами, а общение детей друг с другом, их взаимодействие.

Рассмотрим особенности устройства детского коллектива, относящегося к группе младшего школьного возраста, чтобы грамотно выстроить средства воздействия по линии группового педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников для нашей опытно-экспериментальной работы с учащимися 2 Б класса.

Главной особенностью коллектива младших школьников является, что руководителем коллектива всегда будет взрослый, который координирует и направляет действия детей внутри коллектива. Поэтому коллектив на данном этапе обучения редко развит в высшей степени, то есть нет самоуправления.

Первый год обучения в начальной школе характеризуется тем, что коллектив находится на стадии зарождения, так как дети мало знают друг о друге, поэтому не имеют налаженных коммуникативных связей между собой. В данный период лучше всего для сплочения коллектива использовать игры, данный выбор связан с особенностями развития детей в этот период.

Для детей обучение во втором классе является периодом формирования основ коллектива. Именно в этот период на основе разных ценностных ориентиров у детей возникают межличностные конфликты, поэтому могут появиться «изолированные» дети. Проблемой является еще и то, что проявляются психологические барьеры – у второклассников может возникнуть замкнутость, страхи, истеричность, это их отличает от первоклассников, которые ведут себя искренне и открыто. Поэтому игры должны иметь направление на формирование общих правил поведения в коллективе, преодоление психологических проблем, решение и предупреждение конфликтных ситуаций, выработку навыков взаимодействия.

Обучающиеся 3 класса уже больше напоминают сплоченный коллектив, чем дети из 2 класса. В этот период дети более инициативны в совместном выполнении общественных поручений в классе. Более того данный период наиболее важен для ребенка, ведь именно в этот временной промежуток раскрываются его личностные качества, он начинает осознавать свою индивидуальность.

Только в 4 классе учащихся можно назвать полноценным практически сформировавшимся коллективом. Участники коллектива при этом проявляют заинтересованность в социально значимой деятельности и могут давать оценку поведения своих одноклассников, нести общую ответственность. В таком коллективе есть актив, который руководит жизнью класса, выделяются дети с лидерскими запросами.

Так как в нашей опытно-экспериментальной работе мы занимались с коллективом 2 класса, рассмотрим решения проблем периода формирования коллектива в этом возрасте. Таким образом подобрали игровые средства для решения установленных проблем внутри коллектива 2 Б класса.

Для того чтобы дети себя чувствовали комфортно в коллективе проводили с ними следующие игры: «здравствуй, друг»; «корабли и скалы». Игра «Здравствуй, друг» направлена на уменьшение неуверенности и страха ребенка сделать что-то не так. По сути это готовый ритуал приветствия,

который не займет на уроке много времени. Правила игры: класс делится на две группы; первая группа встает в круг; участники другой группы заходят внутрь круга первой группы и тоже встают кругом, при этом повернувшись лицом к своим одноклассникам. Получаются пары, которые будут здороваться друг с другом, повторяя за учителем его слова и движения:

- Здравствуй, друг! (Жмут друг другу руки);
- Как ты тут? (Хлопают правой рукой полевому плечу партнера);
- Где ты был? (Осторожно треплют ухо);
- Я скучал! (Складывают руки на груди);
- Ты пришел! (Разводят руки в стороны);
- Хорошо! (Обнимаются).

После этого внутренний круг сдвигается вправо, перейдя к другим партнерам, и снова произносится приветствие, возможен повтор в несколько раз. В ситуации, когда все действуют по одинаковому шаблону, ребенок будет чувствовать себя равноправным членом коллектива, сможет раскрепоститься и преодолеть замкнутость.

Игра «Корабли и скалы» направлена на создание условий для выработки первичных навыков взаимодействия. Правила игры: класс делится на две группы; первая группа «скалы» им следует расположиться по залу и присесть; другая группа «корабли» должны закрыть глаза и начать двигаться по залу в хаотичном порядке. Если такой «кораблик» будет приближаться к какой-то «скале», то ребенку, который ее изображает, нужно зашипеть, имитируя звук морского прибора. Всем участникам необходимо постараться избежать кораблекрушения [34].

Важно обсуждать результаты игры, например, почему произошли случаи столкновения. Также привести ребят к выводу, что товарищеская поддержка одноклассников может помочь избежать неприятностей. Требуют к себе отдельного обсуждения случаи поведения некоторых ребят (если такое произошло), которые нарочно не издавали никаких звуков, чтобы «корабль» натолкнулся на них. В ходе обсуждения могут быть выработаны некоторые

правила поведения в коллективе: не создавать неприятностей друг другу, оказывать помощь и тому подобное.

Таким образом для работы с коллективом 2 Б класса изначально проработали их проблемы возникающие внутри коллектива в ходе его формирования. Далее задействовали следующие методы и средства для реализации модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры, исходя из целей и задач данной модели.

Для достижения успешности внедрения модели в ходе работы с экспериментальной группой были использованы следующие методы: рефлексии, формирования самооценки, формирование азов планирования, работа в коллективе, рассмотренная выше.

**Рефлексия** проводилась, чтобы вначале научить детей процессу рефлексии, а потом для закрепления новых знаний, а также рефлексии на результаты учащихся. Упражнение рефлексии «Здесь и теперь» суть, которого научить детей рефлексии посредством следующей последовательности действий: - учитель предлагает каждому ученику выразить свое понимание об обстановке, в которой он и класс находятся (вербально, невербально, рисунком на листе бумаги, движениями); каждый из класса по пятибальной шкале оценивает степень своей собственной усталости, активности и интереса к происходящему; после этого учитель дает основные понятия рефлексивной работы.

Для закрепления новых знаний проводилось следующее - устная и письменная виды рефлексии. Устная рефлексия проводилась с помощью следующих предложений:

- Сегодня на уроке я узнал...
- Меня заинтересовало...
- Полезным оказалось...
- Возникли трудности с...
- Я понял...
- Я справился с этими заданиями...

– Я выполнил...

Для письменной формы применялся в качестве упражнения на рефлексию результатов учащихся метод сравнения «Я» в разные периоды времени, чтобы показать чему они научились за определенный период времени, то есть учащиеся вели дневник достижений, куда записывали свои результаты после урока.

**Формирование самооценки** использовались упражнения для работы в группе, чтобы сформировать адекватную самооценку у ребят с заниженной использовалось упражнение «Дракон» и для агрессивных ребят с завышенной самооценкой упражнение «Жужа».

«Дракон»

Цель: помочь сформировать детям адекватную самооценку, которые испытывают затруднения в общении, помочь обрести уверенность и почувствовать себя частью коллектива.

Игроки становятся в линию, держась за плечи друг друга. Первый участник — «голова», последний — «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Как только «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

«Жужа»

Цель: научить агрессивных детей с завышенной самооценкой не проявлять агрессию, при этом дать возможность посмотреть на себя глазами окружающих, побыть на месте того, кого они сами обижают, не задумываясь об этом.

"Жужа" сидит на стуле, в это время остальные перемещаются вокруг нее, могут строить рожицы, могут дразнить, дотрагиваться до нее. "Жужа" терпеливо сидит, но когда ей все это надоедает, она вскакивает и начинает гоняться за обидчиками, стараясь поймать того, кто обидел ее больше всех, он и будет "Жужей". Учитель следит, затем чтобы дети высказывались словами не слишком обидными [32].

**Формирование планирования** осуществлялось путем различного рода заданий, в которых ребенку необходимо было правильно распределить время, занятия и т.д. Например, дети составляли расписание своего дня, план похода и план семейного отдыха на выходные.

Таким образом, реализация разработанной модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры осуществляется через рассмотренные выше методы и средства. Целью модели педагогического сопровождения являлось формирование гармоничной личности, через создание условий для развития личности на уроках физической культуры посредством деятельностного подхода и методов рефлексии, осуществленная нами через анализ и синтез научной литературы и информации непосредственно об экспериментальной группе. Исходя из этого, осуществили задачи модели педагогического сопровождения представленной в пункте 1.2. То есть на основе деятельностного подхода и методов рефлексии разработали алгоритм формирования личности и реализовали через описанные выше упражнения на уроках физической культуры экспериментальной группы.

Данные упражнения и методики применялись с учетом тематического планирования, дабы не нарушать план физического воспитания школьников, также при работе учли расписание детей, ученики 2 Б и 2 В классов занимались во вторую смену. Организационный момент на первом уроке физической культуры в учебной неделе был посвящен заданиям по формированию самооценки. На заключительном этапе второго урока в учебной неделе занимались выполнением заданий по формированию рефлексии. Организационный момент и заключительный этап третьего урока физической культуры у экспериментальной группы был направлен на формирование коллективизма и развитие навыков планирования своей деятельности. Результаты применения данных методов и средств подробно представлены в пункте 2.3.

### **2.3 Обсуждение результатов опытно-экспериментальной работы**

Для исследования были проведены три теста, описанные в начале главы. Контрольная группа и экспериментальная были протестированы в октябре 2018 года, для выявления различий или сходства по показателям, представленных в нашей работе тестами.

Результаты теста 1 на выявление уровня самооценки представлены на диаграмме (см. рисунок 4).

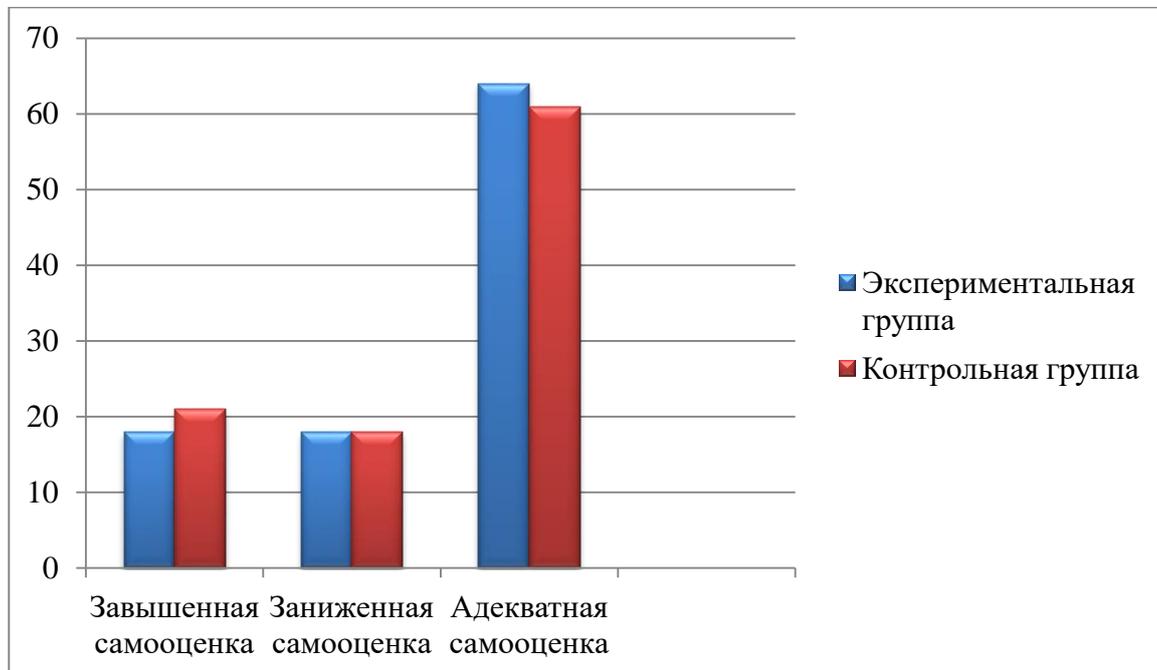


Рисунок 4 – Результаты первого тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявление уровня самооценки (%)

Исходя из результатов, показанных на диаграмме можно сказать, что классы не имеют существенных различий по уровню самооценки. Так в экспериментальной группе 18 человек (64%) имеют адекватную самооценку, 5 человек (18%) завышенную и 5 человек (18%) заниженную. В контрольной группе 17 человек (61%) с адекватной самооценкой, 6 человек (21%) с завышенной и 5 человек (18%) с заниженной. Можно сделать вывод, что группы по данному показателю не различаются.

Результаты теста 2 представлены на диаграмме (см. рисунок 5).

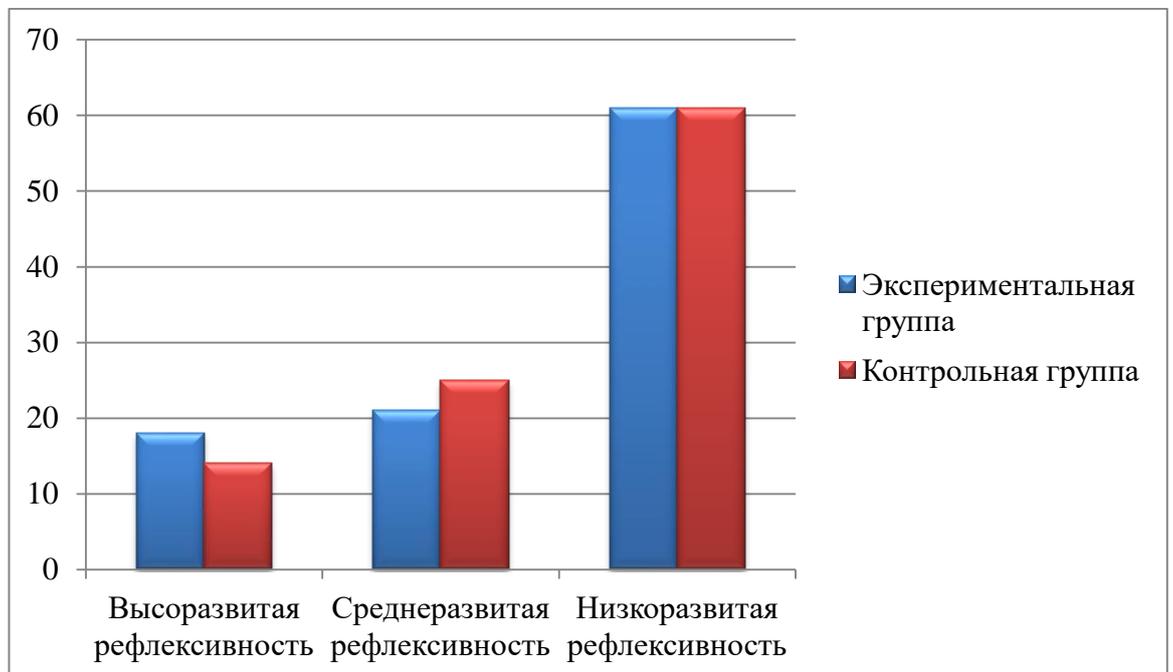


Рисунок 5 – Результаты первого тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявление уровня развития рефлексивности (%)

Исходя из результатов, показанных на диаграмме можно сказать, что классы не имеют существенных различий по уровню развития рефлексивности. Так в экспериментальной группе 17 человек (61%) имеют низкоразвитую рефлексивность, 5 человек (18%) высокоразвитую рефлексивность и 6 человек (21%) с среднеразвитой рефлексивностью. В контрольной группе 17 человек (61%) человек с низкоразвитой рефлексивностью, 4 человека (14%) с высокоразвитой рефлексивностью и 7 человек (25%) с среднеразвитой рефлексивностью. Можно сделать вывод, что группы по данному показателю не различаются.

Результаты теста 3 представлены на диаграммах для сравнения выбраны 3 контрольных упражнения: бег на 30 м/с (см. рисунок 6); прыжок в длину с места, см (см. рисунок 7); поднятие туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз (см. рисунок 8), основываясь на таблице 13 выявили для каждой группы уровни показателей физической подготовленности учащихся.

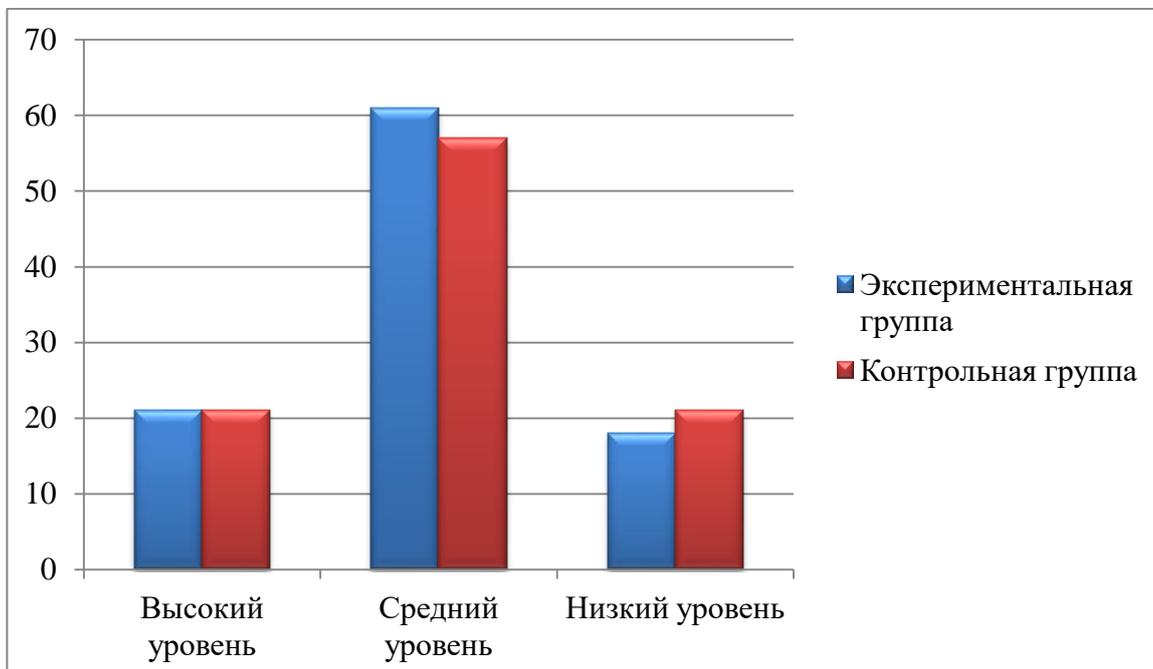


Рисунок 6 – Результаты первого тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявления уровня физической подготовленности по контрольному упражнению бег на 30 м/с (%)

На диаграмме можно отследить следующие показатели для контрольной группы детей: с высоким уровнем физической подготовленности 6 человек (21%), со средним уровнем 16 человек (57%) и с низким уровнем 6 человек (21%). У экспериментальной группы с высоким уровнем 6 человек (21%), со средним уровнем 17 человек (61%), с низким уровнем 5 человек (18%). По результатам диаграммы можно сказать группы незначительно отличаются друг от друга.

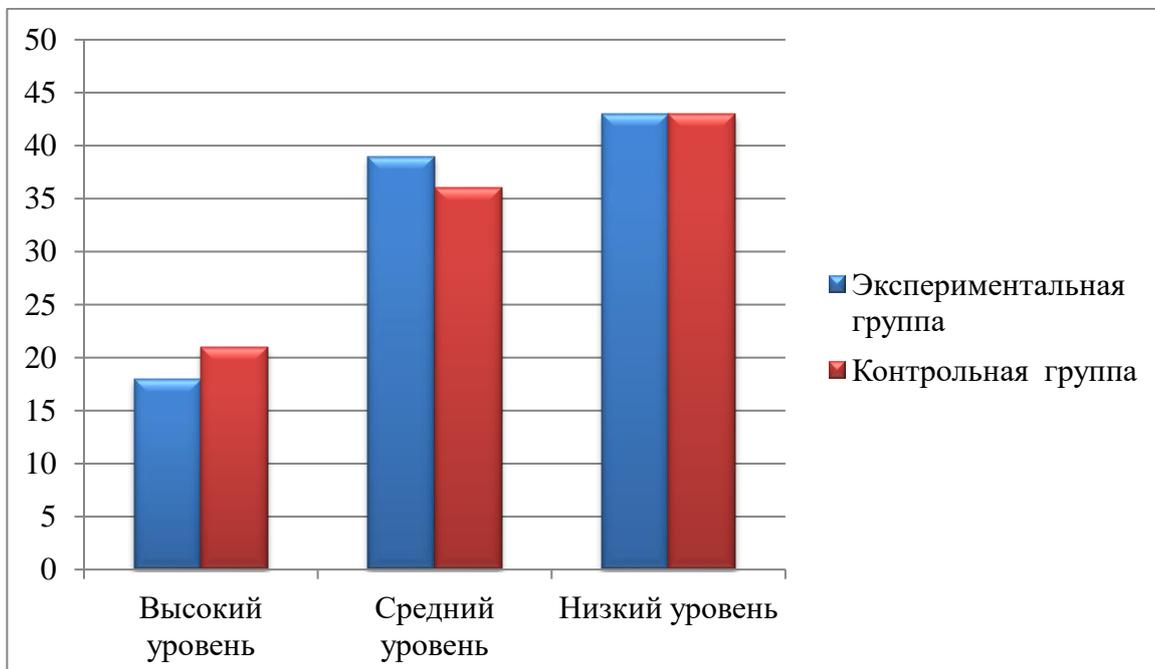


Рисунок 7 – Результаты первого тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявления уровня физической подготовленности по контрольному упражнению прыжок в длину с места, см (%)

Анализируя данные диаграммы можно заявить, что контрольная группа незначительно отличается от экспериментальной на высоком и среднем уровнях.

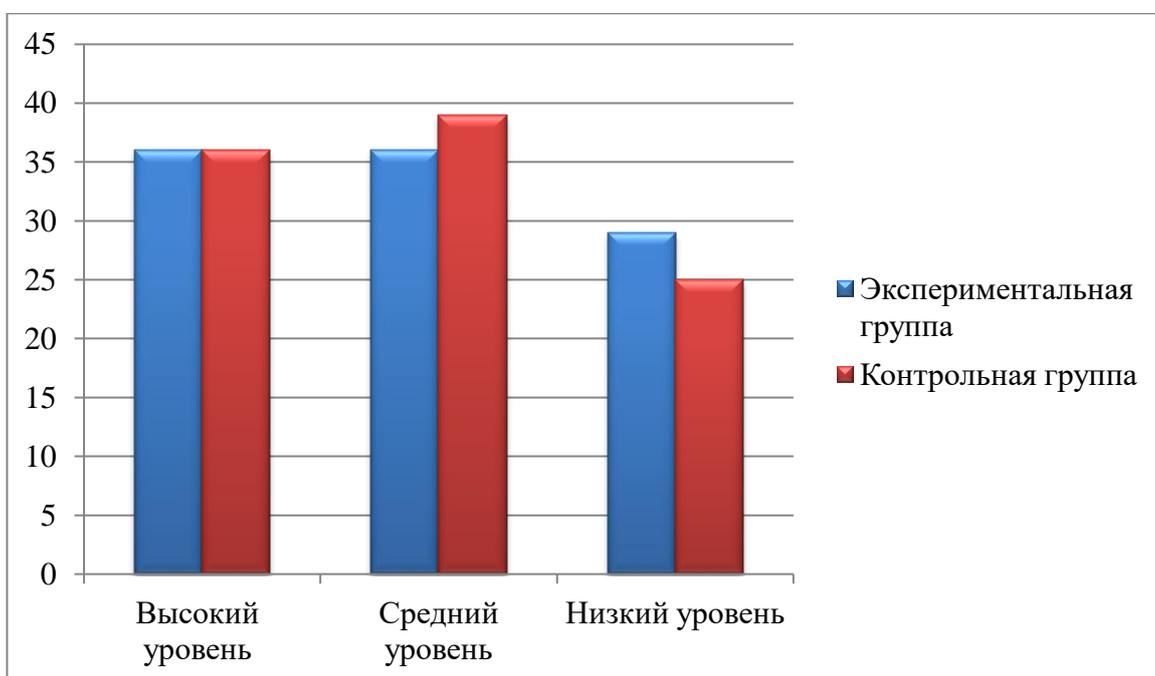


Рисунок 8 – Результаты первого тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявления уровня физической подготовленности по контрольному упражнению поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз (%)

Анализируя данные диаграммы можно заявить, что контрольная группа незначительно отличается от экспериментальной на среднем и низком уровнях.

Таким образом, полученные результаты констатирующего этапа педагогического эксперимента свидетельствуют об отсутствии достоверно значимых различий в контрольной и экспериментальной группах. А также низких навыках рефлексивности, высокий уровень адекватного самооценивания, средних показателях уровня физической подготовленности у младших школьников.

В марте 2020 года после внедрения модели педагогического сопровождения учебной деятельности в уроки экспериментальной группы проведены контрольные тесты по тем же показателям для экспериментальной и контрольной групп, результаты которых отражены диаграммах ниже.

Результаты вторичного тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявление уровня самооценки (см. рисунок 9).

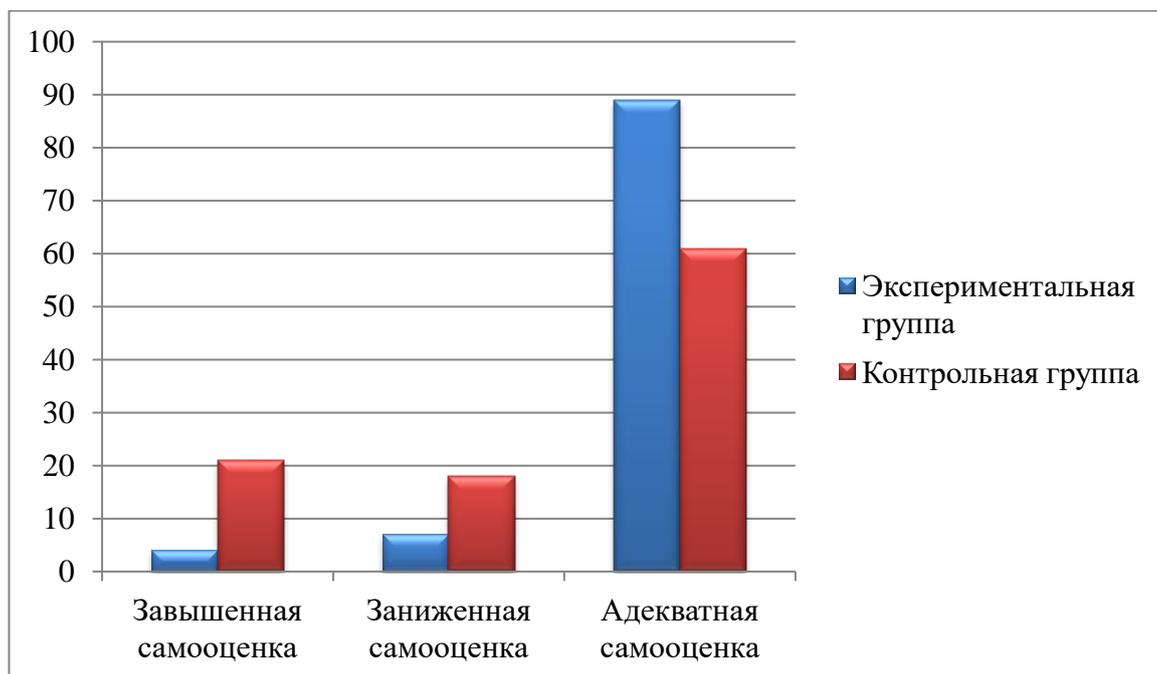


Рисунок 9 – Результаты вторичного тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявление уровня самооценки (%)

На диаграмме четко прослеживается различия результатов контрольной и экспериментальной групп. У экспериментальной группы в сравнении с

первым тестированием понизились показатели завышенной (было 18%, стало 4 %) и заниженной (было 18%, стало 7%) самооценки, а также повысился уровень адекватного самооценивания (было 64%, стало 89%). Показатели контрольной группы не изменились.

Результаты вторичного тестирования на выявление уровня развития рефлексивности представлены в диаграмме (см. рисунок 10).

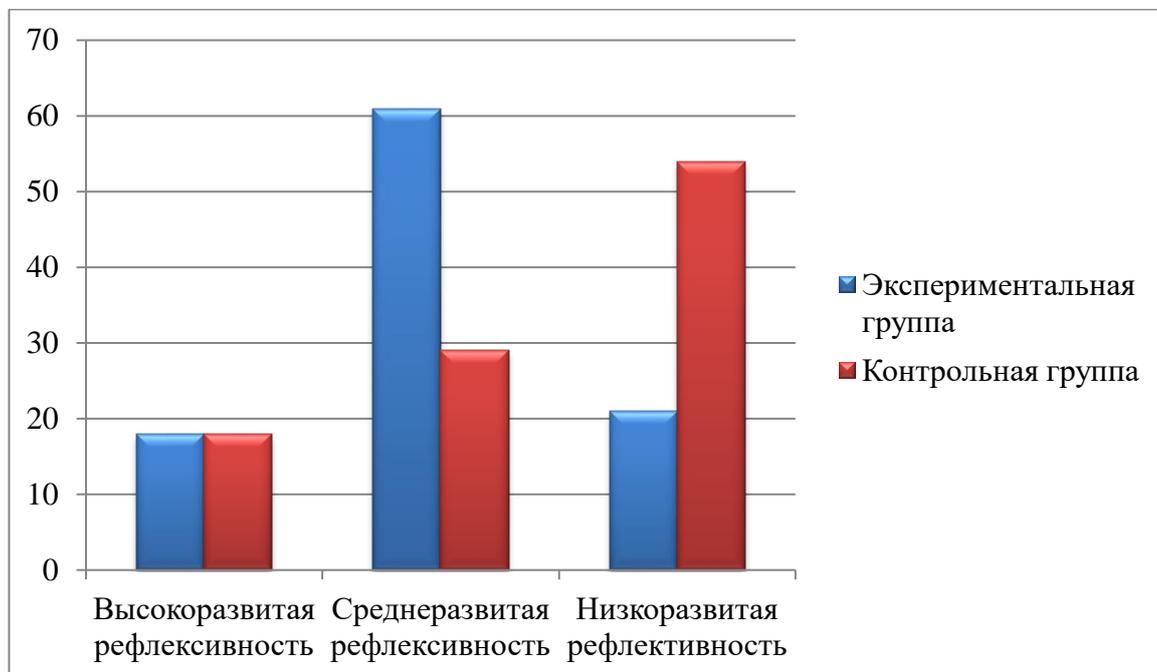


Рисунок 10 – Результаты вторичного тестирования на выявление уровня развития рефлексивности у контрольной и экспериментальной групп (%)

На диаграмме четко прослеживается различия результатов контрольной и экспериментальной групп в диапазоне среднеразвитой и низкоразвитой рефлексивности. У экспериментальной группы в сравнении с первым тестированием повысился показатель среднеразвитой рефлексивности (было 18%, стало 61 %) и снижение уровня низкоразвитой рефлексивности (было 61%, стало 21%). Показатели контрольной группы изменились незначительно среднеразвитая рефлексивность повысилась на 4%, высокоразвитая рефлексивность повысилась на 4%, снизилась низкоразвитая рефлексивность на 7%.

Результаты теста 3 представлены на диаграммах для сравнения также выбраны 3 контрольных упражнения: бег на 30 м/с (см. рисунок 11); прыжок в длину с места, см (см. рисунок 12); поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз (см. рисунок 13).

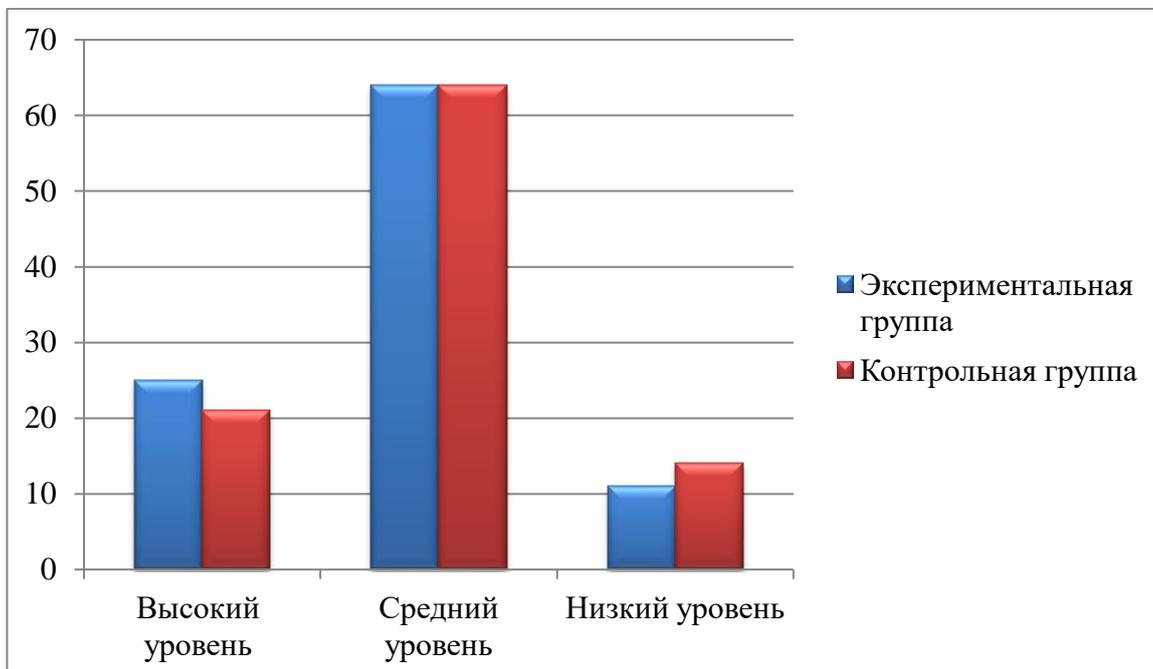


Рисунок 11 – Результаты второго тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявления уровня физической подготовленности по контрольному упражнению бег на 30 м/с (%)

Исходя из данных диаграммы можно отметить следующие изменения по уровням у экспериментальной группы высокий уровень увеличился на 4%, средний уровень на 3%, а низкий уровень понизился на 7%. В контрольной группе также изменились показатели: средний уровень увеличился на 7%, низкий уровень снизился на 7%.

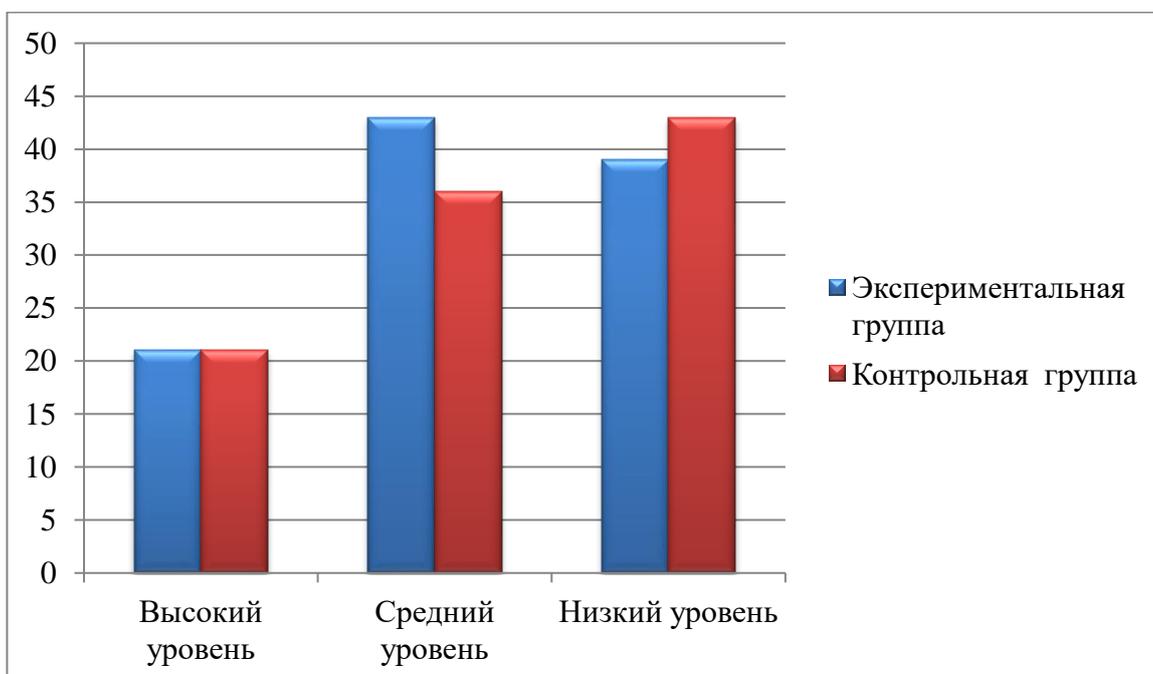


Рисунок 12 – Результаты второго тестирования экспериментальной и

контрольной групп на выявления уровня физической подготовленности по контрольному упражнению прыжок в длину с места, см (%)

На диаграмме показаны, что показатели только экспериментальной группы сдвинулись в сторону улучшения, итак высокий уровень повысился на 3%, средний уровень повысился на 4 %, а низкий понизился на 4 %.

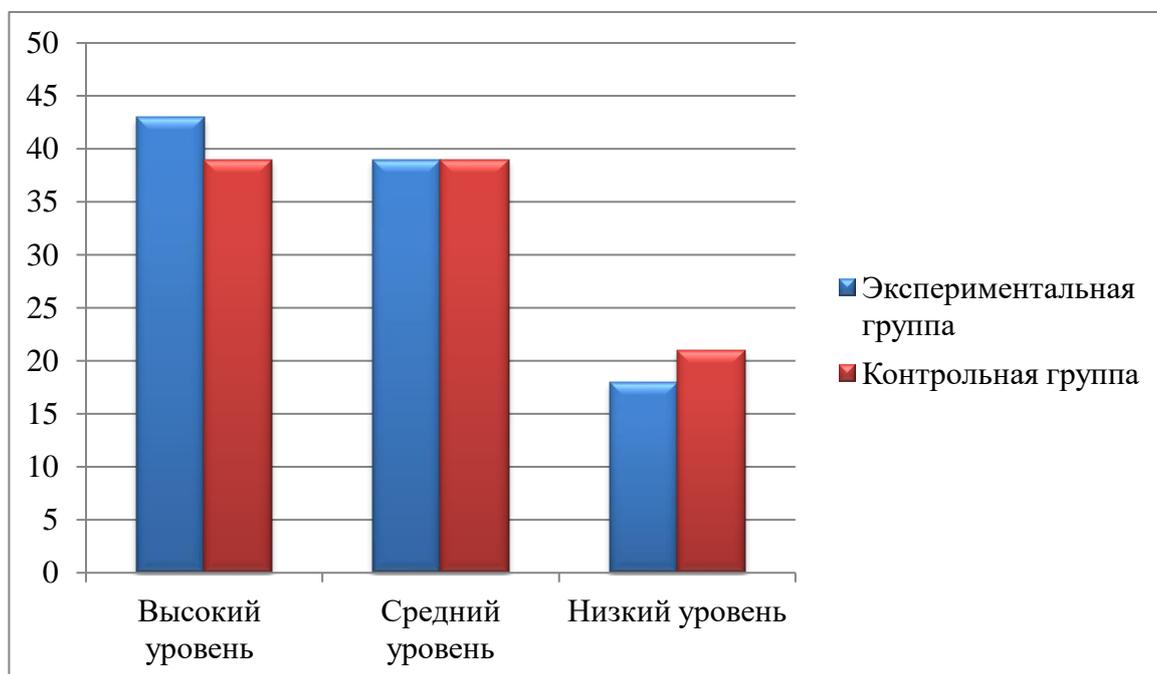


Рисунок 13 – Результаты первого тестирования экспериментальной и контрольной групп на выявления уровня физической подготовленности по контрольному упражнению поднимание туловища в положении лежа на спине за 30 сек., кол-во раз (%)

Экспериментальная группа: высокий уровень повысился на 7%, средний повысился на 3%, низкий уровень снизился на 10%. Контрольная группа: высокий уровень повысился на 3%, средний не изменился, низкий уровень снизился на 4 %.

Исходя из данных диаграмм провели математическую обработку результатов с помощью t-критерия Стьюдента, описанного в пункте 2.1, полученные данные представлены ниже в таблице (см. таблицу 15).

Таблица № 15 – Результаты в математической обработке, по результатам тестирования на уровень самооценки и развития рефлексивности

Педагогические тесты	Экспериментальная группа (n=28)	Контрольная группа (n=28)	Достоверность различий
Самооценка	89±1	61±1	p≤0,05
Рефлексия	61±1	29±1	p≤0,05
Бег	64±1	61±1	p≥0,05

Прыжок в длину	39±1	36±1	p≥0,05
Подъем туловища	39±1	39±1	p≥0,05

По данным таблицы можно сказать, что обнаружены статистически достоверные различия (выбраны средние значения вторичного тестирования).

При сравнении результатов физической подготовленности статистически достоверных различий не обнаружено.

### **Выводы по второй главе:**

1. В данной главе рассмотрели следующие этапы внедрения модели педагогического сопровождения младших школьников:

- организация работы на базе исследования;
- реализация внедрения модели педагогического сопровождения младших школьников в урочный процесс физической культуры экспериментальной группы школьников;
- анализ результатов внедрения модели.

2. Апробация экспериментальной модели с целью повышения оздоровительного аспекта физической культуры через формирование адекватной самооценки и уровня подготовки учащихся, а также уровня физической подготовленности позволила получить следующие результаты:

- результат по тесту «Самооценка» достоверно повысился на 10 %;
- результат по тесту «Рефлексия» достоверно повысился на 15%;
- результаты по уровню физической подготовке не показали достоверных различий.

Экспериментальная работа проводилась на МБОУ «СОШ № 68 г.Челябинска» в течение года. После апробации модели её эффективность подтвердилась частично.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Общеобразовательная школа должна формировать не только целостную систему знаний, умений, навыков, но и опыт саморазвития и личностной ответственности учащихся, способности к творческой

созидательной деятельности, то есть ключевые компетенции, определяющие современное качество образования, данные требования предусмотрены и прописаны в федеральном государственном образовательном стандарте. Именно ФГОС определяет современные цели образования.

Формирование самооценки и рефлексивности личности являются важными аспектами преподавания в современной школе и закреплены в федеральном государственном образовательном стандарте, а это означает, что формирование данных аспектов должно происходить по всем предметам обучающихся, включая уроки физической культуры.

Для формирования данных параметров личности разработано много методик, которые были рассмотрены в данной работе и обособлены для разработки модели по педагогическому сопровождению обучающихся на уроках физической культуры для успешного освоения программного материала и развития личностей детей.

Поэтому данная магистерская диссертация имела своей целью исследование применения модели педагогического сопровождения организации учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры. Для достижения цели был поставлен ряд задач. При решении первой задачи была обнаружена проблема малоизученности применения моделирования педагогического сопровождения, хотя имеется некоторое количество работ, посвященных изучению педагогического сопровождения в обучении физическому воспитанию, но в доступной нам литературе нет данных по реализации модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников, тем более по спортивно-оздоровительному направлению. Для решения второй задачи был определен ряд педагогических тестов для определения исходного уровня подготовки и после проведения цикла занятий обозначенных моделью сопровождения и направленных на корректирование технических и личностных навыков. Также был проведен педагогический эксперимент. В ходе решения этой задачи был получен ряд статистически обработанных данных. При решении третьей задачи был сделан вывод о частичной

эффективности применения модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры, связанной с направленностью на точностные характеристики действий. Задачи исследования полностью решены, цели удалось достичь.

Гипотезой исследования была поставлена эффективность применения модели педагогического сопровождения учебной деятельности младших школьников на уроках физической культуры. В ходе исследования гипотеза частично подтвердилась: в трех из пяти тестов определены статистически достоверные результаты.

В данной магистерской диссертации были рассмотрены теоретические аспекты применения моделирования педагогического сопровождения младших школьников в обучении в рамках тематики исследования, а также проведен педагогический эксперимент по практическому изучению применения модели сопровождения на уроках физической культуры для младших школьников. В ходе исследования были получены данные, обработка которых привела к спорному выводу об эффективности применения разработанной нами модели педагогического сопровождения.

Из этого вытекает теоретическая значимость исследования: полученные данные позволят обобщить опыт применения моделирования педагогического сопровождения при организации учебной деятельности младших школьников и более детально изучить этот вопрос. То есть экспериментально полученные данные могут быть использованы для дальнейших исследований применения моделей педагогического сопровождения младших школьников.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абрамовских, Н. В. Педагогический мониторинг воспитания познавательной готовности старших дошкольников к обучению в школе [Текст] : дис. ... канд. пед. наук : Абрамовских Наталья Викторовна.– Екатеринбург, 1999. – 21 с.

2. Акулова, Е.Ф. Методология социально-педагогического сопровождения дошкольников [Текст] / Е.Ф. Акулова // LAP Lambert Academic Publishing. – Москва, 2014. – 180 с.
3. Александрова, Е.А. Виды педагогической поддержки и сопровождения индивидуального образования [Текст] : дис. ... пед. наук : Александрова Екатерина Александровна. – Тюмень, 2006. – 34 с.
4. Асеев, В. Г. Мотивация поведения и формирование личности [Текст] / Владимир Асеев. – Москва : Мысль, 1976. – 160 с.
5. Ашмарин, Б.А. Теория и методика физического воспитания [Текст] / Борис Ашмарин. – Москва : Мысль, 1990.– 456 с.
6. Бабанский, Ю. К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса [Текст] / Юрий Бабанский. – Москва : Просвещение, 1982. – 192 с.
7. Бауэр, Е.А. Научно-практические основы психолого-педагогического сопровождения социально-психологической адаптации подростков-мигрантов [Текст] : дис. ... д-ра псих. наук : Бауэр Елена Анатольевна. – Москва, 2011. – 51 с.
8. Башкирова, Е.В. Комплексная программа психолого-педагогического сопровождения детей раннего возраста. Планирование, конспекты образовательной деятельности, игры и упражнения, диагностика. ФГОС ДО [Текст] / Елена Башкирова. – Москва : Учитель, 2017. – 258 с.
9. Белкин, А. С. Возрастная педагогика [Текст] / Александр Белкин. – Екатеринбург : Сократ, 1999. – 272 с.
10. Битянова, М. Р. Организация психологической работы в школе: учебное пособие [Текст] / Марина Битянова. – Москва : Совершенство, 2001. – 299 с.
11. Боброва, И.А. Психологическое сопровождение педагогического взаимодействия в условиях реализации ФГОС [Текст] / И.А. Боброва, Чурсинова О.В; Федер. агентство по образованию. – Пермь : Компаньон, 2007. – 176 с.

12. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности [Текст] / Лидия Божович ; под ред. Д. И. Фельдштейна. – Воронеж : НПО «МОДЭК», 1995.–352 с.
13. Болонов, Г.Б. Физкультура в начальной школе: практическое пособие [Текст] / Геннадий Болонов. – Москва : Изд-во «Творческий центр», 2005. – 45 с.
14. Бьермон, К.Л. Социальная компетентность и образовательная среда [Текст] / К.Л. Бьермон // Психологическая наука и образование. – 2001. – №4. – С. 129 – 132.
15. Вавилов, Ю.Н. Концептуальные предпосылки перестройки школьной системы физического воспитания в СССР [Текст] / Ю.Н. Вавилов// Теория и практика физической культуры. – 1990. – №10. – 146 с.
16. Вайнбаум, Я. С. Дозирование физических нагрузок школьников [Текст] / Яков Вайнбаум. – Москва : Просвещение, 1991. – 64 с.
17. Верхошанский, Ю.В. Влияние возрастных нагрузок на организм в процессе его возрастного развития [Текст] / Ю.В. Верхошанский, И.О. Ганченко. – Москва : ГЦОЛИФК, 1989. – С. 18 – 21.
18. Возрастная и педагогическая психология: Учебное пособие для студентов пединститутов по спец. № 2124 «Педагогика и методика начального обучения [Текст] / Под ред. М. В. Гамезо и др. – Москва : Просвещение, 1984. – 246 с.
19. Выготский, Л. С. Избранные психологические исследования [Текст] / Лев Выготский. – Москва : Просвещение, 1956. – 519 с.
20. Выготский, Л. С. Проблема обучения и умственного развития в школьном возрасте. Хрестоматия. Часть 1. Отечественные теории учения [Текст] / Под ред. Н.Ф. Талызиной, И. А. Володарской. – Москва : Редакционно-издательский центр «Помощь», 1996. – 133 с.
21. Газман, О.С. Педагогическая поддержка детей в образовании как инновационная проблема [Текст] / О.С. Газман // Новые ценности образования: десять концепций и эссе. – 1995. – № 3. – С. 58 – 64.

22. Гильбух, Ю.З. Внимание: одаренные дети [Текст] / Юрий Гильбух. – Москва : Просвещение, 1991. – 192 с.
23. Глазырина, Л.Д. Методика преподавания физической культуры 1-4 классы [Текст] / Л.Д. Глазырина, Т.А. Лопатик; Методическое пособие и программа. – Москва: Издательский центр «ВЛАДОС», 2003. – 208 с.
24. Гогун, Е.Н. Психология физического воспитания и спорта [Текст] / Е.Н. Гогун, Б.И. Мартынов. – Москва : АСАДЕМА, 2000. – 171 с.
25. Горбанов, Д.С. Практикум по психологическому исследованию [Текст] / Дмитрий Горбанов. – Москва : Издательство «Дом», 2000. – 137 с.
26. Гужаловский, А.А. Развитие двигательных качеств у школьников [Текст] / Александр Гужаловский. – Минск : Народная асвета, 1978. – 35 с.
27. Давыдов, В.В. Теория развивающего обучения [Текст] / Василий Давыдов. – Москва : ИНТОР, 1996. – С. 21–45.
28. Демидова, Е.А. Организация процесса обучения младших школьников на уроках физической культуры [Текст] / Е.А. Демидова // Международная студенческая научная конференция. – Москва, 2020. – 27 с.
29. Додонова, Л.П. Морфофункциональные особенности организма и развитие двигательных качеств у детей в пре- и пубертатном онтогенезе [Текст] / Л.П. Додонова // Теория и практика физической культуры. – 1994. – №7. – С. 13 – 34.
30. Дубровина, И.В. Практическая психология образования [Текст] / Ирина Дубровина. – Санкт-Петербург : «Питер», 2004. – С. 30 – 58.
31. Дубровина, И.В. Рабочая книга школьного психолога [Текст] / Ирина Дубровина. – Москва : Просвещение, 2003. – 196 с.
32. Железняк, Ю.Д. Спортивные игры: Техника, тактика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. Заведений [Текст] / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. – Москва : Издательский центр «Академия», 2001. – 362 с.
33. Иваненко, М. А. Педагогическое сопровождение социально-личностного развития ребенка в период детства [Текст] : дис. ... канд. пед. наук / Иваненко Марина Анатольевна. – Екатеринбург, 2005. – 22 с.

34. Карелин, А.А. Большая энциклопедия психологических тестов [Текст] / Андрей Карелин. – Москва : Эксмо, 2007. – 203 с.
35. Коломинский, Я.Л. Психология детского коллектива [Текст] / Яков Коломинский. – Минск : Народная асвета, 1984. – 96 с.
36. Криволапчук, И.А. Оздоровительные эффекты физических упражнений и их место в системе средств оптимизации функционального состояния человека [Текст] / Криволапчук И.А. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2004. – № 5. – С. 36
37. Лазаренко, Г. В. Сделаем урок интересным [Текст] / Г. В. Лазаренко // Спорт в школе. – 2009. – № 10. – С. 11–12.
38. Лебедева, Н.Т. Школа и здоровье учащихся [Текст] / Наталья Лебедева. – Минск : Народная асвета, 1998. – 307 с.
39. Лукьяненко, В.П. Современное состояние и концепция реформирования системы общего образования в области физической культуры: монография [Текст] / Виктор Лукьяненко. – Москва : Советский спорт, 2005. – 230 с.
40. Лысенко, В.В. Методика оценки физического состояния школьников [Текст] / В.В. Лысенко, В.А. Долгов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №4. – С. 3 – 14.
41. Лях, В.И. Физическая культура. Предметная линия учебников. Пособие 1-4 классы [Текст] / Владимир Лях. – Москва : Просвещение, 2012. – 15 с.
42. Матвеев, А.П. Теория и методика физической культуры [Текст] / Анатолий Матвеев. – Москва : Просвещение, 1991. – 182 с.
43. Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования [Текст] / под. ред. П.И. Иванова, О.А. Крысенко и др. // Вестник образования России. – Сентябрь, 17, 2003. – С. 53–65.
44. Мызан, Г.И. Педагогический контроль в процессе физического воспитания школьников [Текст] / Геннадий Мызан. – Хабаровск: Изд-во ХГПУ, 1998. – 94 с.

45. Назаренко, Л.Д. Физиология физического воспитания и спорта: Учебно-методическое пособие [Текст] / Людмила Назаренко. – Ульяновск : Владис, 2000. – 193 с.
46. Обреимова, Н.И. Основы анатомии, физиологии и гигиены детей и подростков [Текст] / Н.И. Обреимова, А.С. Петрухин. – Москва : АСАДЕМА, 2000. – 260 с.
47. Петраков, В.В. Педагогическое сопровождение образовательной деятельности младших школьников: моногр. [Текст] / Виталий Петраков – Москва : Мир, 2011. – 144 с.
48. Понер, В.А. Профилактика заболеваний на уроках физической культуры [Текст] / В.А. Понер // Физическая культура в школе. – 2008. – № 2. – С. 42–44.
49. Психолого-педагогическое консультирование и сопровождение развития ребенка [Текст] / под ред. М. Л. Шипицыной и др. – Москва : «ВЛАДОС», 2003. – 528 с.
50. Сильченкова, С.В. Формы и направления педагогического сопровождения [Текст] / С.В. Сильченкова // Журнал Naukaru.ru. – 2013. – № 10. – С. 11 – 13.
51. Создание и апробация модели психолого-педагогического сопровождения инклюзивной практики. Методическое пособие [Текст] / под ред. С.В. Алехиной, М.М. Семаго и др. – Москва : МГППУ, 2012. – 156 с.
52. Таланчук, Н. М. Введение в неопедагогику: Пособие для педагогов-новаторов [Текст] / Николай Таланчук. – Москва : Просвещение, 1991. – 182 с.
53. Таланчук, Н. М. Системно-социальная концепция школьного воспитания [Текст] / Николай Таланчук. – Казань : А-Пресс, 1991. – 23 с.
54. Талызина, Н.Ф. Педагогическая психология [Текст] / Нина Талызина. – Москва : Академия, 1998. – 15 с.
55. Трофимова, О.А. Педагогическое сопровождение формирования мотивационной готовности к обучению у старших дошкольников [Текст]:

дисс. ... канд. пед. наук / Трофимова Оксана Александровна. – Екатеринбург, 2007. – 176 с.

56. Федотова, Е.Л. Теоретико-методологические основы педагогического взаимодействия: монография [Текст] / Елена Федотова. – Иркутск : Изд-во Иркут. гос. пед. ун-та, 1997. – 114 с.

57. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

58. Харчев, А. Г. Социология воспитания: О некоторых актуальных социальных проблемах воспитания личности [Текст] / Анатолий Харчев. – Москва : Политиздат, 1990. – 222 с.

59. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие [Текст] / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – Москва : Издательский центр «Академия», 2003. – 480 с.

60. Цеммер, В.В. Урок физической культуры и здоровье детей [Текст] / В.В. Цеммер // Физическая культура в школе. – 2009. – № 3. – С. 38–41.

61. Цзен, Н. В. Психотренинг: игры и упражнения [Текст] / Н. В. Цзен, Ю. В. Пахомов. – Москва : Физкультура и спорт, 1988. – 272 с.

62. Чепурных, Е. Е. Социальная защита детства в сфере образования [Текст] / Елена Чепурных. – Ярославль : ООО Медиум-пресс, 2001. – 252 с.

63. Чернышов, А. С. Социально-психологические основы организованности первичного коллектива [Текст] : дис. ... д-ра психол. наук / Чернышов Алексей Сергеевич. – Москва, 1980. – 39 с.

64. Чистякова, С. Н. Педагогическое сопровождение самоопределения школьников [Текст] / Светлана Чистякова. – Москва : Academia, 2010. – 128 с.

65. Чудновский, В. Э. Воспитание способностей и формирование личности [Текст] / Виль Чудновский. – Москва : Знание, 1986. – 80 с.

66. Шадриков, В. Д. Введение в психологию: способности человека [Текст] / Владимир Шадриков. – Москва : Логос, 2002. – 160 с.

67. Шакуров, Р. Х. Эмоции. Личность. Деятельность (механизмы психодинамики) [Текст] / Рафаил Шакуров. – Казань : Центр инновационных технологий, 2001. – 180 с.

68. Шамарина, Е.В. Педагогическое сопровождение младших школьников с ЗПР [Текст] / Елена Шамарина. – Москва : LAP Lambert Academic Publishing, 2014. – 609 с.

69. Шилин, К. И. Проблема человека как субъекта социального развития [Текст] / К.И. Шилин // Социологические проблемы личности. – 1967. – № 4. – 57 с.

70. Шишова, А.В. Формирование здоровья детей 7–11 лет и дифференцированная система их медико-педагогического сопровождения при различных программах обучения [Текст] : дис. ... д-ра мед. наук/ Шишова Анастасия Владимировна. – Иваново, 2010. – 51 с.

71. Эльконин, Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах: избранные психологические труды [Текст] / Д.Б. Эльконин; под. ред. В.В. Давыдова, В.П. Зинченко. – Москва : Педагогика, 1989. – 351 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение № 1.

1. Кто является основоположником системы физического воспитания, основу которой составило «гармоническое, всестороннее развитие деятельности человеческого организма»?

- А. Л.П. Матвеев;
- Б. Г.Г. Бенезе;
- В. П.Ф. Лесгафт;
- Г. Н.А.Семашко.

2. Какими показателями характеризуется физическое развитие?

- А. Наследственностью, конституцией, антропометрическими показателями;
- Б. Росто-весовыми показателями;
- В. Телосложением, развитием физических качеств, состоянием здоровья;
- Г. Физической подготовленностью.

3. Физическими упражнениями принято называть ...

- А. многократное повторение двигательных действий;
- Б. движения, способствующие повышению работоспособности;
- В. определенным образом организованные двигательные действия;
- Г. комплекс гимнастических упражнений.

4. Базовая физическая культура преимущественно ориентирована на обеспечение ...

- А. физической подготовленности человека к жизни;
- Б. подготовки к профессиональной деятельности;
- В. восстановления организма после заболеваний, травм, переутомления;
- Г. подготовки к спортивной деятельности.

5. Три группы задач, решаемых в процессе физического воспитания-

- А. Развивающие, коррекционные, специфические;
- Б. Воспитательные, оздоровительные, образовательные;
- В. Общепедагогические, компенсаторные, гигиенические;
- Г. Развивающие, оздоровительные, гигиенические.

6. Что является основным специфическим средством физического воспитания?

- А. Естественные свойства природы;
- Б. Физическое упражнение;
- В. Санитарно-гигиенические факторы;
- Г. Соревновательная деятельность.

7. Способ выполнения двигательного действия, позволяющий решать двигательную задачу более целесообразно и эффективно, называется ...

- А. Техникой физического упражнения;
- Б. Двигательным навыком;
- В. Двигательным умением;
- Г. Двигательным «стереотипом».

8. Какими методами, обоснованными педагогическими условиями пользуетесь при построении урока для младшего школьного звена?

9. Используете ли вы на своих уроках для младших школьников метод рефлексии?

10. Каким образом на уроке развиваете условия для формирования адекватной самооценки учащихся младшего звена?

Ответы учителя физической культуры:

1. В.

2. В.
3. А.
4. А.
5. Б.
6. Б.
7. А.
8. Словесный, индивидуально-групповой.
9. Да, редко. В основном для закрепления группы упражнений.
10. Необходимости в создании таких условий не возникало.

#### Приложение № 2.

Задание для детей 2 Б и 2 В класса.

##### 1. Осанка — это ...

###### **Варианты ответа:**

- а) обычное положение тела;
- б) пожение тела при ходьбе;
- в) необычное положение тела;
- г) упражнения для спины.

##### 2. Разминку проводят -

###### **Варианты ответа:**

- а) в начале урока;
- б) в конце урока;
- в) в середине урока;
- г) в любой части урока.

##### 3. Закаливанием нужно заниматься -

###### **Варианты ответа:**

- а) периодически;
- б) постоянно;
- в) по желанию;
- г) в зависимости от погоды.

**4. Третий лишний - ...**

**Варианты ответа:**

- а) подвижная игра;
- б) спортивная игра;
- в) уличная игра;
- г) олимпийский вид спорта.

**5. Какое основное физическое качество нужно для бега на длинные дистанции?**

**Варианты ответа:**

- а) быстрота;
- б) гибкость;
- в) сила;
- г) выносливость.

**6. Виды построений на уроке физической:**

**Варианты ответа:**

- а) колонна, шеренга, круг;
- б) линейка;
- в) трапеция;
- г) полукруг.

**7. Для игры в «Третий лишний» учащиеся строятся в...:**

**Варианты ответа:**

- а) круг;
- б) колонну ;
- в) шеренгу;
- г) полукруг.

**8. Сколько уроков физической культуры в неделю проводится в школе?**

**Варианты ответа:**

- а) 1;
- б) 2;
- в) 3;
- г) 4.

**9.Для игры в «Вышибалы» нужен:**

**Варианты ответа:**

- а) волейбольный мяч;
- б) футбольный мяч ;
- в) баскетбольный мяч;
- г) набивной мяч.

**10.Какое основное физическое качество необходимо для выполнения сгибаний и разгибаний рук (отжиманий)?**

**Варианты ответа:**

- а) быстрота;
- б) сила ;
- в) гибкость;
- г) выносливость.

**11.Утреннюю гигиеническую гимнастику выполняют -**

**Варианты ответа:**

- а) вечером;
- б) утром;
- в) в обед;
- г) днем.

**12.Разминка на уроке физкультуры нужна -...**

**Варианты ответа:**

- а) для удовольствия;
- б) для подготовки мышц к основной нагрузке;
- в) для красоты тела;
- г) расширения кругозора.

**13.Олимпийские игры бывают -**

**Варианты ответа:**

- а) летние и зимние;
- б) осенние и весенние;
- в) весенне-летние;
- г) осенне-зимние.

**14. Лыжные гонки относят к ...**

**Варианты ответа:**

- а) летнему виду спорта;
- б) осеннему виду спорта;
- в) весеннему виду спорта;
- г) зимнему виду спорта.

**15. В двигательный режим дня младшего школьника входят:**

**Варианты ответа:**

- а) утренняя зарядка, урок физкультуры, занятия в спортивных секциях;
- б) спортивные занятия;
- в) подвижные игры;
- г) спортивные игры.

### Приложение № 3.

Методика диагностики рефлексивности (опросник Карпова А.В., тест на рефлексию) предназначена для определения уровня развития рефлексии у личности.

Инструкция. Вам предстоит дать ответы на несколько утверждений опросника. В бланке ответов напротив номера вопроса проставьте, пожалуйста, цифру, соответствующую варианту Вашего ответа: 1 – абсолютно неверно; 2 — неверно; 3 – скорее неверно; 4 – не знаю; 5 – скорее верно; 6 – верно; 7 – совершенно верно. Не задумывайтесь подолгу над ответами. Помните, что правильных или неправильных ответов в данном случае быть не может. Стимульный материал.

1. Прочитав хорошую книгу, я всегда потом долго думаю о ней; хочется ее с кем-нибудь обсудить.

2. Когда меня вдруг неожиданно о чем-то спросят, я могу ответить первое, что пришло в голову.

3. Прежде чем снять трубку телефона, чтобы позвонить по делу, я обычно мысленно планирую предстоящий разговор.

4. Совершив какой-то промах, я долго потом не могу отвлечься от мыслей о нем.

5. Когда я размышляю над чем-то или беседую с другим человеком, мне бывает интересно вдруг вспомнить, что послужило началом цепочки мыслей.

6. Приступая к трудному заданию, я стараюсь не думать о предстоящих трудностях.

7. Главное для меня – представить конечную цель своей деятельности, а детали имеют второстепенное значение.

8. Бывает, что я не могу понять, почему кто-либо недоволен мною.

9. Я часто ставлю себя на место другого человека.

10. Для меня важно в деталях представлять себе ход предстоящей работы.

11. Мне было бы трудно написать серьезное письмо, если бы я заранее не составил план.

12. Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причинами своих неудач.

13. Я довольно легко принимаю решение относительно дорогой покупки.

14. Как правило, что-то задумав, я прокручиваю в голове свои замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты.

15. Я беспокоюсь о своем будущем.

16. Думаю, что во множестве ситуаций надо действовать быстро, руководствуясь первой пришедшей в голову мыслью.

17. Порой я принимаю необдуманные решения.

18. Закончив разговор, я, бывает, продолжаю вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения.

19. Если происходит конфликт, то, размышляя над тем, кто в нем виноват, я в первую очередь начинаю с себя.

20. Прежде чем принять решение, я всегда стараюсь все тщательно обдумать и взвесить.

21. У меня бывают конфликты от того, что я порой не могу предугадать, какого поведения ожидают от меня окружающие.

22. Бывает, что, обдумывая разговор с другим человеком, я как бы мысленно веду с ним диалог.

23. Я стараюсь не задумываться над тем, какие мысли и чувства вызывают в других людях мои слова и поступки.

24. Прежде чем сделать замечание другому человеку, я обязательно подумаю, в каких словах это лучше сделать, чтобы его не обидеть.

25. Решая трудную задачу, я думаю над ней даже тогда, когда занимаюсь другими делами.

26. Если я с кем-то ссорюсь, то в большинстве случаев не считаю себя виноватым.

27. Редко бывает так, что я жалею о сказанном.

Обработка результатов. Из этих 27 утверждений 15 являются прямыми (номера вопросов: 1,3,4, 5,9,10,11,14, 15, 18, 19,20,22,24,25). Остальные 12 – обратные утверждения, что необходимо учитывать при обработке результатов, когда для получения итогового балла суммируются в прямых вопросах цифры, соответствующие ответам испытуемых, а в обратных – значения, замененные на те, что получаются при инверсии шкалы ответов. Т.е. 1=7, 2=6, 3=5, 4=4, 5=3, 6=2, 7=1.

Результаты методики, равные или большие, чем 7 стенов, свидетельствуют о высокоразвитой рефлексивности.

Результаты в диапазоне от 4 до 7 стенов – индикаторы среднего уровня рефлексивности.

Показатели, меньшие 4-х стенов – свидетельство низкого уровня развития рефлексивности.