

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина

Выпускающая кафедра методики преподавания спортивных дисциплин
национальных видов спорта

Сыроежко Светлана Юрьевна

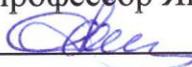
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Формирование интереса к урокам физической культуры обучающихся
сельских школ

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой, руководитель, д-р пед. наук, профессор Янышев

11.06.2019 

Руководитель ст. преподаватель Муравьев

Руководитель Зав. кафедрой, д-р пед. наук, профессор Янышев

Дата защиты 21.06.2019

Обучающаяся Сыроежко


Оценка отлично

Красноярск 2019

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ	8
1.1 Физическое воспитание детей школьного возраста на современном этапе.	8
1.2 Направление на реализацию Федерального образовательного стандарта по предмету «Физическая культура»	11
1.3 Формирование интереса к урокам физической культуры.....	14
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	22
2.1 Методы исследования.....	22
2.2 Организация исследования.....	23
ГЛАВА 3. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК БАЗОВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СЕЛЬСКИХ ШКОЛ.....	25
3.1 Содержание и формы физического воспитания.....	25
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	37
ЛИТЕРАТУРА.....	39
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	46

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Время не стоит на месте, окружающий нас мир быстро меняется, цивилизация стремительно развивается и все больше мы понимаем роль физического воспитания человека в его собственной жизни и особенно в жизни ребенка. Большое значение физического состояния человека в современном мире связано с негативными последствиями сегодняшней цивилизации: курение, наркотические средства, алкоголь, изменения климатических условий, экология, гиподинамия, излучение от бытовых и компьютерных приборов окружающих нас повсеместно и т.п. Но даже, имеющая высокий образовательный уровень, большая часть людей, не умеет правильно поддерживать себя и своих детей в хорошем физическом состоянии. Причиной этому служит, не достаточная заинтересованность в физическом воспитании. Поэтому формировать интерес к физическому воспитанию необходимо с детства. Основным образовательным учреждением, формирующим интерес и грамотное развитие физического воспитания, является школа.

Именно поэтому, остроактуальным, переоценку и пересмотр сакраментальных взглядов на физическое просвещение детей, делает обязательным преодоление скудности общетеоретического и методического кругозора. Возникает необходимость в детализировании, научном подкреплении и усовершенствовании методики и теории физического воспитания, в исследовании фундамента физкультурного начального образования обучающихся, с учетом сегодняшнего социально-политического и экономического положения в стране [2,4] и мире в целом. Все это откладывает свой отпечаток и на школы сел, материальная и методическая основа которых страдает прежде всего. А по данным Минобрнауки России на 2017год, в России насчитывается около 53 тысяч общеобразовательных школ и около 30 тысяч из них – это сельские школы.

Учеными уже давно подтверждена своеобразность физического воспитания растущего сельского поколения [6, 17, 26]. Но, не смотря на это, исследование всех литературных исторических источников продемонстрировало сильную нехватку академических работ, методических разработок и практических решений в области сельского школьного физического воспитания на сегодняшний день.

Материальные обстоятельства воздействуют на эффективность физического воспитания в общеобразовательных учебных учреждениях сел, нередко ограничивая методические ресурсы учителей физической культуры [23, 45, 51]. Скучность материальной основы школ села, отсутствие современного оборудования приводит к однообразию учебного процесса. Это непосредственно ведет к снижению заинтересованности у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой. Также, незначительное количество обучающихся в школах села, ограничивает проведению полнофункционального высокоспортивного отбора, а зачастую, и соревновательной практике вообще. Затруднения возникают и с формированием выездов на внешкольные соревнования и спортивно - массовые мероприятия: отдаленности сельских поселений от районных центров, метеорологические условия в момент транспортировки детей, альтернативные способы транспортировки учащихся и т.п. Во многих сельских школах, в связи с очень малым количеством учащихся, не в полной мере организована оздоровительная работа.

При констатировании негативных реалий необходимо отметить и особые преимущества школ села. Обычно, проблемы экологии в сельских регионах стоят менее актуально, по сравнению с городами России. Климатогеографические свойства удаленных от мегаполисов поселковых поселений Российской Федерации позволяют использовать по максимуму в физическом воспитании на селе естественные силы природы: осуществлять занятия на открытом воздухе [24, 25, 31, 32], преподавать плавания на базе естественного водоема [9, 14], полноценно осваивать программный материал

по туризму и лыжам, легкой атлетике, и т. д. [1, 12]. Неполная наполняемость классов, ориентировочно, 15-20 учеников, а в малокомплектных школах сел, порой 1-2 ученика, дает возможность учителю физической культуры осуществить, в полной мере на практике, дифференцированный подход. Это облегчает проблему с методической стороны, повышая эффективность в каждом конкретном случае [21].

Сельская школа имеет положение творческо - образовательного центра, она естественно влияет на ценностные установки обучающихся, организует мотивацию к постоянному учению и формированию здоровой жизнедеятельности, повышает заинтересованность и целеустремленность учеников к совершенствованию собственной физической культуре, здоровью и спорту в целом. Наконец, социальное положение в сельской местности облегчает учителю работу с родителями. Делает ее более целостной, доступной и не формальной (при необходимости). Следовательно, невзирая на многие проблемы, нынешняя сельская школа владеет целым рядом преимуществ, что определяет условия для будущего исследования и методических разработок.

Исследования показывают, что учет интересов обучающихся и индивидуальных потребностей, учет возраста и пола обучающихся, районных особенностей места жительства при компоновке программ обучения, во многом гарантирует успешность физкультурных и спортивных событий в системе физического воспитания обучающихся школ села [26, 30, 34].

Немало работ, в сфере школьного обучения физической культуре, предназначено исследованию базовой доли учебных программ [25, 31]. Наименее разработанной, на сегодняшний момент, так и находится вариативная часть учебных программ для школ сельских районов.

В связи с этим, созрела потребность проектирования содержания вариативной главы школьной программы по предмету физическая культура младших учеников школ села, с учетом их индивидуально - мотивационной сферы. Данная потребность, тоже, носит целый ряд аспектов, действующих на

эффективность процесса обучения и воспитания. Младшие школьники проявляют заинтересованность, на уроках физической культуры, к двигательной активности в целом. Они обожают побегать, поскокать, попрыгать, поиграть в различные игры, не думая о том, что это положительно влияет на их физиологическое и психическое развитие. Поэтому, имеется множество исследований и методик по теме организации мотивированно-ценностного отношения учеников младших классов к физической культуре [28, 33]. Вопросы взаимосвязи физического воспитания старшеклассников и учеников младших классов, а также вопросы эксплуатации технических средств обучения и контроля, методов программирования, принимают в школах сел свои особые черты [7, 8]. Поскольку, материально – техническая база для формирования физического воспитания в дошкольных организациях, зачастую еще более плачевна, чем в школах. Обучение физической культуре и организация физического воспитания в школе села, представляется областью, необходимой внимательного исследования и дальнейших общенаучных и методических разработок.

Структура физического воспитания на селе, не помогает полноценному развитию интереса день за днем заниматься физической культурой. Значительное число школьников не имеют специфических умений, знаний и навыков для формирования физкультурно – оздоровительной деятельности, в результате у них не присутствуют потребности и мотивация в здоровом стиле жизни. Особенно это относится к ученикам старших классов. Поэтому, на сегодняшний день, является актуальной проблема реорганизации системы физического воспитания, учитывая индивидуальные потребности и интересы школьников, а особенно школьников села. [21, 19].

Объект исследования – образовательный процесс на уроках физической культуры.

Предмет исследования – средства для формирования интереса к занятиям физической культурой обучающихся сельских общеобразовательных школ.

Цель исследования - подтвердить совокупность средств формирования интереса к занятиям физической культурой обучающихся общеобразовательных сельских школ.

Реализация цели и исследование гипотезы осуществляется в решении следующих задач:

1. Проанализировать научно- методическую литературу по теме исследования.
2. Выявить у обучающихся сельских школ общестимулирующие причины формирования интереса к занятиям физической культурой.
3. Разработать и внедрить экспериментальную методику формирования интереса обучающихся к занятиям физической культурой сельских школ.

Гипотеза исследования. Предполагалось, что интерес к занятиям физической культурой обучающихся общеобразовательных сельских школ станет высоко результативным, если:

1. используется многосторонняя структура проверки процесса физического воспитания, исполняющая стимулирующую роль оценки;
2. аргументирующие обстоятельства системно соединены в методике формирования интереса обучающихся к занятиям физической культурой
3. в виде аргументированных обстоятельств применяется справедливая оценка, показатели физического состояния и вид физической подготовленности.

Методы исследования:

1. Метод изучения и анализа научно- методической литературы;
2. Метод педагогического наблюдения;
3. Метод математической статистики.

ГЛАВА 1. ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В СЕЛЬСКОЙ МЕСТНОСТИ

1.1. Физическое воспитание детей школьного возраста на современном этапе.

Одним в числе обязательных данных благополучного решения какой-либо общественной задачи общегосударственного уровня, является присутствие достаточно точных понятий о сути заложенных в ее основе факторов и выработывании общественно - признанных, объединенных представлений о главнейших путях ее решения.

Первоначально сущность проблематики ясна, она находится откровенно на поверхности: неважная материально - техническая база, географическая удаленность от городов, неудовлетворительное количество часов физической культуры и т.д. Однако, последний вопрос сейчас решен положительно (Приказ Минобразования РФ, Минздрава РФ, Госкомспорта РФ, РАО «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации», 2002). Следует обозначить, что усовершенствуется и сама образовательная структура (Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ). Тем более актуально возникает проблема значения и организации физкультурного образования.

В частности, например, не утихают споры по поводу соотношения теории и практики на уроке физической культуры в общеобразовательной школе [1,2]. Общее физкультурное образование является одной из фундаментальных оснований физического воспитания (в широком значении этого понятия). Фундамент того или иного образования (а также физкультурного) содержит усвоение знаний, способов познания. Разрешение данной проблемы в школе села реализуется по средствам преподавания базовых общеобразовательных дисциплин, в число которых

входит и предмет «Физическая культура». Устранение из его содержания научно - теоретических сведений, означает исключение из этого предмета его основного предназначения - образовательного, превращает из главной формы физического воспитания в одну из заурядных форм общей физической подготовки или активного отдыха. Изъятие учебного предмета приведет к исчезновению физкультурного образования, лишит существование физического воспитания одной из его фундаментальных основ. В конечном итоге мы имеем чрезвычайно низкий уровень физической культуры народонаселения страны, который проявляется, в начале, в неимении надобных знаний и умений, каковые могли бы стать главной для появления норм регулярных занятий физическими упражнениями в течении всей жизни индивидуума. Кардинальным намерением изменения образования, ввиду с Законом Российской Федерации «Об образовании», появилась концепция автономного истолкования образовательными учреждениями вариативной части программ, учебных планов, организации педагогического процесса и в течении его, применяемых методов, финансового обеспечения и т.п. Педагог, тем временем, работает по своему усмотрению, в контексте, выбранного образовательным учреждением, направления. А весь педагогический состав школы, зависит от заказа клиента образовательного просвещения (детей и их родителей) и государственного заказа на образование [3, 5]. Сам замысел плодотворный, но, в значительной степени, затрагивает интересы государственной политики в части образования, где преимущественно спорной, есть сфера финансирования.

Утвердительными аспектами для создания фундамента начального физкультурно - спортивного образования явились обозначившиеся в 90-е годы направления научного переосмысления пропорций биологического и социального, телесного и духовного в человеке [1, 4], разработка теоретико-методологических канонов физической культуры, подкрепление общефилософских основ физкультурного образования, формирования физической культуры индивидуума [1, 2, 3].

Представляет особое внимание «Концепция физического воспитания и здоровья детей и подростков» [1, 3], где в совокупности обсуждены факторы неблагоприятного эффекта на образ жизни детей, а также установка последующего усовершенствования физического воспитания в общеобразовательной школе. Положение начального образования в ней не затрагивается. Отдельный общенаучный вклад в исследование трудности физкультурного образования привнес А.П.Матвеев (1995), который пришел к умозаключению, что физкультурное образование может и должно предусматривать социокультурное совершенствование всесторонней и гармоничной личности школьников. Автор ясно сформулировал концептуальные методы в развитии школьной педагогической дисциплины физическая культура. Впрочем, своеобразие совершенствования предмета физической культуры, предопределило преимущество общебиологического показателя как общеметодологического основания физического воспитания на всех стадиях системы образования. Независимо от переосмысления главных факторов физкультурного учения, данное обстоятельство предопределило имеющиеся сложности развития новых аспектов в преподавании и невысокий, даже в соотношении с другими дисциплинами, общенаучный уровень используемых на уроках физической культуры педагогических спецтехнологий. Благодаря старанию профессора В.К. Бальсевича и его учеников, отмечены некоторые аспекты и сделаны начальные шаги по развитию таких спецтехнологий, нацеленных, в первую очередь, на повышение продуктивности воздействий на двигательную сферу школьников. Похуже обстоят факты с созданием продуктивных технологий обучения на интеллектуальный элемент физической культуры индивидуальности школьников. Но и здесь уже предпринимаются решительные шаги. Созданы педагогические пособия, где подытожены фундаментальные каноны знаний в области физической культуры, которые следует освоить обучающиеся за весь период обучения в школе [7, 8, 9].

1.2. Направление на реализацию Федерального государственного образовательного стандарта по предмету « Физическая культура».

Федеральный государственный образовательный стандарт по дисциплине «Физическая культура» ориентирован на осуществление регулирования «Закона РФ об образовании» в порядке применения достоинств физической культуры в течении подготовки детей школьников, к овладению социально - значимых вариантов жизнедеятельности и результата значительного профессионализма во время трудовой деятельности [10, 15, 23].

В данный момент диагностированы степени полномочий РФ и субъектов РФ в рамках образования в плане федеральных и регионально-национальных элементов, создание информационного и научно-методического сопровождения, усовершенствование учебных программ и планов, образовательных изданий [28,29]. Это предоставляет вероятность научным экспериментаторам, наравне с базовой частью программной документации по физическому воспитанию, усовершенствовать и вариативную, дополняющую и углубляющую часть. Параллельно с этим возникли программы, рассматривающие: особенности личности каждого обучающегося, религиозные предпочтения, анатомо-физиологические особенности, региональные и этнические особенности, общестимулирующие и упорядочивающие самодостаточность ресурсов познания и самопознания, самоорганизации и организации, контроля и самоконтроля. Наполнение нынешних программ усовершенствуется, основывается на принципах традиций по линии задач, наполнения и признаков продуктивности процесса физического воспитания. Довольно давно обсуждалась проблема количества занятий, в настоящий момент есть определенные сдвиги - введение еще одного урока физической культуры в неделю. Существует много экспериментов, на основании увеличения моторной плотности урока, которые позволяют решить вопрос развития физических особенностей, увеличения степени двигательной подготовленности воспитанников. Практическая неосуществимость результативного решения этих экспериментов, при условии двухразовых

занятий в неделю, многократно подтверждалась. Детальное доказательство бесплодности таких экспериментов представлено у Ю.Н. Вавилова (1990); В.Л. Лукьяненко (1999); Ю.А. Пеганова (1992). По этой причине необходимо указать очень обширную распространенность, с моей точки зрения, убеждения о том, что все фундаментальные задачи физического воспитания обязаны решаться непосредственно на уроке физической культуры, и только в этой ситуации последний может восприниматься как основная форма физического воспитания школьников. Уроки дают ориентиры всем другим формам организации физической культуры в школе, наилучшего достижения поставленных задач физического воспитания можно добиться, используя их совокупность. Это: организация занятий в спортивных клубах и в секциях, физкультурно – оздоровительное направление (дни здоровья, занятия в группах продленного дня, физкультурные минутки, игры на переменах для младших школьников, спортивные праздники), спортивно – массовые мероприятия (всех уровней), работа с родителями, популяризация упражнений физической культурой в начальной школе при помощи учеников старших классов и даже, введение Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «ГТО» в программу общеобразовательной школы. Возникновение идентичного законодательного основания в виде отдельной статьи в Законе Российской Федерации о физической культуре и спорте, является той основой, которая необходима для подлинного олицетворения этой идеи. Вселяет надежду и ряд положений «Концепции структуры и содержания общего среднего образования (в 12-летней школе)», проект которой принят на Всероссийском съезде работников образования в январе 2000 года. В нем, например, предусматривается «увеличение учебного времени на занятия физической культурой», побольше внимания предоставляется вопросам формирования здорового образа жизни обучающихся [8, 25, 27]. Вместе с тем, надо помнить, что само по себе увеличение количества занятий не самоцель. Даже более значимым является их рациональное использование. Полагаясь лишь на наращивание количества часов без трансформирования методики,

неминуемо приведет к бесполезной трате большей части ресурсов, компрометированию самой этой идеи, демонстрации непростительно низкого уровня профессионализма. Надо заметить, что именно в этом содержится самое слабое устройство во всей структуре идеи. Следовательно, очень сложными и самыми животрепещущими задачами исследователей, занимающихся проблемами школьной физической культуры, являются, создание и общетеоретическое подтверждение структуры и содержания общего образования в области физической культуры, основывающиеся на современные технологии, на сбалансировании воздействия, как на моторный, так и на высокоинтеллектуальный компонент физической культуры личности обучающихся. Начальное физкультурное учение на селе, возможно преподнести как разработку и результат формирования, и овладение систематизированными знаниями, умениями, навыками, правил поведения в физкультурной деятельности. Его показатель, также обязан являться прогрессирующий уровень умственных и моторных способностей, эмоциональных и эстетических чувств, начальная степень двигательной интеллигентности, оптимальный уровень психофизического и нравственного здоровья, личностная мотивация физической активности как общественно значимой индивидуальной деятельности. Главным способом приобретения начальной физкультурной компетентности, образованности и двигательной просвещенности, является физическое воспитание как фундаментальная физическая культура, где обучение, воспитание, психофизическое развитие производится на уроках в системе общеобразовательной школы. Немаловажное значение в овладении широкого круга знаний детьми , интеллектуальном и психофизическом освоении, выступает самообразование, культурно-просветительская деятельность в обществе, участие в разнообразных формах физкультурной деятельности с ровесниками за рамками физкультурного образования, физкультурная информированность родителей. Следовательно, возможно утверждать о наличии физкультурно-образовательной деятельности, как о более обширном, интегрирующем,

системном понятии [30]. На первоначальном этапе физкультурного образования обоснованно прибегать к термину "двигательная интеллигентность". Оно должно отображать показатель умственной и психической развитости, психофизической подготовленности к пониманию теоретических вопросов, научных знаний в сфере физкультурной деятельности.

1.3 Формирование интереса к урокам физической культуры обучающихся сельских школ.

Проблема повышения интереса к занятиям физической культурой обучающихся продолжает оставаться актуальной, на том основании, что физическая культура как общеобразовательный предмет еще не стала предметом формирования физической культуры личности, раскрытия и развития физических и духовных способностей обучающегося, его самоопределения.

В этой связи В.К. Бальсевич и Л.И. Лубышева видят выходом из возникшего положения разработку значительно нового подхода к общей «философии» применения средств физической культуры и спорта в интересах возвращения жизнеспособного, активного молодого поколения. По их убеждениям, следует перестроить процесс физического воспитания так, чтобы он удовлетворял интересы каждого обучающегося, заключался на основании индивидуальных особенностей обучающихся, на обязательном соответствии содержания физической активности ритмам возрастного развития человека и фундаментальных закономерностях целенаправленного преобразования физического потенциала. Ведь, как известно, в классах не одинаковый состав обучающихся (особенно в малокомплектных сельских школах). Обучающиеся в одном классе могут отличаться по своему физическому развитию, состоянию здоровья и подготовленности. В классе могут заниматься школьники двух и более возрастов, мальчики и девочки, и у всех могут быть различные интересы

к занятиям физической культурой. Например: девочки чаще думают о гибкости, грации, красивой походке, стройной фигуре, им не интересно развитие быстроты, силы и выносливости. Мальчики, в свою очередь, хотят развить именно силу, быстроту, ловкость, выносливость. Одни любят легкую атлетику, занятия плаванием, гимнастику, другие предпочитают спортивные игры, а есть и те, которые не интересуются ни одним видом физических упражнений. Также ситуации дома, на переменах и предыдущих уроках приводят обучающихся в разную степень возбудимости. Исследователи Ю.А. Копылов, Г.Б. Мейксон считают непозволительным пренебрегать сохранением и развитием эмоциональной сферы учащегося, управлением его эмоциями. Формируя умение учащихся управлять своей эмоциональной сферой, необходимо придавать занятиям гуманистическую направленность. Для создания стремления к физическому совершенству, по мнению М.Я. Виленского, Е.Н. Литвинова, необходимо в первую очередь снизить влияние отрицательных стереотипов поведения на основе интересов и потребностей учащихся. При этом педагогические воздействия носят яркий, впечатляющий характер, соответствующий внутреннему настрою школьников; цели деятельности им понятны и относительно доступны; содержание деятельности способствует устранению чувства собственной ограниченности, чему помогает адекватная самооценка и поощрение их усилий.

Особую значимость приобретают современные подходы к физическому воспитанию школьников, влияющие на проблему формирования интереса обучающихся к занятиям физической культурой:

- деятельностный подход [6, 12, 13, 16, 20], развивающий мотивационно-ценностные ориентации личности на активно-положительное отношение к физической культуре; формирующий систему знаний и убеждений, организующих и направляющих познавательную и практическую активность личности обеспечивающий физическое совершенство личности [4, 15];
- комплексный подход, объединяющий все формы урочных и внеурочных занятий физической культурой и спортом [4, 13];

- региональный подход, обуславливающий содержание образования с учетом климатогеографических, национальных, социально-демографических особенностей [15, 17];

- дифференцированный подход, решающий вопросы организации педагогического процесса по физической культуре посредством выделения классов, групп со специфической направленностью физкультурного обучения школьников и уровнем их физического состояния [20, 23, 26];

- тренировочный и спортивно-видовые подходы, обладающие высоким уровнем мотивации в силу занятости определенным видом спорта [25, 26, 27].

Актуальной остается проблема использования в школьном физическом воспитании сенситивных периодов развития двигательных качеств [10, 11, 12]. Опыт учителей-новаторов и специалистов, использующих особенности физического развития и тип телосложения, психические особенности личности, уровень полового созревания и сенситивные периоды развития не уменьшил необходимость развития интереса к занятиям физической культурой.

Получается, подавляющее большинство специалистов физического воспитания, по сути одинаково устанавливают перспективы совершенствования физического воспитания и дают аналогичные указания воплощения представленных перспектив в реальность. И в то же время, нехватка реальных механизмов приближения поставленных целей может в значительной степени усложнить процесс их достижения или сделать его в конечном счете невозможным. Всеобщей проблемой практически всех рассмотренных выше научно-методических подходов к физическому воспитанию является отсутствие последовательных методов стимулирования интереса обучающихся сельских школ к занятиям физической культурой.

Решение данной проблемы может находиться в изменении системы контроля и оценки учебной деятельности. Основной принцип, которым руководствуется учитель при выставлении оценки, выражается следующим образом: воспитывать у учащегося интерес и потребности заниматься

физическими упражнениями и стимулировать учебную активность, оценка должна содействовать развитию учащегося, а не тормозить его.

Однако отмечено, что система оценок успеваемости по физической культуре, играя одну из главных ролей в мотивационной сфере обучающихся, является инструментом принуждения к занятиям, а не инструментом формирования мотивации [1, 2, 13]. По мнению специалистов, оценка, выполняя контролирующую, обучающую и воспитывающую функции, должна быть объективной, всесторонней, дифференцированной и индивидуально обоснованной, только тогда проявится ее стимулирующий эффект. Эти критерии являются основными в совершенствовании любой системы оценок.

Недостаточно разработаны в литературе вопросы формирования интереса к занятиям физической культурой обучающихся сельской местности. Здесь к изложенным выше проблемам добавляются слабая материально-техническая база, недостаток квалифицированных педагогов. Нежелание молодых специалистов, переезжать в сельскую местность – на сегодняшний день, тоже является одной из важнейших проблем образовательной сферы.

Таким образом, анализ литературных источников по проблеме формирования интереса обучающихся сельских школ к занятиям физической культурой показал, что:

- формирование интереса к занятиям физической культурой должно опираться на учет индивидуальных особенностей обучающихся;
- состояния индивидуальной мотивированности необходимо добиваться, исходя из соответствия требований к обучающимся и их способностей;
- стимулирующий эффект оценки по предмету «физическая культура» проявляется, если она объективна, всесторонняя, дифференцирована и индивидуально обоснована;
- проблема формирования интереса обучающихся сельских школ к занятиям физической культурой изучена недостаточно.

Функции учителя физической культуры:

- осуществляет непосредственное организационное и методическое руководство внеклассной работой по физическому воспитанию;
- направляет деятельность совета коллектива физической культуры школы и оказывает повседневную помощь в его работе;
- организует работу спортивных секций и тренировки сборных команд, привлекая для этого физкультурный актив школы, учителей-предметников, родителей и др.;
- обеспечивает подготовку физкультурного актива (юных судей, физоргов классов);
- оказывает методическую помощь учителям начальных классов и классным руководителям по вопросам организации физкультурно-оздоровительной работы в классах;
- планирует общешкольные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия (массовые соревнования, физкультурные праздники и вечера, "дни здоровья" и т.д.) и обеспечивает их проведение совместно с физкультурным активом, педагогическим коллективом и родительской общественностью.

Функции классного руководителя:

- следит за соблюдением обучающимися санитарно-гигиенических требований, а также пропагандирует необходимость ежедневной утренней гимнастики (беседы с учащимися и родителями);
- помогает физоргам планировать и проводить физкультурные мероприятия, тренировки спортивных команд класса для подготовки к соревнованиям;
- следит за систематическим проведением физкультминуток на уроках.

Функции воспитателя группы продленного дня:

- следит за соблюдением режима дня обучающимися;
- контролирует выполнение обучающимися правил личной гигиены;
- организует туристические походы, массовые подвижные игры, прогулки, экскурсии, занятия физкультурой и спортом.

Функции коллектива физической культуры:

- организует постоянно действующие спортивные секции и группы общей физической подготовки для обучающихся;
- проводит внутриклассные и внутришкольные соревнования, товарищеские спортивные встречи с другими школами;
- принимает участие в соревнованиях, организуемых органами управления образования;
- проводит физкультурные праздники, показательные выступления ведущих спортсменов школы;
- организует туристические походы и игры на местности;
- готовит юных общественных инструкторов и судей по видам спорта;
- ведет широкую пропаганду физической культуры и спорта в школе;
- расширяет и укрепляет материально-спортивную базу школы.

В настоящий момент у многих учителей физической культуры появилась осознанная необходимость в детализации, общенаучном обосновании и усовершенствовании методов и форм взаимодействия с родителями обучающихся, в создании основ начального физкультурного образования детей в связи с учетом новой социально-политической и экономической обстановкой в стране. Последняя оставляет свой отпечаток и на семьях обучающихся. На данный момент, образовался определенный круг проблем в физическом воспитании школьников, которые педагог может решать посредством взаимодействия с родителями.

Первостепенной по своей важности становится проблема адаптации детей к школе при поступлении в первый класс. На данном этапе, когда разрабатываются основы непрерывного физкультурного образования, пока не налажены каналы взаимодействия детского сада и школы в этом вопросе. Частично эту проблему можно решить с помощью родителей.

Второй аспект сотрудничества учителя физической культуры с родителями обучающихся лежит в мотивационной сфере, значимость которой очень трудно переоценить. Возникнувшая система физического воспитания не способствует формированию потребности в регулярных занятиях физической

культурой, в то же время доказано, что дети учатся не только головой. Многие обучающиеся не имеют сформированных навыков здоровой жизнедеятельности, вследствие этого у них отсутствуют мотивация и потребность в здоровом образе жизни. В связи с этим в настоящий момент является важной задача перестройки системы физического воспитания с учетом индивидуальных потребностей обучающихся.

Стимулом для привлечения внимания родителей к физическому воспитанию детей в семье может стать работа учителя. Здесь играют роль статус предмета "физическая культура" в школе, авторитет учителя, то насколько профессионально поставлена агитационно-пропагандистская, просветительская работа учителя физической культуры.

В-третьих, у школы нет возможности организовывать и контролировать двигательную активность детей в полном объеме. Двигательная активность обучающихся является неотъемлемым компонентом как учебной, так и оздоровительной работы. Умение правильно и полноценно организовать досуг ребенка в семье является в наши дни редким исключением. Следует отметить, что учителя физической культуры в своей повседневной работе руководствуются в основном федеральным государственным стандартом и возможностями школы, но не возможностями семьи. Такое положение вещей продиктовано тем, что не существует системы или модели взаимодействия учителя физической культуры с родителями обучающихся, а эпизодические контакты носят, в основном, формальный характер. Поэтому необходим взаимный и постоянный контакт школы и семьи. Ряд авторов предлагает решить эту проблему с помощью учебников по физической культуре [26, 29]. Многие опытные учителя делают это посредством системы домашних заданий и дневников физической культуры.

Задача создания и поддержания режима повышенной двигательной активности обучающихся была решена с одной стороны за счет учета климатогеографических условий региона, что нашло свое отражение в разработанном содержании учебного предмета "Физическая культура" для

учащихся I-IV классов сельской общеобразовательной школы и планировании учебной работы. Учет потребностей сельских школьников в повышении двигательной активности позволил регламентировать формы физического воспитания, перестроить физкультурно-оздоровительную работу с привлечением педагогического состава школы. Учет социальных условий проживания позволил разработать четыре дополнительных раздела программы: закаливание, питание, личная гигиена, основы самоконтроля. Теоретический материал был реализован в течение всего учебного года в ходе практических занятий, а также за счет академических часов.

Полученные знания использовались школьниками в повседневной жизни, при самостоятельных занятиях физическими упражнениями, выполнении домашних заданий по физической культуре. Настоящего удалось достичь при помощи взаимодействия с родителями обучающихся, путем таких форм как: родительские собрания, консультации, практикумы для родителей и др.

Формирование интереса в эксперименте заключалось в следующем:

- проводилось тестирование физической подготовленности и уровня физического здоровья;
- выводились дифференцированные и интегральные оценки и строились профили физической подготовленности;

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

При выполнении данной работы использовались следующие методы исследования.

1. Метод изучения и анализа научно-методической литературы проводился с целью изучения и обобщения имеющихся данных, близких по тематике нашему исследованию.

2. Метод педагогического наблюдения осуществлялся с целью изучения непосредственного восприятия педагогического процесса по физическому воспитанию. Педагогические наблюдения проводились по плану, а результаты фиксировались и постоянно анализировались.

3. Метод математической статистики предполагает исследование достоверности результатов по следующим вариантам:

- Необходимо сравнить две группы до эксперимента (контрольная и экспериментальная) и выявить достоверность результатов.
- Насколько изменились результаты после эксперимента (сравнивают результаты и насколько изменились результаты в группах).
- Узнать, насколько достоверны результаты в начале эксперимента и в конце эксперимента..

M (большая) - среднеарифметическая величина

σ (сигма) - среднеквадратичное отклонение

m - средняя ошибка среднеарифметической величины

t - средняя ошибка разности

St - статистическая значимость определяется по формуле

Стьюдента.

2.2. Организация исследования

Для проведения исследования были отобраны экспериментальные и контрольные группы по 10 человека учащиеся 4-х,9-х,11-х классов .

Исследования проводились в Агинской средней школе № 1 Саянского района

Исследования проводились в 3 этапа:

I этап. Теоретическое обоснование исследования, изучение и анализ учебно-методической литературы.

II этап. Проведение практического эксперимента состоящего из двух частей:

1) исследование было проведено в начале года (сентябрь 2018 г.)

2) в конце учебного года (апрель- май 2019 г.)

III этап. Обработка полученных данных. Экспериментально обоснована методика, обеспечивающая повышения уровня физической подготовленности и уровня физического здоровья посредством формирования интереса к занятиям физической культуры обучающихся сельских школ.

По итогам проведенных исследований была определена батарея, которая состоит из 9 тестов для тестирования уровня физической подготовки детей, на основе которых были созданы таблицы дифференцированных оценок профилей физической подготовки, нормы интегральных оценок сельских школ Саянского района.

Для того чтобы можно было результаты тестирования физической подготовки, перевести в дифференцированные оценки, позволяющие как можно точно, чем пятибалльное оценивание, оценить достигнутый результат в каждом тесте программа, были созданы оценочные таблицы по тестам: челночный бег 10 раз по 5 метров; удержание тела в висе на перекладине; прыжок в длину с места; бросок набивного мяча; поднимание туловища за 30 сек ;наклон вперед из положения сидя, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, 6-ти минутный бег.

Во время исследования было установлено, что интегральная оценка объективно отражает индивидуальный уровень физической подготовки обучающихся, средние значения интегральной оценки позволяет оценить физическую подготовку классов различных возрастных групп и может использоваться для проведения итогов соревнования по общей физической подготовке.

ГЛАВА 3. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК БАЗОВАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В СИСТЕМЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СЕЛЬСКИХ ШКОЛ

3.1. СОДЕРЖАНИЕ И ФОРМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Для анализа продуктивности внедрения в учебный процесс дифференцированных и интегральных оценок индивидуальных профилей физической подготовленности, оценок степени физического здоровья и изучение влияния экспериментальной методики контроля на совершенствование интереса к занятиям физической культурой был осуществлен сравнительный педагогический эксперимент. Во время эксперимента изучалась и наблюдалась динамика степени физической подготовленности и физического здоровья, двигательных умений и навыков по физической культуре, знания обучающихся своей степени физической подготовки и физического здоровья, динамика интереса к урокам физической культуры, самостоятельная физическая активность обучающихся в контрольных экспериментальных классах.

Первое тестирование физической подготовки и наглядное представление на индивидуальном профиле физической подготовки, определение взаимосвязи с показателем физического здоровья позволили полностью оценить состояние всех учащихся, привлекали внимание детей и родителей к сильным и слабым сторонам подготовки и здоровья, предположить планы занятий физической культурой.

Когда проводился предварительный эксперимент регулярно в соответствии с представленными планами самостоятельно занимались 6 человек в экспериментальном 4 классе, 4 человека - в 9 классе и 3 в 11 классе; посещали секцию общая физическая подготовка 1 человек из 4-го класса, 3 из 9-го и 4 из 11-го класса; в лыжной секции занимались 2 человек из 9-го класса и по 1 из 4-го и 11-го класса и по 2 человека из 9-го класса и 11-го класса посещали тренировки по волейболу. В контрольных группах не было

выявлено детей, которые регулярно занимаются физической культурой самостоятельно. Спортивные секции посещали 3 человека из 9 и 4 и 11 класса.

Для оценивания эффективности подобранной программы в конце учебного года проводилось повторное тестирование физической подготовки и физического здоровья в экспериментальных и контрольных классах

Динамика интегральной и академической оценки, уровня физического здоровья и показателя PWC_{no} за время предварительного эксперимента

(в баллах)

Класс	Группа	Интегральная оценка		Академическая Оценка		Уровень физ. здоровья		Показатель PWC _{no}	
		1	2	1	2	1	2	1	2
4	Э (п=10)	430*	456*	4,38*	4,53*	12,7*	14,1*	329*	371*
	К(п=10)	431,5	441	4,4	4,45	12,4	12,8	322	350
9	Э(п=10)	445	463	4,41*	4,54*	13,2*	15*	680	728
	К(п=10)	447	453	4,48	4,51	13,3	13,8	706	723
11	Э(п=10)	427,5	447,5	4,34*	4,49*	12,3*	13,4*	798	846
	К(п=10)	428,5	432,5	4,37	4,41	12,5	12,9	826	845

Примечания: 1 - начало эксперимента, 2 - завершение эксперимента, Э - экспериментальная группа, К - контрольная группа, п - количество испытуемых, * - изменения носят достоверный характер ($p < 0,05$).

В индивидуальных профилях физической подготовленности обучающихся экспериментального класса, выполняющих планы, наблюдалось значительное улучшение показателей, при этом плохой динамики не выявлено и у школьников, не выполняющих планы в силу каких-либо обстоятельств (нежелание, неблагополучные семьи, отсутствие контроля со стороны родителей). Это компрометируется динамикой средней интегральной оценки физической подготовленности в эксперименте, так она достоверно повысилась

в ЭК 4-х классов с 430 до 456 баллов ($p < 0,05$). В КК произошло улучшение её с 431,5 до 441 балла. В 9-х классах интегральная оценка изменилась с 445 до 463 баллов в экспериментальной группе и с 447 до 453 баллов в контрольной; в 11-х классах зафиксировано повышение с 427,5 до 447,5 баллов и с 428,5 до 432,5 баллов в экспериментальной и контрольной группах соответственно. Анализ показателей физического здоровья показал, что в ЭГ 4-х классов достоверные изменения не наблюдались только в значении индекса Кегле, при этом обращает на себя внимание факт перехода в более высокой оценочный интервал в 12 случаях в индексе Робинсона и в 12-ти в индексе Шаповаловой; по 3 в индексе Скибинского и по 3 в индексе Руфье. В 9-м экспериментальном классе перешли на более высокий уровень в 40 случаях, при этом 12 человек достигли повышения в индексе Шаповаловой с одновременным повышением индекса Руфье, индекса Робинсона и индекса Скибинского у 9-ти, 8-ми и 5-ти детей соответственно, и у 6-ти наблюдалось повышение оценочного диапазона в индексе Кегле. В 11-м классе аналогичное повышение результатов зарегистрировано в 9 случаях по значению индекса Шаповаловой, 8 результатов в индексе Руфье и 4-х в индексе Скибинского. Такая динамика обусловила достоверное повышение общей оценки уровня физического здоровья в ЭГ 4-х классов с 12,7 до 14,1 баллов в среднем по группе, в КГ отмечено её повышение с 12,4 до 12,8 балла. В ЭГ 9-го класса уровень физического здоровья достоверно улучшился с 13,2 до 15 балла и повысился с 12,3 до 13,4 балла в 11-м ЭК. В КГ отмечено повышение с 13,3 до 13,8 и с 12,5 до 12,9 баллов в 9-х и 11-х классах соответственно. Средние значения общей оценки физического здоровья в группах по методике С.В. Хрущева соответствуют с диапазоном «средний уровень» до и после эксперимента.

Результат в показателе PWC по достоверно повысился с 329 до 371 КГ.М./МИН., в экспериментальной группе 4-х классов, в то время как в контрольной произошло изменение с 322 до 350 кг.м/мин. В 9-х классах значение PWC по улучшилось с 680 до 728 кг.м./мин., в контрольной группе с 706 до 723 кг.м/мин. В 11-х классах с 798 до 846 кг.м/мин. произошло

улучшение результатов в экспериментальной группе, с 826 до 845 кг.м\мин. в контрольной группе.

Необходимо обратить внимание, что большой интерес учащихся вызвали не сами показатели. А интерпретация показателей функционирования определенных систем организма и рекомендации С.В. Хрущева и вообще целый уровень здоровья. Данные педагогические условия обусловили внимание родителей и детей предложенным направлениям физического воспитания и предопределили неоднократное обращение в течение учебного года за советами. Необременительная для детей процедура тестирования по этой методике определила вопросы детей о сроках следующего звания.

Немалый интерес динамика Академической оценки по предмету физическая культура, где надо учитывать не только уровень физической подготовки, но само отношение к уроку, двигательные умения и навыки. Так среднее значение академической оценки достоверно увеличилось с 4,38 (данные предыдущего учебного года) до 4,53 баллов, с 4,41 до 4,54 и с 4,34 до 4,49 баллов соответственно в экспериментальных группах 4-го, 9-го и 11-го классов. В КГ было заметно незначительное повышение оценок по всем возрастам. Определяющими факторами, которые были отмечены, в эксперименте динамики считаются как повышение показателя физической подготовки, так и объективность интегральной оценки физической подготовленности, которое позволяет нивелировать слабые и сильные результаты в тестах всех обучающихся и оценить общую физическую подготовку, а не результаты в определённых тестах при традиционной системе оценивания. Очень хорошо изменилось отношение учащихся к урокам ФК в экспериментальном классе, что непосредственно повлияло на умения и навыки, критикуемые согласно программе в каждой возрастной группе.

Вышеизложенное показывает, что лучше динамика, которая выявлена в ЭГ, объясняет повышение интереса к занятиям физическими упражнениями, которые были непосредственно названы в начале учебного года.

Совместными усилиями педагогов, родителей и детей путём обсуждения результатов тестирования физической подготовки и физического здоровья. Это самое подтверждает опрос отношение детей ЭК к урокам физической культуры. Так, ответ «Посещаю с удовольствием» выбрали 71,4% 90,5% и 71,9%, ответ «Посещаю как обязательные» -14,3%, 4,8% и 23,8%, затруднились с ответом 14,3%, 4,8% и 4,8% учащихся экспериментальных классов в начале, середине и конце года соответственно. Анализ показывает, что ответы детей несут целенаправленно положительного характера. Данный факт, по нашему мнению, Объясните отсутствие постоянной мотивационной работы педагога в течение года с детьми и родителями.

Анализ показателей физической подготовки физического воспитания обучающихся в девярых и одиннадцатых классах, показывает о более значимой динамики результатов в ЭГ объясняет, по нашему мнению, увеличение интереса детей к занятиям физической культурой на основе взаимопонимание старшеклассников ЭГ реальной значимости занятий физической культуры как для всех так и по отдельности.

Данный результат был получен непосредственно за счёт определения направления занятий физической культуры для всех детей на основе интегральной оценки и индивидуального профиля физической подготовки, обоснованного обсуждение полученных результатов и полную свободу выбора формы физической активности в соответствии с личным интересами и способностями каждого ребёнка. Вышесказанное обосновывается результатами изучения индивидуального отношения к занятиям физической культурой детей опытных групп старших классов по модифицированной методике А.Е. Голомштока, они показали что в ЭГ с 6 до 8 и с 4 до 7 в 9-х и 11-х классах повысилось количество ответов детей в области большого притяжения к занятиям физической культуры с 4 до 6 и 4 до 5 в области хорошего интереса при стабильном отношении к урокам физической культуры в КГ, что способствует говорить о хорошем влиянии программы на формирование интереса детей к занятиям физической культуры.

Результаты предварительных экспериментов позволили сделать определённые выводы:

1. Дифференцированные оценки комплекса тестов и интегральной оценки позволяют обоснованно оценить физическую подготовку детей, взвешивая его индивидуальные слабые и сильные стороны. Профиль физической подготовки детей, обладая наглядностью и устойчивостью, дает возможность определить направление физического развития личности в области мотивирующих состояний.

2. Отмечена относительная консервативность общей оценки уровня физического здоровья, при большой вариативностью определенных показателей входящих в методику С. В. Хрущева, что позволяет применить их в качестве стимула к регулярным занятиям физической культуры.

3. Исследования показали, что интерес к урокам физической культуры без обдуманно- методической работы с детьми и родителями не имеет стабильного характера в течение всего учебного года.

4. Будущим направлением в увеличение эффективности формирования интереса обучающихся к занятиям физической культуры может считаться создание положительной мотивационной сферы, в которой будут участвовать педагог, дети их родители. Мотивационная сфера должна основываться на объективных оценках уровня физической подготовки и физического здоровья. Положительное функционирование мотивирующей среды как системы необходимо, в основном, опираться на постоянность контроля и обратную связь со всеми участниками.

С поставленной целью исследования эффективности методики формирования интереса детей к занятиям физической культуры, основываясь на системном подходе к трем составляющим технология обучения: непосредственно -это форма организации, методы обучения и методы контроля, был проведён главный педагогический эксперимент.

Основные задачи эксперимента считались:

1) уточнение педагогических условий развитие занятия физической культуры в сельских общеобразовательных школах.

2) исследование эффективности использования методов формирования интереса к занятиям физической культуры сельских школ.

В эксперименте участвовали 6 опытных групп: по две в 4-х, 9-х и 11-х классах, общей численностью 60 человек.

Методика формирования интереса к занятиям физической культурой заключалась в следующем:

- проводилось тестирование уровня физической подготовленности и уровня физического здоровья;

- на каждого учащегося строился профиль физической подготовленности, и выявлялись слабые и сильные стороны подготовленности;

- по индексам физического здоровья выявлялись особенности функционирования отдельных систем организма;

- педагогом намечались индивидуальные предложения по занятиям различными формами физической культуры (самостоятельные занятия, занятия в секциях и др.);

- организация мотивационной среды, осуществлялась на совместных с обучающимися родительских собраниях (4 раза в учебном году), на которых, в уважительной форме, озвучивались результаты тестирования и предложения по направлению физического воспитания каждого обучающегося.

На первом родительском коллективном собрании с обучающимися проходило обсуждение результатов тестирования и были определены предложения по направлению физического воспитания всех обучающихся. При этом, определяющим фактором для выбора детьми формы занятий физической культуры являлось его желание и умение. Домашнее задание изменялось педагогом в течение всей четверти, с учётом изучения обучающимся предлагаемых упражнений и контролировались в беседах с

родителями и на уроках физической культуры. Конечный контроль выполнялся в конце каждой четверти.

Если смотреть на план, который был разработан педагогом, реализация экспериментальной программы обеспечивала постоянность как организованных, так и самостоятельных занятий физической культуры учащихся четвертых классов, при этом самостоятельные занятия выбрали 7 человек, трое посещали секцию общей физической подготовки и двое секции лыжной подготовке. В контрольной группе только один человек занимался вспомогательной подготовкой к урокам физической культуры с родителями.

Достоверно повысилась средняя интегральная оценка с 430 до 486 баллов в ЭГ ($p < 0,05$). В контрольном классе интегральная оценка повысилась с 426 до 447 баллов (табл. 2). При этом средняя академическая оценка достоверно повысилась в ЭГ с 4,39 до 4,7 балла, в КГ оценка повысилась от 4,37 до 4,48 балла.

Эффект экспериментальной методики также обуславливается показателями, которые характеризуют степень физического здоровья. Очень сильно изменились показатели в лучшую сторону в ЭГ, где ее среднее увеличение на 1,95 балла. В конце учебного года в экспериментальном классе большого уровня физического здоровья добились 6 человек. На более высокий уровень физического здоровья вырос один человек. Результат в показателе $PWC_{по}$ достоверно изменился с 339 до 439 кг.м./мин. в экспериментальной группе, в то время как в контрольной группе результат изменился с 353 до 408 кг.м./мин.

Динамика интегральной и академической оценки, уровня физического здоровья и показателя $PWC_{по}$ за время эксперимента (в баллах) в конце учебного года.

Класс	Группа	Интегральная оценка	Академическая оценка	Уровень физ. здоровья	Показатель $PWC_{по}$

		1	2	1	2	1	2	1	2
4	Э(п=10)	430*	486*	4,39*	4,7*	13,2*	15,15*	339*	439*
	К(п=10)	426	447	4,37	4,48	13	14,05	353	408
9	Э(п=10)	457*	514*	4,24*	4,55*	13,4*	15,5*	691*	786*
	К(п=10)	456	475	4,17	4,27	13,6	14,45	693	728
11	Э(п=10)	425*	491*	4,11*	4,49*	12,2*	13,5*	788*	925*
	К(п=10)	416	426	4,1	4,17	11,9	12,2	821	867

Примечания: 1 - начало эксперимента, 2 - завершение эксперимента, Э - экспериментальная группа, К - контрольная группа, п - количество испытуемых, * - изменения носят достоверный характер ($p < 0,05$).

Изучение мнения обучающихся показывает, что работа в экспериментальной методике способствует повышению интереса обучающихся ЭГ к занятием физической культуры, которые изменились с 66,6 % процентов до 95,3 %, тогда как в КГ данные показатели за время всего эксперимента остался на том же уровне это 61, 9% . Необходимо выделить что родителей больше заинтересовала динамика показателей физического здоровья, а 86% занимающихся указали на интерес к динамике профиля физической подготовки.

Большое повышение степени физической подготовки и физического здоровья, способствующие регулярные самостоятельные тренировки, физические упражнения, позволяют говорить о том, что плановая работа педагога с обучающимися и родителями в течение всего года, которая основывается на объективных методах контроля, обсуждение с обучающимся и родителями всех сторон физической подготовки и физического здоровья, перспективы их будущего совершенствования, считается главным фактором закрепление интереса обучающихся к урокам физической культуры.

Ориентирование педагогом обучающихся и родителей ЭГ девятых классов в начале учебного года на значимость занятий физической культуры, объяснение степени физической подготовки и показатели физического здоровья, уточнение реальных перспектив развития на учебный год, воздействовали не только на отношение обучающихся к урокам физической культуры, но и то, что самостоятельными занятиями, с тех пор, начали заниматься пять человек. Тренировки общей физической подготовки посещали 5 человек, волейбол и лыжная подготовка четыре человека, комбинированные самостоятельные и секционные тренировки три человека. В КГ такой активности не было видно, и спортивных секциях занимались всего 4 человека.

Постоянное рассмотрение результатов тестирования с обучающимся и наличие положительных изменений в ходе эксперимента способствовало сохранению количества обучающихся в внеурочное время в течение всего года и получить достоверное повышение средней интегральной оценки в ЭГ с 457 до 514 баллов ($p < 0,05$). В контрольной группе средняя интегральная оценка увеличилась с 456 до 475 баллов. В 6 тестах у юношей и в 7 у девочек ЭГ был заметен достоверный рост результатов, в КГ обоснованный рост был заметен только в одном месте у юношей и у девушек.

Педагогические условия, которые были воспроизведены в экспериментальной группе 9 класса, обусловили повышение годовой академической оценки 4,24 до 4,55 балла в прошлом и экспериментальном учебных годах соответственно, в контрольной группе было выявлено повышение с 4,17 до 4,27 балла.

Анализирование результатов тестов физического здоровья доказало, что в ЭГ девятых классов повышение общей оценки физического здоровья составила 2. 1 балла в среднем по группе. Пять человек по сравнению с другими повысили свои показатели и перешли на более высокий уровень физического здоровья. В КГ все учащиеся остались на тех же уровнях физического здоровья, а среднее изменение уровня физического здоровья по

группе составила 0,85 балла. Значение показателя PWC_{no} улучшилось достоверно с 691 до 786 кг.м./мин. в экспериментальной группе и с 693 до 728 кг.м./мин. в контрольной, различия не достоверные.

Анкетирование индивидуального интереса обучающихся экспериментальной группы к занятию физической культуры, проведенное в начале и в конце всего эксперимента по методике А.Е. Голомштока, доказало, что работа педагога с обучающимися и родителями по экспериментальной методике, уроки физической культуры в организованных и самостоятельные занятия, положительно влияют на интерес обучающихся к урокам физической культуры, который повысился на 37%. За то же время, интерес детей КГ к занятиям физической культуры немного понизился.

Анализ результатов эксперимента в экспериментальных группах одиннадцатых классов показал, что целенаправленная работа учителя с обучающимися и родителями по экспериментальной программе в течение всего года, выявила отношение обучающихся экспериментальные группы к урокам физической культуры так: самостоятельно тренировались 6 человек, тренировки по общей физической подготовки посещала 5 человек, секция волейбол и лыжная тренировка занималась 3 человека, совмещались самостоятельные и тренировочные занятия 3 человека. В контрольной группах посещали спортивные секции четыре человека.

Систематические занятия физической культурой в течение всего учебного года позволили значительно повысить среднюю интегральную оценку физической подготовки в ЭГ 425 до 491 бала, тогда как в КГ изменение оценки произошло с 416 до 426 баллов. У детей ЭГ в 6 тестах был получен обоснованный рост результатов, в контрольной достоверные изменения в одном тесте ($p < 0,05$).

Результаты индивидуальных изменений в данных физического здоровья показывали, что на более высокий уровень физического здоровья в ЭГ перешли 3 юношей и две девушки. Заданное время в КГ на один уровень понизилась по 2 учащихся, как в группе юношей так и у девочек. Общая

оценка физического здоровья повысилась в ЭГ на 1,3 балла. В КГ за время эксперимента значительное изменение уровня физического здоровья составила 0,3 балла в среднем по группе. Достоверно повысился результат PWC170 с 788 до 925 кг.м./мин. в ЭГ и улучшился с 821 до 867 кг.м./мин. в контрольной группе ($p < 0,05$).

Уроки физической культуры очень хорошо повлияло на изменение академической оценки в течение всего учебного года. Так, в ЭГ академическая оценка повысилась с 4,11 балла до 4,49 балла, в контрольной группе с 4,1 до 4,17 балла.

Обоснованием полученных данных служат результаты опроса обучающихся по модифицированной анкете А.Е. Голомштока, которая показала, что за время всего эксперимента заинтересованность к занятиям физической культурой повысилась на 45%. В КГ таких обучающихся осталось 3 против 4 в начале эксперимента. Беседа с обучающимися показала, что интерес к занятием физической культуры оценивался тремя доминирующим причинами: стремление воспроизвести свои возможности, повысить свою подготовленность и здоровье, более интересно провести свободное время.

Результаты педагогического эксперимента позволили утвердить, что в ЭГ четвёртых, девярых и одиннадцатых классов сложились хорошие педагогические условия, объясняющие все повышением внимания к урокам физической культуры, большим выбором внеурочных форм, интерес детей и родителей показателями физического здоровья и результатами физической подготовки, повышение авторитета учителя физической культуры.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Уже существующая система оценок успеваемости по физической культуре не формирует интерес обучающихся к занятиям физической культуры, в связи, с чем наиболее предпочтительными путями улучшения стимулирующей роли оценки по физической культуре являются:

- * региональные, метеорологические обоснованные нормативы;
- * система дифференцированных оценок комплекса тестов и испытаний, которое позволяет хорошо и точно оценить достижения детей в единой шкале измерений и получить подробное изображение профиля индивидуальной готовности;
- * интегральная оценка, подробно оценивающая достижения в комплексе тестов.

2. Наравне с непредвзятыми данными физической подготовленности, высочайший интерес обучающихся различных возрастных групп и родителей обучающихся младших классов, повышают методики и отдельные показатели, описывающие функционирование определенных систем организма. Из преимущественно значимых можно подчеркнуть показатель PWC_{no} и методику С.В. Хрущева, содержащую индексы: Кетле, Робинсона, Скибинского, Шаповаловой, Руфье.

3. Фиксируемые изменения индивидуальных профилей физической подготовки и параметры физического здоровья при своевременных занятиях физической деятельностью, объясняет продуктивное использование их в качестве мотивационных факторов при работе с родителями и детьми.

4. Реализация в учебном году экспериментальной методики способствовала не только увеличению индивидуального уровня физической подготовленности и его интегральную оценку, но и обусловило увеличение уровня физического здоровья на 29% у 4-х -классников и 23-26% у учащихся старшекласников ЭГ. В контрольных группах была замечена стабильность и некоторые понижения этих показателей у старшекласников.

5. Методика, базирующаяся на традиционной системе физического воспитания, в которую входит ежеквартная тестирование показателей физической подготовки, физического здоровья и детальное обсуждение всех результатов тестирования с детьми и родителями, вызвало увеличение интереса к урокам физической культуры в ЭГ, тогда как в КГ интерес к урокам физической культуры за время эксперимента в четвёртом классе остался на прежнем уровне, а у других классов: 9 и 11 снизился.

6. Интерес учащихся к занятиям физической культурой в младших классах наиболее успешно формируется путем целенаправленной работы с родителями, планированием и контролем домашних заданий по физической культуре; в старших классах формированием ценностного смысла занятий физической культурой и значимостью их для физического здоровья личности.

В целом можно констатировать, что результаты эксперимента подтверждают выдвинутую гипотезу и доказывают эффективность предложенной экспериментальной методики.

Отметим, что наше исследование не решает полностью поставленную проблему. Поэтому дальнейшие разработки могут идти по следующим направлениям:

- 1) Повышение эффективности формирования потребностей учащихся в занятиях физическими упражнениями.
- 2) Создание условий, повышающих эффективность приобщения учащихся, родителей и педагогов к занятиям физической культурой.
- 3) Повышение объективности оценки по предмету «физическая культура».

Литература

1. Азарова И.В. Темпы прироста скоростно-силовых качеств у детей младшего и среднего возраста: Дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук. -Омск, 1983. - 156с.
2. Актуальные вопросы формирования интереса в обучении. Учеб. пособие /Под. ред. Г.И. Щукиной. -М.: Просвещение, 1984. -176с.
3. Амбурцев С.Н., Матвеева Г.В. Интерес как решение противоречия между желаемым и необходимым в содержании школьного учебного процесса //Физическая культура и олимпийское движение Урала: Мат. IV Всеуральской науч.-практ. конф., Ч. 1. -Уфа. -1997. -С. 90-91.
4. Амбурцев С.Н., Матвеева Г.В. Исследование возрастной динамики интереса школьников к уроку физической культуры //Физическая культура и олимпийское движение Урала: Мат. IV Всеуральской науч.-практ. конф., Ч. 2. - Уфа. -1997. -С. 77-78.
5. Амонашвили Ш.А. Личностно-гуманная основа педагогического процесса. - Мн.: Университетское, 1990. -560с.
6. Столяренко А. М. Общая педагогика учеб. пособие / А. М. Столяренко. - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2010. - 479 с.
7. Андриади И.П. Воспитание личности и особенности ее формирования в процессе занятий физической культурой и спортом. Метод, рекомендации. - М.: ГЦОЛИФК, 1988. -14с.
8. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. -М.: Физкультура и спорт, 1978. -223с.
9. Лях В.И. Ориентиры перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе. // Теория и практика физ. культуры. 1990. - № 9. -С. 10-14.
10. Бальсевич В.К. Феномен физической активности чело-века как социально-биологическая проблема //Вопросы философии. -1981, -№ 8. -С. 78-89.

11. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. -Киев, 1987. -223с.
12. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого, -М.: Физкультура и спорт, 1988. -208с.
13. Бальсевич В.К. Физическая культура человека: состояние проблемы и стратегия развития на перспективу (актовая речь). -М., 1992. -21с.
14. Бальсевич В.К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех //Теория и практика физической культуры. -1993. -№ 4. -С. 21-22.
15. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность //Теория и практика физической культуры. -1995. -№ 4. -С. 2-8.
16. Бальсевич В.К. Концепция альтернативных форм организации физического воспитания детей и молодежи //Физическая Культура: образование, воспитание, тренировка. -1996. -№ 1. -С. 23-25.
17. Бальсевич В.К., Большенков В.Г., Рябинцев В.Г. Концепция физического воспитания с 18 оздоровительной направленностью учащихся начальных классов общеобразовательных школ //Физическая Культура: образование, воспитание, тренировка. -1996. -№ 10. -С. 2-7.
18. Бальсевич В.К. Олимпийский спорт и физическое воспитание: взаимосвязи и диссоциации //Теория и практика физической культуры. -1996. -№ 10. -С. 2-7.
19. Берулава М.Н. Состояние и перспективы гуманизации образования //Пелалогика. -1996. -№ 1. -С. 9-11.
20. Беспалько В.П. Основы теории педагогических систем, (Проблемы и методы психолого-педагогического обеспечения технических обучающих систем). -Воронеж: Изд-во Воронежского ун-та, 1977. -303с.
21. Бондаревская Е.Б. Ценностные основания личностно-ориентированного воспитания //Педагогика. -1995. -№ 4. -С. 29-36.

22. Бочкарев Ю.Г. Концепция перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе //Физическая культура в школе. -1991. -№ 6. -С. 2-6.
23. Бурчик М.В., Зайцева В.В., Сонькин В.Д. Индивидуально-типологические особенности двигательной подготовленности учащихся старших классов //Физическая культура индивида: Сб. науч. трудов. -М. -1994. -С. 114-121.
24. Бурчик М.В. Система оценки физических кондиций юношей 15-17 лет. Автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук. -М., 1995. -20с.
25. Быков В.С. К вопросу совершенствования системы физического воспитания в общеобразовательных школах //Научно-методическое обеспечение физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры: Сб. науч. трудов. -Челябинск: УралГАФК. -1997. -С. 121-124.
26. Быков В.С. Потребностно-мотивационный подход к физическому совершенствованию учащейся молодежи //Физическая Культура: воспитание, образование, тренировка. -1997. -№ 4.-С.38-40»
27. Вавилов Ю.Н. Концептуальные предпосылки перестройки школьной системы физического воспитания //Теория и практика физической культуры. - 1990. -№ 10. -С. 2-9.
28. Вавилов Ю.Н, Вавилов К.Ю. Научно-практические предпосылки спортивно-оздоровительной программы для детей и молодежи //Теория и практика физической культуры. -1995. -№ 4. -С. 54-56.
29. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. -М.: Просвещение, 1991. -64с.
30. Васильков Г.А., Горин Н.П. Физическая культура в оценке старшеклассников //Физическая культура в школе. 1990. -№ 7. -С. 7-9.
31. Век Х. Оценки и отметки: Пер. с нем. Пособие для учителя. -М.: Просвещение, 1984. -128с.
32. Виленский М.Я., Карповский Г.К. Мотивационно-ценностное отношение студентов к физическому воспитанию и пути его направленного

- формирования //Теория и практика физической культуры. -1994. -№ 10. -С. 39-42.
33. Виленский М.Я., Литвинов Е.Н. Физическое воспитание школьников: вопросы перестройки //Физическая культура в школе. -1990. -№ 12. -С. 2-5.
34. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. ~М.: Изд-во МГУ, -1990. -288с.
35. Виноградов Г.А., Окуньков Ю.В., Лашинский В.Н. Отношение старшеклассников школ нового типа к физической культуре //Теория и практика физической культуры. -1994. -№7. -С. 22-23.
36. Властовский В.Г. Акселерация роста и развития детей. М., -1976. -279с.
37. Возрастная и педагогическая психология. Учебное пособие для пед. ин-тов /Под ред. А.В. Петровского. -М. : Просвещение, 1973. -2 68с. Во исполнении закона об образовании //Физическая культура в школе. -1993. -№ 6. -С. 2-4.
38. Войлоков А.М. Исследование отношения учащихся старших классов к урокам физкультуры и путей воспитания интереса к ним: Автореф, дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук. ТМЛ., 1972. -22с.
39. Волков Л. с. Система управления развитием физических способностей детей школьного возраста в процессе занятия физической культурой и спортом: Автореф. дис. на соиск. учен. степ, д-ра пед. наук. -Киев, 1988. -38с. f
40. Временный Государственный образовательный стандарт. Общее среднее образование. Физическая культура. Проект //Физическая культура в школе. -1993. -№ 6. -С. 4-7.
41. Выгодский Л.С. Педагогическая психология. /Под ред. В.В. Давыдова. -М.: Педагогика, -1991. -480с.
42. Годик М.А. Сравнительный анализ эффективности различных систем физического воспитания в школе //Теория и практика физической культуры. -1990. -№ 9. -С. 15-17.

43. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблемы оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Дис. на соиск. учен, степ, д-ра пед. наук. -М., 1979. -331с.
44. Гужаловский А.А. Физическая подготовка школьников. -Челябинск: Юйс.-Урал. кн. изд-во, -1980. -151с.
45. Гуськов СИ. Цели и задачи физического воспитания в школах разных стран. -ЦООНТИ. -ФиС. -1989. -№9. -С.38-42.
46. Гуськов СИ. Физическое воспитание в школах США //Физическая культура в школе. -1995. -№ 4. -С. 71-75.
47. Давыдов В.Ю., Шамардин А.И., Кроха И. В. Развитие моторики и морфофункциональные показатели у детей 7-10 лет различных конституциональных типов //Физическая Культура; воспитание, образование, * 1:--1. -1997, -№ 3, -С. 46-47,
48. Данилов М.А. Процесс обучения в советской школе. -М.: Педагогика, 1960. -299с.
49. Даринский А.В. Региональный компонент содержания образования //Педагогика. -1996. -№ 1. -С. 18-20.
50. Детская спортивная медицина /Под ред. СБ. Тихвинского, СВ. Хрущева. -Руководство для врачей. -2-е изд., перераб. и доп. -М.: Медицина, 1991. -560с.
51. Дькон К., Эндрюс Д.К. Роль образования в пропаганде здорового образа жизни в двадцать первом столетии //Теория и практика физической культуры. -1993. -№ 3. -С.4 6-4 8
52. Дида Н.А., Быков В.С. Потребностно-мотивационный подход к физическому воспитанию учащейся молодежи //Физическая культура и олимпийское движение Урала: Мат. IV Все-уральской науч.-практ. конф., Ч. 1. -Уфа. -1997. -С.34-36.
53. Долгов В.А., Лысенко В.В. К оценке физического состояния учащихся средних школ //Физическая Культура: воспитание, образование, тренировка. -1997. -№ 4. -С. 17-18.

54. Доулинг Ф. Формирование здорового образа жизни на занятиях по физическому воспитанию в средних школах Великобритании. ЦООНТИ. -ФиС -1991. -№ 2. -С. 37-41.
55. Дуркин П. К. Формирование у школьников устойчивого интереса к занятиям спортом //Теория и практика физической культуры. -1995. -№ 11. -С. 45-47.
56. Ермаков В.А. Дифференцированное физическое воспитание. -Тула: Изд-во Тульского гос. пед. ун-та, 1996.-131с.
57. Панов Г. А. Врачебно-педагогический контроль в процессе физического воспитания студентов учеб. пособие / Г. А. Панов. - Москва : РУДН, 2012. - 190 с. 41
58. Петрова О. О. Педагогика учеб. пособие / О. О. Петрова, О. В. Долганова, Е. В. Шарохина. - Саратов : Научная книга, 2012. - 191 с.
59. Писарева Т. А. Общие основы педагогики учеб. пособие / Т. А. Писарева. - [Саратов] : Научная книга, 2012. - 127 с.
60. Пименов А.Г. Педагогика современной школы учебное пособие/ А.Г. Пименов – Томбов: АН Консалт, 2014.- 44 с
61. Пономарева М. А. Общая психология и педагогика ответы на экзаменац. вопросы / М. А. Пономарева, М. В. Сидорова. - Минск : Тетралит, 2013. - 144 с.
62. Попов Е. Б. Основы педагогики учеб. пособие для слушателей магистратуры / Е. Б. Попов. - Оренбург : Оренбург. ин-т (филиал) Московского гос. юрид. ун-та им. О.Е. Кутафина, 2015. - 112 с.
63. Пуйман С. А. Педагогика современной школы ответы на экзаменационные вопросы / С. А. Пуйман. - Минск : ТетраСистемс, 2011. - 223 с.
64. Резепов И. Ш. Психология и педагогика ответы на вопросы : учеб. пособие / И. Ш. Резепов. - Саратов : Ай Пи Эр Медиа, 2012. - 105 с.
65. Санникова А. И. Эволюция цели и содержания семейного воспитания ребенка с особыми образовательными потребностями в отечественной

- педагогике XX века электрон. учеб. пособие / А. И. Санникова, О. Н. Тверская ; Пермский гос. гуманитар.-пед. ун-т. - Пермь : ПГГПУ, 2011. - 44 с.
66. Семенов Л. А. Введение в научно-исследовательскую деятельность в сфере физической культуры и спорта учеб. пособие / Л. А. Семенов. - Москва: Советский спорт, 2011. - 199 с.
67. Смирнова Н. Г. Педагогика учеб.-метод. пособие для студентов вузов / Н. Г. Смирнова; Кемеровский государственный университет культуры и искусств. - 2-е изд., доп. - Кемерово : КемГУКИ, 2010. - 124 с

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности 4 класс контрольная группа.

№ п/п	И.Ф.	класс	Рост			Вес			Объем грудной клетки			Задержка дыхания на					
			9	12	5	9	12	5	9	12	5	Полном вдохе			Полном выдохе		
1	Даниил З.	4	134	141	193	32,4	33,5	33,8	68	70	70	51	53	50	30	37	35
2	Леонид З	4	132	135	136	26,9	27,8	27,8	62	64	65	27	39	37	17	29	27
3	Марина И.	4	139	133	133	29,2	30,0	30,7	64	65	65	30	34	32	20	27	30
4	Антон К.	4	130	139	139	30,2	30,5	30,6	62	65	65	39	37	40	31	21	30
5	Сергей К	4	138	131	132	28,7	28,5	29,2	59	60	60	31	32	33	27	20	25
6	Светлана К.	4	135	140	141	30,7	31,0	30,9	72	72	73	34	40	34	20	23	26
7	Вероника М	4	137	135	137	26,7	26,0	26,6	64	66	66	27	39	39	26	26	32
8	Жанна Н.	4	140	139	139	28,3	29,0	28,7	62	64	65	39	45	45	30	29	40
9	Кирил Ч.	4	134	141	142	30,5	30,1	29,8	65	66	66	40	51	50	31	30	30
10	Маргарита Я	4	145	134	135	26,2	25,9	26,2	63	62	63	45	50	49	30	29	26
С.р			139	138	139	29,0	29,8	30,0	64	65	66	37	42	42	24	26	27

Приложение 2 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности 4 класс экспериментальная группа.

№ п/п	Ф.И	класс	Рост			Вес			Объем грудной клетки			Задержка дыхания на					
			9	12	5	9	12	5	9	12	5	Полном вдохе			Полном выдохе		
1	Игорь С.	4	134	141	193	32,4	33,5	33,8	68	70	70	51	53	50	30	37	35
2	Диана Т.	4	132	135	136	26,9	27,8	27,8	62	64	65	27	39	37	17	29	27
3	Кристина Т.	4	139	133	133	29,2	30,0	30,7	64	65	65	30	34	32	20	27	30
4	Олмус Т.	4	130	139	139	30,2	30,5	30,6	62	65	65	39	37	40	31	21	30

5	Николай У.	4	138	131	132	28,7	28,5	29,2	59	60	60	31	32	33	27	20	25
6	Зоя Ф.	4	135	140	141	30,7	31,0	30,9	72	72	73	34	40	34	20	23	26
7	Виталий Ф.	4	137	135	137	26,7	26,0	26,6	64	66	66	27	39	39	26	26	32
8	Анна Я.	4	140	139	139	28,3	29,0	28,7	62	64	65	39	45	45	30	29	40
9	Мария Я.	4	134	141	142	30,5	30,1	29,8	65	66	66	40	51	50	31	30	30
10	Ярослав Я.	4	145	134	135	26,2	25,9	26,2	63	62	63	45	50	49	30	29	26
С.р			139	138	139	29,0	29,8	30,0	64	65	66	37	42	42	24	26	27

Приложение 3 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности учащихся 4 класса контрольная группа

Ф.И	Проба Руфье.									Бег 30м. стар. вне(сек)			Прыжок длину места(см)			Метание мяча 1 кг двумя руками (м)		
	9			12			5											
Даниил З	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	9	12	3	9	12	3	9	12	3
Леонид З	24	37	30	26	40	31	23	36	30	6,0	6,7	5,9	150	153	153	3,0	3,2	3,4
Марина И	29	37	31	24	39	25	26	34	27	6,5	7,0	6,3	140	143	145	2,7	2,6	2,8
Антон К.	23	34	30	21	37	22	25	36	29	6,9	7,2	6,6	133	136	140	2,9	3,1	3,6
Сергей К	27	39	34	25	38	26	30	38	33	6,2	6,7	6,0	130	137	141	3,0	3,0	3,1
Светлана К.	25	36	23	24	40	31	25	37	30	7,0	7,9	6,7	125	130	131	2,2	2,7	2,8
Вероника М.	24	36	26	25	40	29	23	39	24	6,8	7,9	6,2	139	145	147	3,8	4,0	4,1
Жанна Н.	26	34	27	27	43	31	24	36	28	6,5	7,3	6,0	135	136	138	2,8	2,06	2,9
Кирил Ч.	23	36	25	22	37	23	21	37	27	6,6	6,6	6,1	137	141	145	2,9	3,01	3,0
Маргарита Я.	27	35	30	23	38	24	24	36	31	6,4	6,5	6,2	155	159	163	3,3	3,0	3,5
С.р	26	34	27	27	43	31	24	36	28	6,5	7,3	6,0	135	136	138	2,8	2,06	2,9

Приложение 4 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности учащихся 4 класса экспериментальная группа

Ф.И	Проба Руфье.									Бег 30м. стар. вне (сек)			Прыжок длину с места (см)			Метание мяча 1 кг двумя руками (м)		
	9			12			5											
	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	9	12	3	9	12	3	9	12	3
Игорь С																		
Диана Т.	24	37	30	26	40	31	23	36	30	6,0	6,7	5,9	150	153	153	3,0	3,2	3,4
Кристина Т.	29	37	31	24	39	25	26	34	27	6,5	7,0	6,3	140	143	145	2,7	2,6	2,8
Олмус Т.	23	34	30	21	37	22	25	36	29	6,9	7,2	6,6	133	136	140	2,9	3,1	3,6
Николай У.	27	39	34	25	38	26	30	38	33	6,2	6,7	6,0	130	137	141	3,0	3,0	3,1
Зоя Ф.	25	36	23	24	40	31	25	37	30	7,0	7,9	6,7	125	130	131	2,2	2,7	2,8
Виталий Ф.	24	36	26	25	40	29	23	39	24	6,8	7,9	6,2	139	145	147	3,8	4,0	4,1
Анна Я.	26	34	27	27	43	31	24	36	28	6,5	7,3	6,0	135	136	138	2,8	2,06	2,9
Мария Я.	23	36	25	22	37	23	21	37	27	6,6	6,6	6,1	137	141	145	2,9	3,01	3,0
С.р	26	34	27	27	43	31	24	36	28	6,5	7,3	6,0	135	136	138	2,8	2,06	2,9

Приложение 5 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности учащихся 9 класса контрольная группа

Ф.И	Проба Руфье.									Бег 30м. стар. вне(сек)			Прыжок длину места(см)			Метание мяча 1 кг двумя руками (м)		
	9			12			3											
	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	9	12	3	9	12	3	9	12	3
Виктор В.																		
Денис В.	24	37	30	26	40	31	23	36	30	6,0	6,7	5,9	150	153	153	3,0	3,2	3,4
Наталья Г	29	37	31	24	39	25	26	34	27	6,5	7,0	6,3	140	143	145	2,7	2,6	2,8
Софья Д.	23	34	30	21	37	22	25	36	29	6,9	7,2	6,6	133	136	140	2,9	3,1	3,6
Татьяна Д	27	39	34	25	38	26	30	38	33	6,2	6,7	6,0	130	137	141	3,0	3,0	3,1
Андрей Х	25	36	23	24	40	31	25	37	30	7,0	7,9	6,7	125	130	131	2,2	2,7	2,8

Наталья Ш.	24	36	26	25	40	29	23	39	24	6,8	7,9	6,2	139	145	147	3,8	4,0	4,1
Кристина Щ.	26	34	27	27	43	31	24	36	28	6,5	7,3	6,0	135	136	138	2,8	2,06	2,9
Марьяна Щ.	23	36	25	22	37	23	21	37	27	6,6	6,6	6,1	137	141	145	2,9	3,01	3,0
Алмаз Ц.	27	35	30	23	38	24	24	36	31	6,4	6,5	6,2	155	159	163	3,3	3,0	3,5
С.р	26	36	29	23	39	26	24	36	27	6,5	7,1	6,2	139	143	145	2,8	2,9	3,1

Приложение 6 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности учащихся 9 класса экспериментальная группа

Ф.И	Проба Руфье.									Бег 30м. стар. вне(сек)			Прыжок длину места(см)			Метание мяча 1 кг двумя руками (м)		
	9			12			3											
	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	9	12	3	9	12	3	9	12	3
Милана Б																		
Наталья В.	24	37	30	26	40	31	23	36	30	6,0	6,7	5,9	150	153	153	3,0	3,2	3,4
Константин Г.	29	37	31	24	39	25	26	34	27	6,5	7,0	6,3	140	143	145	2,7	2,6	2,8
Александр Е.	23	34	30	21	37	22	25	36	29	6,9	7,2	6,6	133	136	140	2,9	3,1	3,6
Егор Е.	27	39	34	25	38	26	30	38	33	6,2	6,7	6,0	130	137	141	3,0	3,0	3,1
Дарья Л.	25	36	23	24	40	31	25	37	30	7,0	7,9	6,7	125	130	131	2,2	2,7	2,8
Мария Л.	24	36	26	25	40	29	23	39	24	6,8	7,9	6,2	139	145	147	3,8	4,0	4,1
Максим Л.	26	34	27	27	43	31	24	36	28	6,5	7,3	6,0	135	136	138	2,8	2,06	2,9
Борис Ю	23	36	25	22	37	23	21	37	27	6,6	6,6	6,1	137	141	145	2,9	3,01	3,0
Александр Я.	27	35	30	23	38	24	24	36	31	6,4	6,5	6,2	155	159	163	3,3	3,0	3,5
С.р	26	36	29	23	39	26	24	36	27	6,5	7,1	6,2	139	143	145	2,8	2,9	3,1

Приложение 7 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности учащихся 11 класса контрольная

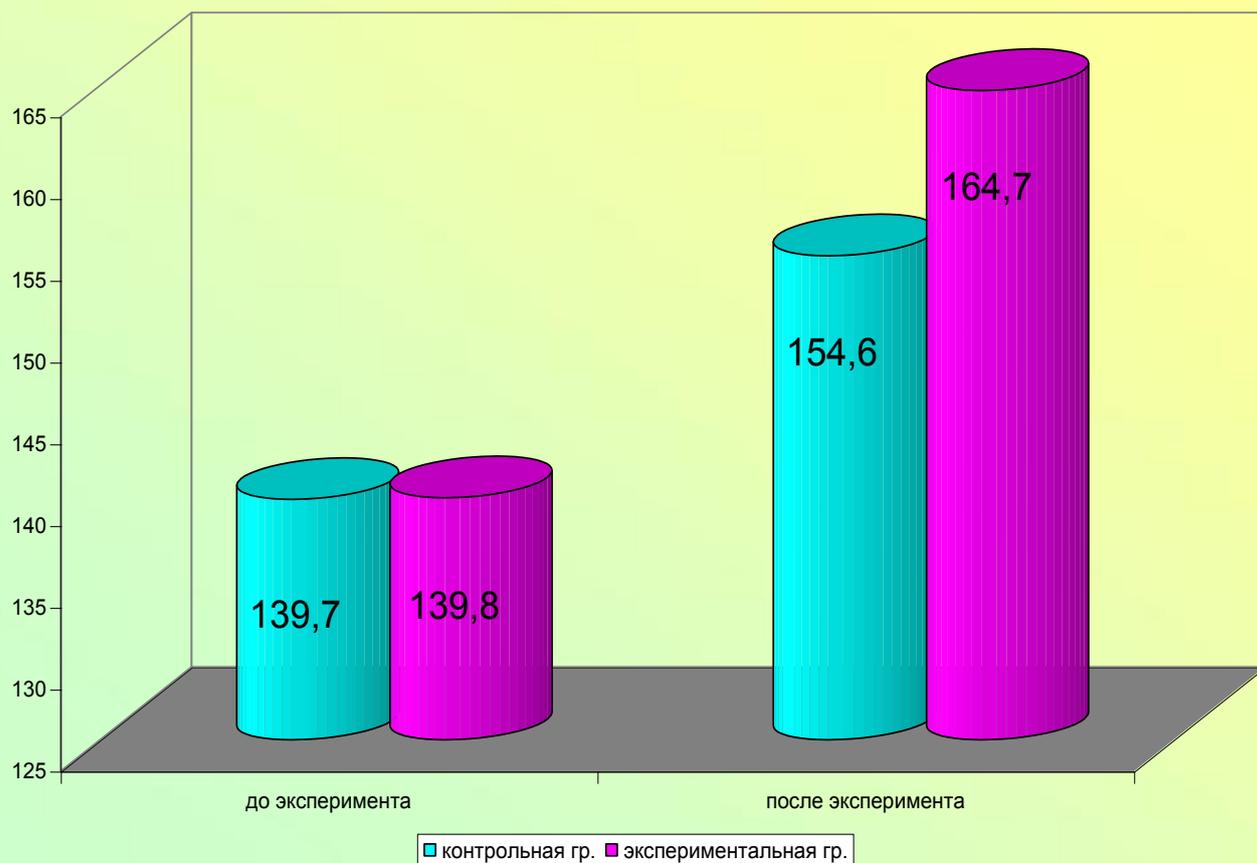
Ф.И	Проба Руфье.									Бег 30м. стар вне(сек)			Прыжок длину места(см)			Метание мяч 1 кг двумя руками (м)		
	9			12			5											
	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	9	12	3	9	12	3	9	12	3
Юрий А.																		
Мария Б.	23	36	30	26	40	31	24	37	30	5,9	6,7	6,0	150	153	153	3,0	3,2	3,4
Иван Г.	26	34	27	24	39	25	29	37	31	6,3	7,0	6,5	140	143	145	2,7	2,6	2,8
Ольга Г.	25	36	29	21	37	22	23	34	30	6,6	7,2	6,9	133	136	140	2,9	3,1	3,6
Анастасия Е.	30	38	33	25	38	26	27	39	34	6,0	6,7	6,2	130	137	141	3,0	3,0	3,1
Кирилл И.	25	37	30	24	40	31	25	36	23	6,7	7,9	7,0	125	130	131	2,2	2,7	2,8
Владимир К.	23	39	24	25	40	29	24	36	26	6,2	7,9	6,8	139	145	147	3,8	4,0	4,1
Оксана Х.	24	36	28	27	43	31	26	34	27	6,0	7,3	6,5	135	136	138	2,8	2,06	2,9
Амалия Х	21	37	27	22	37	23	23	36	25	6,1	6,6	6,6	137	141	145	2,9	3,01	3,0
С.р	24	36	27	23	39	26	26	36	29	6,2	7,1	6,5	139	143	145	2,8	2,9	3,1

Приложение 8 Динамика показателей физического развития, двигательной подготовленности учащихся 11 класса экспериментальная группа

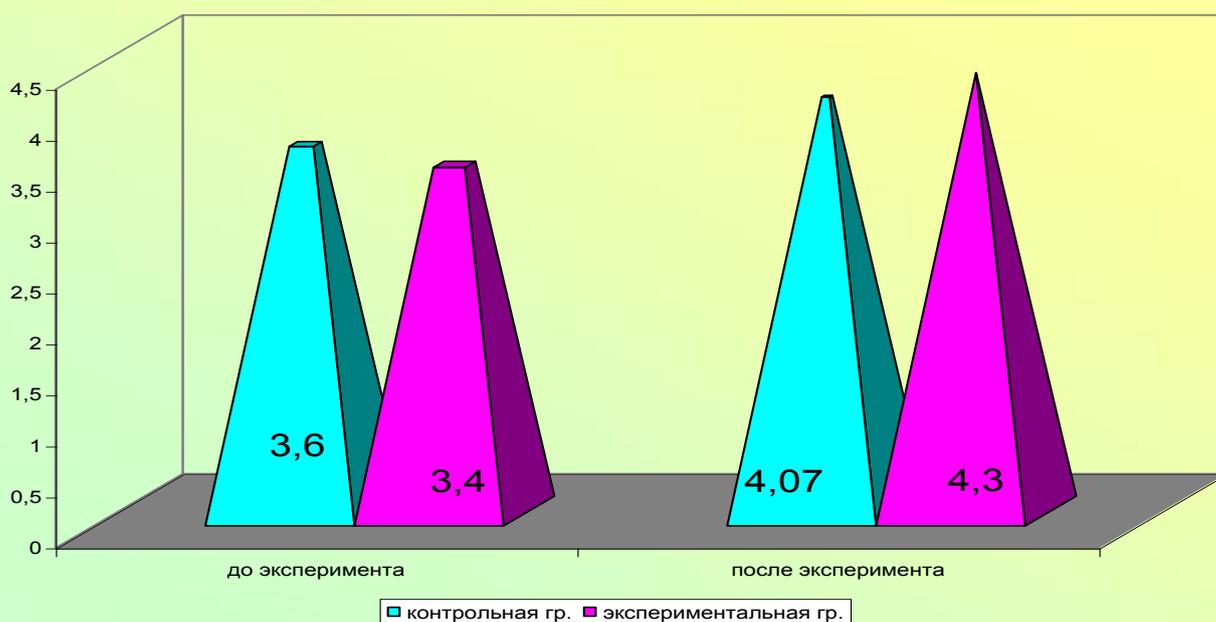
Ф.И	Проба Руфье.									Бег 30м. стар вне (сек)			Прыжок длину с места (см)			Метание мяч 1 кг двумя руками (м)		
	9			12			5											
	P1	P2	P3	P1	P2	P3	P1	P2	P3	9	12	3	9	12	3	9	12	3
Наталья А.																		
Татьяна Б	23	36	30	26	40	31	24	37	30	5,9	6,7	6,0	150	153	153	3,0	3,2	3,4
Андрей Д	26	34	27	24	39	25	29	37	31	6,3	7,0	6,5	140	143	145	2,7	2,6	2,8
Кристина Ж.	25	36	29	21	37	22	23	34	30	6,6	7,2	6,9	133	136	140	2,9	3,1	3,6
Марина З.	30	38	33	25	38	26	27	39	34	6,0	6,7	6,2	130	137	141	3,0	3,0	3,1

Максим И.	25	37	30	24	40	31	25	36	23	6,7	7,9	7,0	125	130	131	2,2	2,7	2,8
Иван И.	23	39	24	25	40	29	24	36	26	6,2	7,9	6,8	139	145	147	3,8	4,0	4,1
Кирилл К.	24	36	28	27	43	31	26	34	27	6,0	7,3	6,5	135	136	138	2,8	2,06	2,9
Софья М.	21	37	27	22	37	23	23	36	25	6,1	6,6	6,6	137	141	145	2,9	3,01	3,0
Вероника Н.	24	36	31	23	38	24	27	35	30	6,2	6,5	6,4	155	159	163	3,3	3,0	3,5
С.р	24	36	27	23	39	26	26	36	29	6,2	7,1	6,5	139	143	145	2,8	2,9	3,1

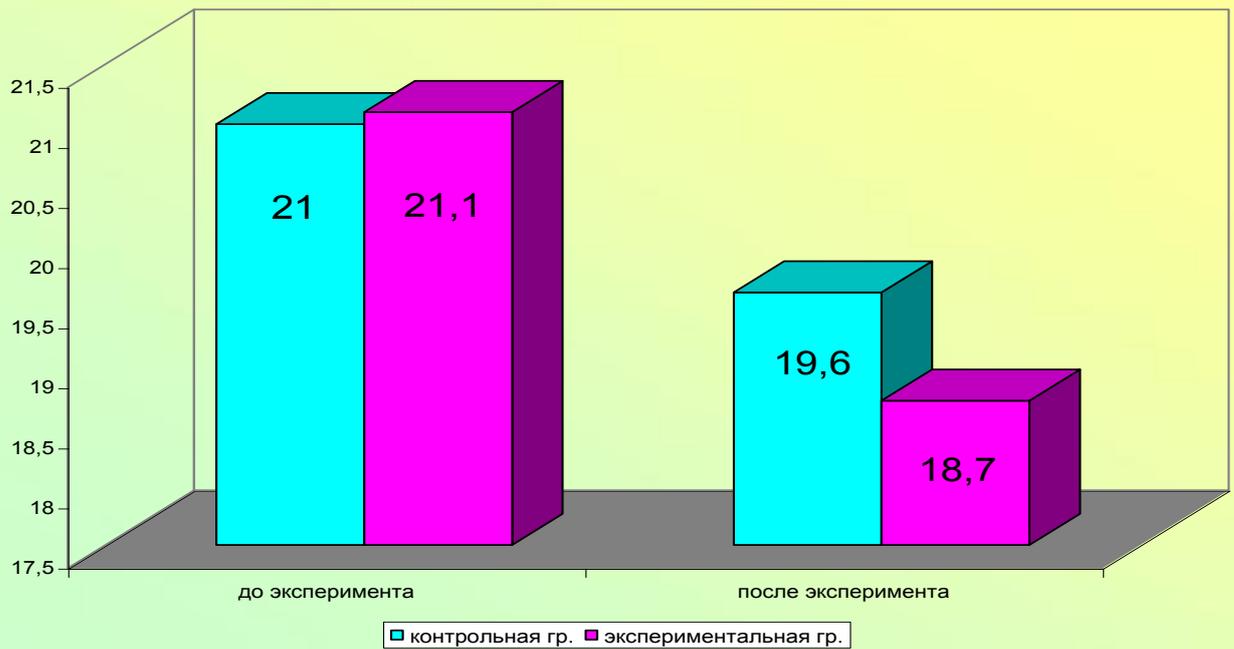
Прыжок в длину с места 4 класс



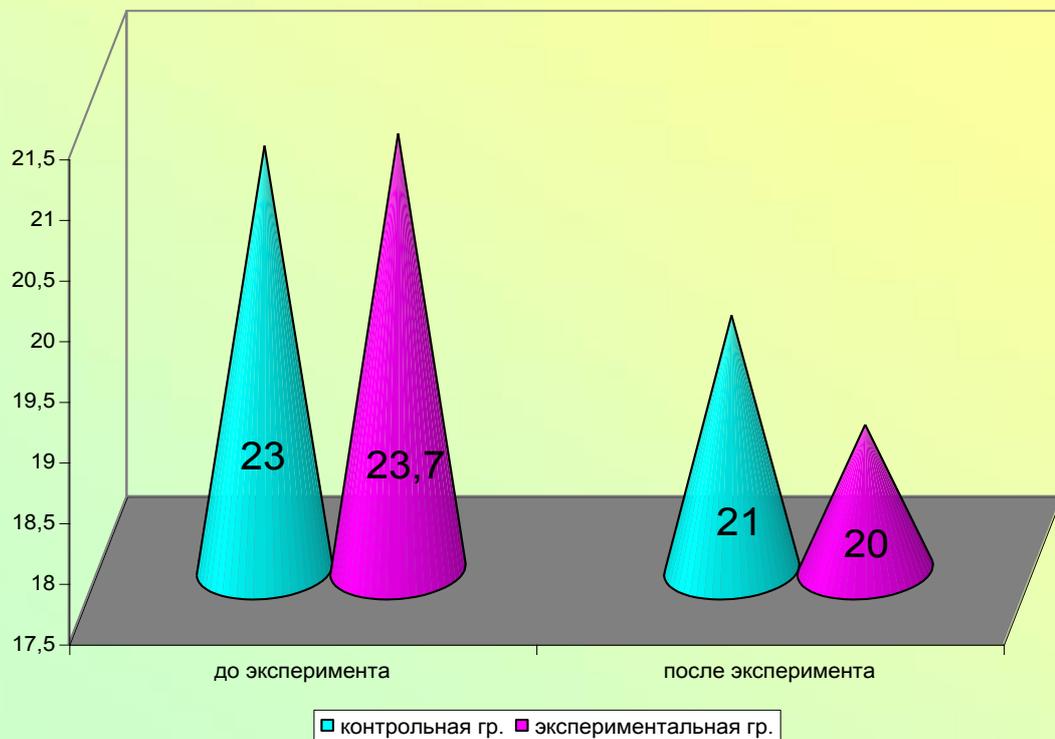
Бросок мяча сидя (1 кг) 4 класс



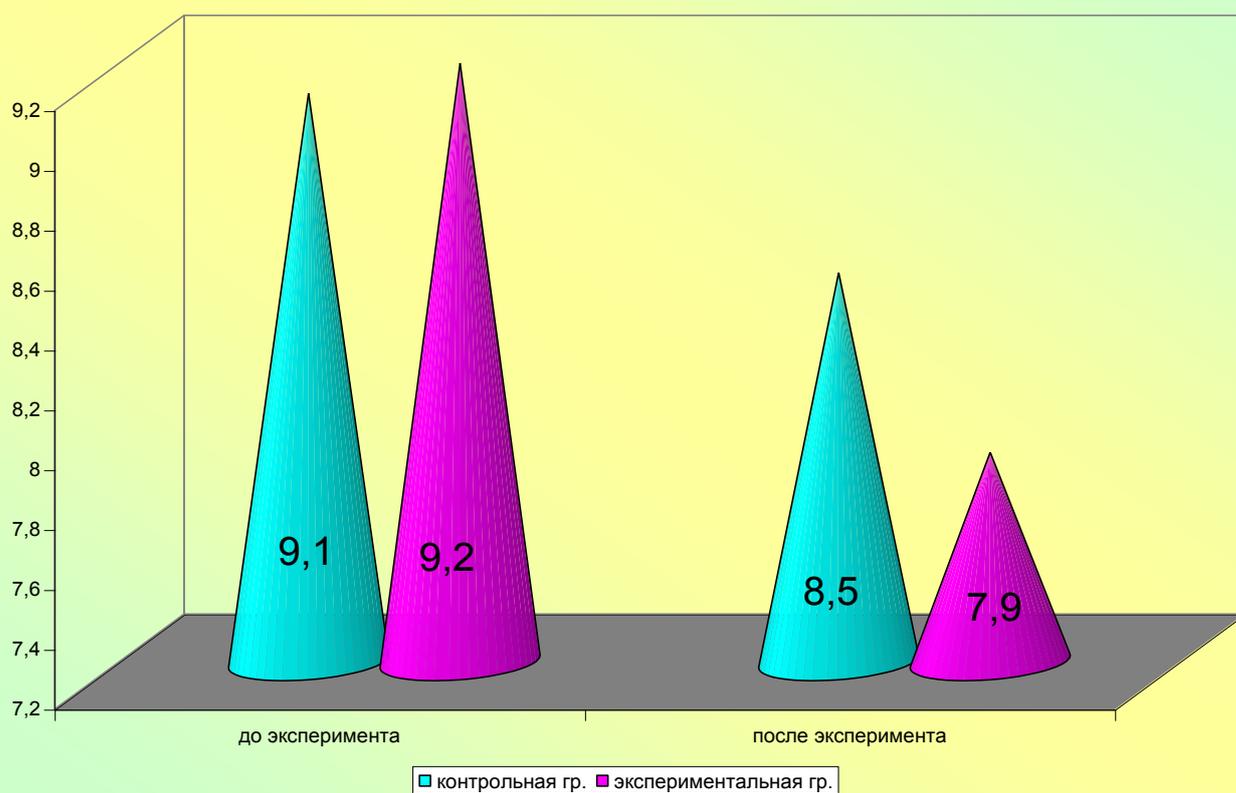
Челночный бег 5х10 метров 4 класс



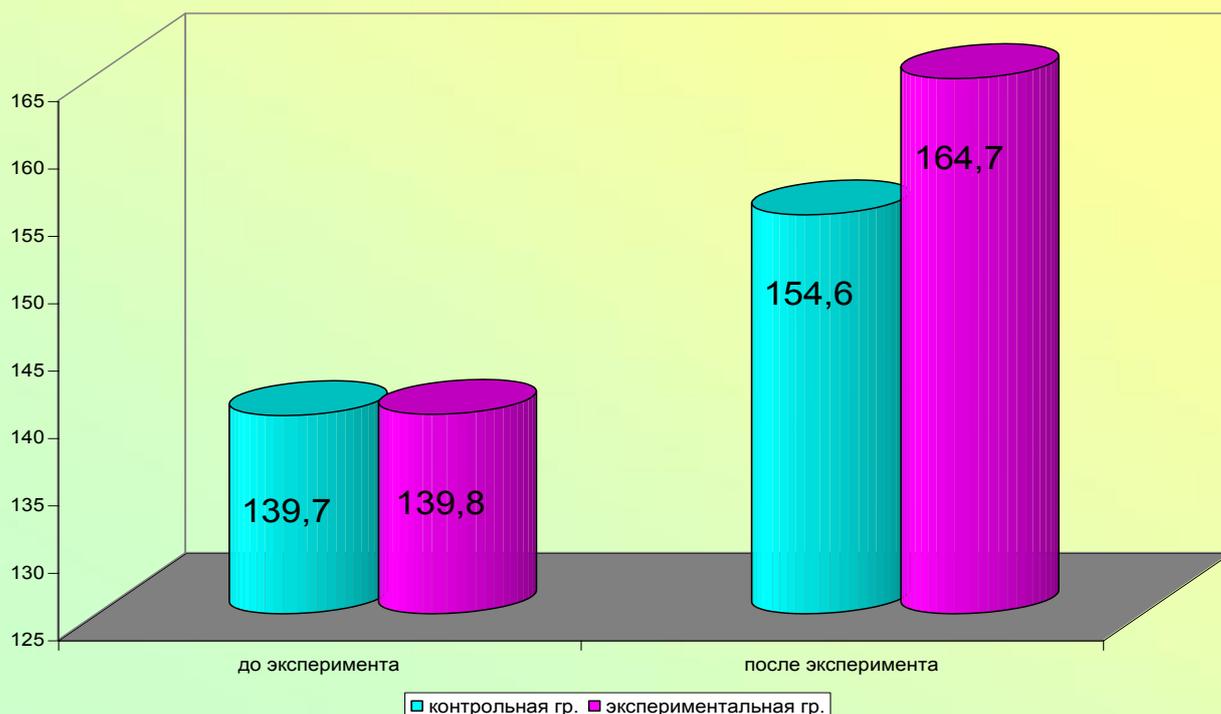
Челночный бег 5х10 метров 9 класс



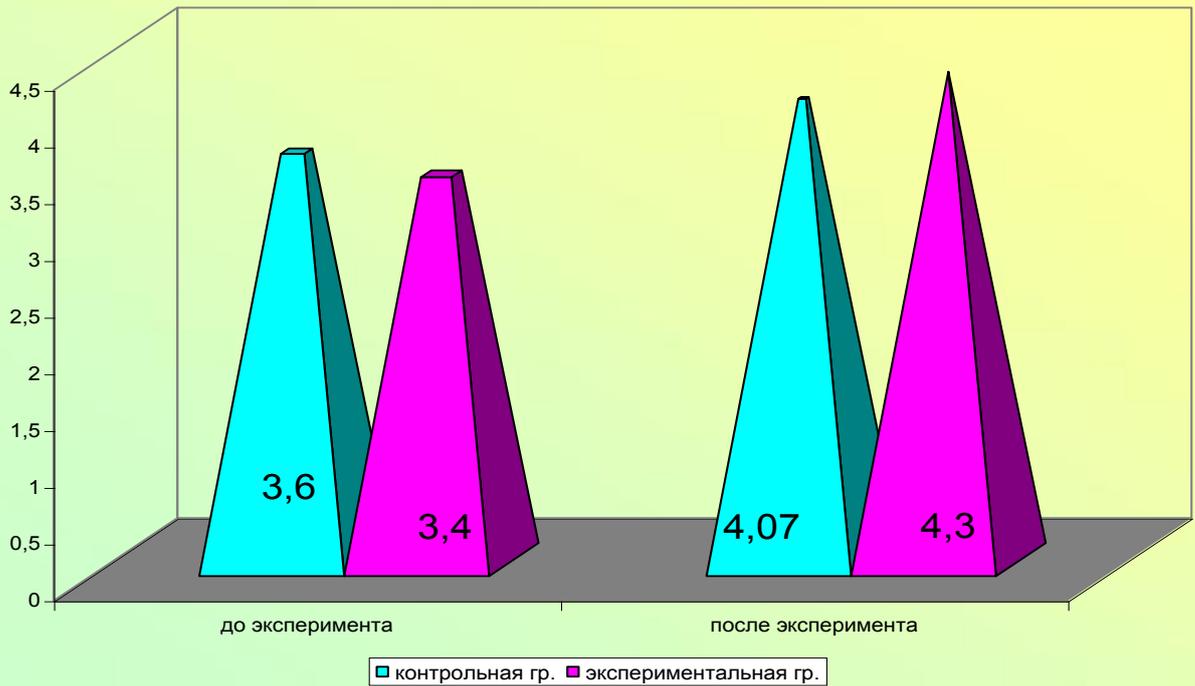
6-ти минутный бег 4 класс



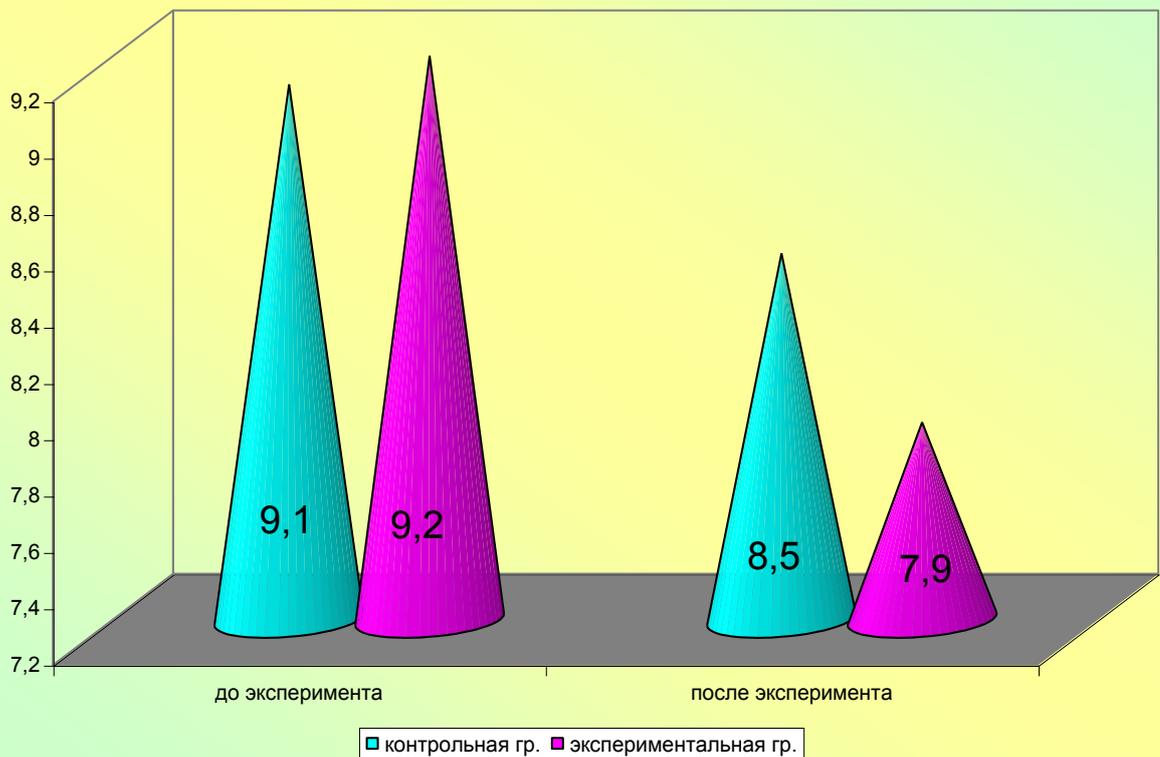
Прыжок в длину с места 9 класс



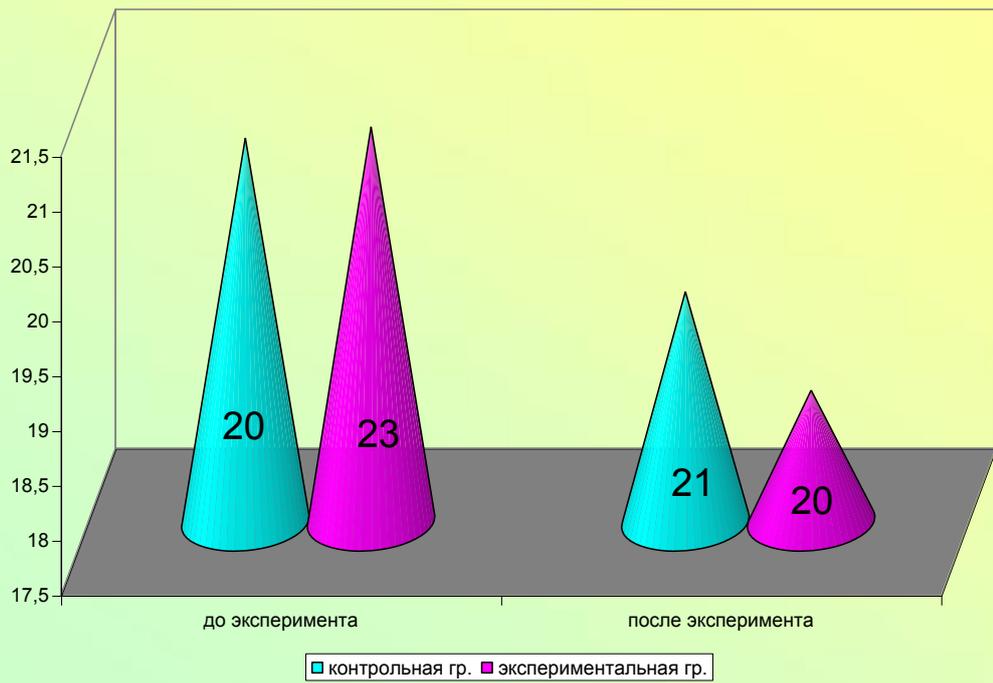
Бросок мяча сидя (1 кг) 9 класс



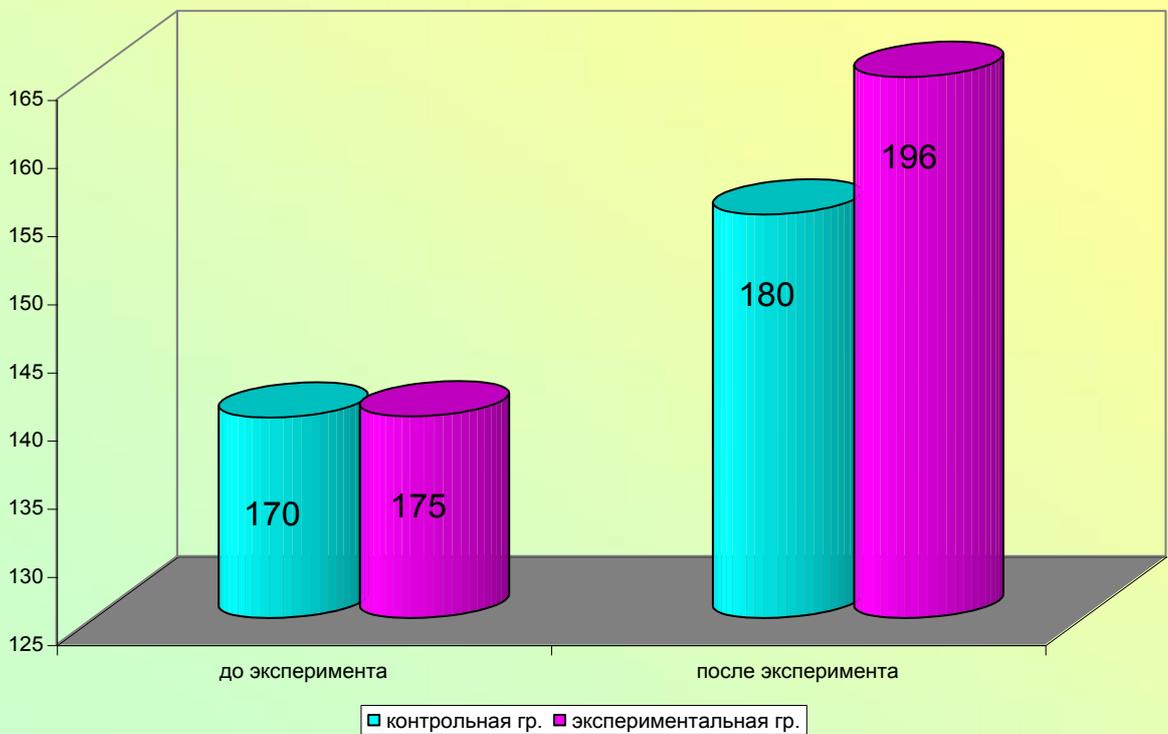
6-ти минутный бег 9 класс



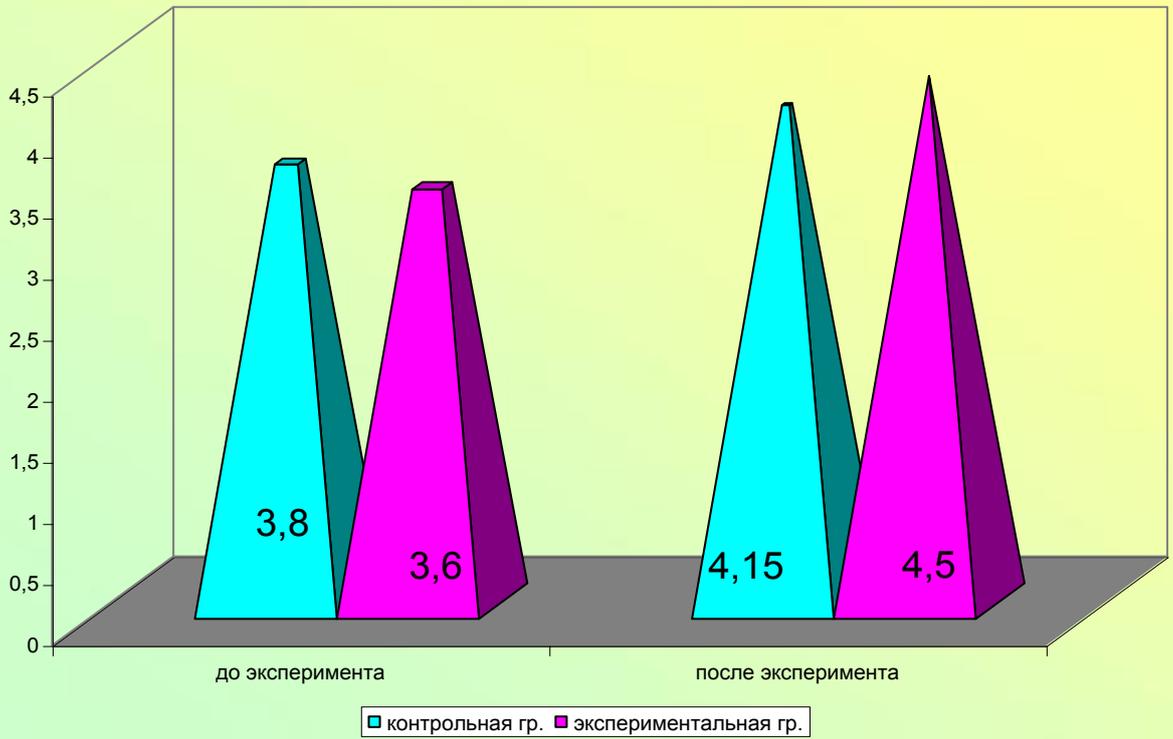
Челночный бег 5x10 метров 11 класс



Прыжок в длину с места 11 класс



Бросок мяча сидя (1 кг) 11 класс



6-ти минутный бег 11 класс

