

Мониторинг физической подготовленности при сдаче норм ВФСК ГТО ГБОУ СОШ № 525

Разработали:

Учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 525 Батаргалева Г.А.

Учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 525 Киселева Е.В.

В современном мире подрастающее поколение в большинстве своем сравнительно успешно овладевает научными и гуманитарными знаниями, осваивает производственные и информационные технологии, и в то же время, физически не готово к трудовой и воинской деятельности, часто неспособно противостоять стрессовым воздействиям социума на принципах здорового образа жизни. Показатели физической подготовленности современных школьников лишь на 60 процентов достигают результатов их сверстников в 60-е и 70-е годы прошлого века.

По данным Министерства здравоохранения и социального развития отчетливо прослеживается тенденция ухудшения состояния здоровья детей в процессе их учебы в школе. За годы обучения в школе в 5 раз возрастает число нарушений зрения и осанки, в 4 раза увеличивается количество нарушений психического здоровья, в 3 раза увеличивается число детей с заболеваниями органов пищеварения. В то же время с началом обучения детей в школе их суточная двигательная активность снижается примерно в два раза, так как большую часть дневного времени учащиеся находятся в статическом положении. Недостаточная двигательная активность ведет к заболеваниям сердечно-сосудистой системы, формированию патологии костно-мышечной системы, увеличению травматизма. Низкий исходный уровень здоровья детей сказывается и на процессе их адаптации к учебным нагрузкам. По этому поводу известный советский педагог В.А. Сухомлинский отмечал, что 85% неуспевающих учеников отстает от сверстников не по причине лени или нерадивости, а из-за физических недугов, болезней, следствием которых является инстинктивное сокращение нагрузок на ослабленный организм.

По данным Центральной военно-врачебной комиссии Минобороны России, освобожден от призыва по состоянию здоровья практически каждый третий, состоящий на воинском учете; до 80% из них по медицинским критериям не готовы к службе в Вооруженных Силах. Между тем, происходящие изменения в реформировании Вооруженных сил, появление новой боевой техники и оружия, повышение мобильности армии и усложнение условий выполнения военных задач при сокращении срока службы и времени адаптации призывника в воинской части резко повышают требования к подготовленности молодежи допризывного возраста.

Президентом Российской Федерации Путиным В.В. был подписан указ №172 от 24 марта 2014 г. «О Всероссийском физкультурно- спортивном комплексе « Готов к труду и обороне» (ГТО), целью которого является создание эффективной системы, направленной на развитие человеческого потенциала , укрепление здоровья населения, развитие гармоничной личности и воспитание патриотизма. Одной из задач возрождения ГТО является попытка привить школьникам привычку к здоровому образу жизни и массовому спорту. Чтобы вместо компьютерных игр население потянулось на спортивные площадки и стадионы.

Длительный период школьного образования превращает школу в главное место управления здоровьем учащихся. Укрепление и сохранение здоровья – это наша важнейшая задача. Ведущая роль принадлежит физической культуре. Из всех школьных предметов она прививает ребенку сознательное и грамотное отношение к своему телу, своему здоровью; стремится к накоплению и развитию практического опыта.

Физическое воспитание школьников должно обеспечить каждому ученику, участвующему в образовательном процессе, достаточный и необходимый минимум теоретической, технической и физической подготовленности, которые направлены на обеспечение базы в освоении физической культуры для жизнедеятельности, для развития личности, для формирования здоровья и здорового образа жизни.

Учитель может помочь ученику освоить простейшие тесты для самоконтроля здоровья, научить измерению, расчету и оценке индивидуальных достижений, их отслеживанию. Такой личностно – ориентированный подход к учащемуся может сформировать мотивацию к занятиям физической культурой, и спорта.

Проведение тестирования по испытаниям ВФСК «ГТО», а также оценка уровня знаний и умений в области физической культуры и спорта осуществляется в ходе урочной (зачет соответствующих нормативов по предмету «Физическая культура») и внеурочной (зачет результатов, показанных в рамках проведения спортивных мероприятий и соревнований различного уровня) деятельности общеобразовательной организации.

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

Задачи тестирования сводятся к следующему:

- научить самих школьников определять уровень своей физической подготовленности и планировать необходимые для себя комплексы физических упражнений;
- стимулировать учащихся к дальнейшему повышению своего физического состояния (формы);
- знать не столько исходный уровень развития двигательной способности, сколько его изменение за определённое время;
- создать систему контроля качества образования, учитывающей динамику роста показателей уровня физической подготовленности обучающихся;
- педагог, по динамике уровня физической подготовленности, сможет судить об эффективности учебного процесса физического воспитания, корректировать его.

Наличие компьютерной техники позволит хранить, накапливать и оперативно анализировать имеющуюся информацию. Учителями физической культуры нашей школы были разработаны рабочие (технические) протоколы, позволяющие фиксировать результаты учащихся на начальном (осень) и конечно (весна) этапе учебного года, учитывая материально-техническую базу школы № 525. Такая форма протокола позволяет учителю вносить полученные данные, сравнивать с возрастными, гендерными показателями, отслеживать прирост или замедление, ухудшение результатов. Результаты подобного тестирования учащихся позволяют создать им собственные ситуации успеха или неуспеха. Сравнивая результаты, ребенок начинает понимать, что он представляет собой сейчас и каким он хотел бы стать в будущем. А это и есть не что иное, как мотивация к учению, преодоление трудностей и удовлетворение от достигнутых результатов.

