

Личностно ориентированный подход к организации физического воспитания в начальной школе

Т.В. Макарова

Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия

Обоснование. В условиях роста психоэмоциональных и физических нагрузок на младших школьников важно не только укрепление здоровья детей, но и формирование у них устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом, что возможно лишь при учете личностных особенностей учащихся. Систематическое и последовательное осуществление такого учета обеспечивается реализацией на уроках физической культуры в начальной школе личностно ориентированного подхода. Как отмечается в научной литературе [1–4], личностно ориентированный подход позволяет согласовывать цели физического воспитания с целями личности, способствует развитию не только физических, но и духовно-нравственных качеств, формированию самостоятельности и ответственности ребенка.

Цель — определить каким образом использование личностно ориентированного подхода на уроках физической культуры в начальной школе способствует развитию физических качеств детей и мотивации на занятия физической культурой и спортом.

Методы. Формирование физических качеств младших школьников средствами личностно ориентированного подхода эффективно при опоре на индивидуальные особенности каждого ребенка. Учитель осуществляет комплексное обследование состояния здоровья, физического развития и мотивации младшего школьника, что обеспечивает выявление индивидуальных потребностей ребенка и определение исходного уровня развития его физических качеств. На основе диагностики разрабатываются персонализированные программы физического совершенствования, учитывающие сильные стороны и зоны роста каждого ученика. В программу включаются упражнения, направленные на развитие силы, выносливости, гибкости, ловкости и быстроты. Учитель подбирает упражнения и виды физической активности, соответствующие темпераменту, интересам и возможностям младшего школьника. Например, для флегматика — более спокойный темп, для сангвника — динамичные игры. Кроме того, рассчитываются оптимальное количество повторений, темп и интенсивность упражнений с целью избегания переутомления и обеспечения положительной динамики развития. Учитель организует занятия так, чтобы каждый ребенок мог испытать радость от собственных достижений. Также необходимо регулярно оценивать успехи младшего школьника. По результатам диагностической оценки при необходимости программа корректируется, усиливается поддержка и внимание к индивидуальным достижениям.

Результаты. Эффективность реализации личностно ориентированного подхода к организации физического воспитания в младшей школе определяется на основании изучения состояния таких физических качеств детей, как быстрота, сила, гибкость, ловкость, выносливость в начале и в конце учебного года. В исследовании приняли участие 34 ученика третьих классов: 17 человек — экспериментальная группа и 17 человек — контрольная группа. Диагностика физических качеств младших школьников осуществлялась с помощью пяти заданий, каждое из которых было направлено на выявление сформированности у детей конкретного физического качества:

- 1) скоростной бег 30 м с высокого старта (быстрота);
- 2) челночный бег 3×10 м (ловкость);
- 3) наклон вперед из положения сидя (гибкость);
- 4) подтягивание (сила);
- 5) 6-минутный бег (выносливость).

Диагностика мотивации на занятия физической культурой и спортом осуществлялась с помощью таких методов, как анкетирование, наблюдение, беседа. По итогам анализа результатов диагностики можно утверждать, что у детей экспериментальной группы отмечается выраженная положительная динамика развития физических качеств. Кроме того, у них прослеживается осознанный интерес к физическому развитию: они чаще занимаются физкультурой вне уроков, посещают спортивные секции, самостоятельно выполняют упражнения дома.

Выводы. Реализация личностно ориентированного подхода к организации физического воспитания в начальной школе не только способствует эффективному развитию физических качеств детей, но и формирует у младших школьников устойчивую мотивацию к физическому саморазвитию и укреплению здоровья.

Ключевые слова: физическое воспитание; личностно ориентированный подход; младший школьник; физические качества; мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Список литературы

1. Воротилкина И.М., Копенкина Л.В. Личностно-ориентированный подход в процессе физического воспитания младших школьников // Вестник Приамурского государственного университета им. Шолом-Алейхема. 2015. № 1(18). С. 29–37. EDN: TUTZCJ
2. Гладышева А.А., Рагузина К.А., Игнатенко Т.Д. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании // Электронный научный журнал. 2020. № 9(38). С. 66–73. EDN: EMDCQP
3. Зайчиков А.А. Личностно-ориентированный подход в физическом воспитании детей младшего школьного возраста: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Улан-Удэ, 2010. 23 с. EDN: QGVAVF
4. Саенко А.П. Личностно-ориентированный подход на уроках физической культуры // Научные исследования. 2019. № 1(27). С. 80–81. EDN: VTHVOK

Сведения об авторе:

Татьяна Вячеславовна Макарова — магистрант, группа ФФКС-м24По, факультет физической культуры и спорта; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: makarova.tatyana@sgspsu.ru

Сведения о научном руководителе:

Оксана Константиновна Позднякова — доктор педагогических наук, профессор, член-корреспондент РАО; Самарский государственный социально-педагогический университет, Самара, Россия. E-mail: oksana.pozdnyakova@pgsga.ru