

и сдачей инвентаря и переобучением в спортивном зале, где на время уроков такого типа размещаются лыжи.

Также были определены места дислоцирования учителей на лыжне (примерно посередине трассы). Такое положение позволяет полностью контролировать ситуацию, помогает следить за правильностью выполнения упражнений и избегать травмоопасных ситуаций, вызванных неумением учащихся избегать столкновений в результате падения одного из участников.

Особое внимание мы уделили наиболее рациональному распределению времени на каждом этапе урока. На этапе совместного планирования у части коллег возникали сомнения по поводу реальности соблюдения временных рамок, но, как показало наблюдение, жесткий контроль за хронометражем во время урока снимает все вопросы, связанные с нехваткой времени.

Также во время совместного планирования уроков в качестве объектов наблюдения мы выбрали конкретных учащихся А, В и С. Наблюдение за ними должно было показать, насколько справляются с заданиями на каждом этапе урока учащиеся с разным уровнем подготовки.

Непосредственная реализация подхода «Исследование урока» (исследование серии последовательных уроков) показала, что совместное планирование, во время которого тщательно продумывался, обсуждался каждый этап урока, позволило устранить многие проблемы, казавшиеся непреодолимыми и не зависящими от учителей физкультуры, проводящих урок. Наблюдатели, присутствовавшие на уроке (а среди них были не только учителя физической культуры), единодушно отметили, что слаженная работа двух учителей во время урока позволила полностью уложиться в отведённое время, качественно проработать все виды упражнений, которые были запланированы, реализовать дифференцированный подход к учащимся в зависимости от степени физической подготовленности, полностью соблюсти гигиенические требования. Чёткость в проведении урока отметили и учащиеся в рефлексивных листах.

После обсуждения творческой группой каждого из трех запланированных и проведённых данной серией уроков, были разработаны рекомендации по проведению занятий по лыжной подготовке для учителей физической культуры. Практика этого года подтвердила и показала, что четкое выполнение данных рекомендаций позволяет изменить в лучшую сторону отношение учащихся к занятиям данного типа и ведет к значительному повышению эффективности урока физической культуры в рамках лыжной подготовки.

Кузнецова Л.С.

Карагандинский государственный университет им. Е.А. Букетова

Хотова И.П.

СОШ №81, Караганда

ВОЗРАСТНАЯ ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 11-14 ЛЕТ

Целевая направленность физического воспитания в современных условиях, суть которого сводится к формированию физической культуры личности, требует отказа от авторитарных методов и обращения к личности школьника, его интересам и потребностям. Соответственно глубокий смысл приобретает проблема индивидуально ориентированного физического воспитания детей с учетом их возрастно-половых различий, достигнутых возможностей и жизненных перспектив [1].

Установка на всестороннее развитие личности ставит одной из ведущих задач овладение школьниками основ физической культуры, слагаемыми которой, в частности, являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень развития

двигательных способностей [2]. Формирование двигательных способностей как одного из значимых компонентов содержания физического образования связано с необходимостью не только учитывать степень воздействия физических упражнений на организм учащихся, но и особенности их возрастного развития. Объясняется это тем, что эффективность практической работы направленной на воспитание того или иного физического качества, будет зависеть не только от методики, организации педагогического процесса, но и от возрастных темпов развития этого качества. Если избирательно-направленное воспитание физического качества осуществляется в период ускоренного возрастного развития, то педагогический эффект оказывается значительно выше, чем в период замедленного роста. Поэтому, целесообразно направленное совершенствование тех или иных физических качеств осуществлять в те возрастные периоды, когда наблюдается их наиболее интенсивный рост [3].

Среди двигательных способностей одно из центральных мест занимают координационные способности (КС), от формирования которых во многом зависят индивидуальные возможности и развитию которых уделено большое внимание в новых программах физического воспитания учащихся [4].

Именно КС выступают в школьном возрасте как основа успешности обучения культуре движений, становления жизненно необходимого фонда двигательных умений и навыков и, в конечном счете, интегральной способности к управлению своими движениями.

В общеобразовательной школе развитие различных форм проявления КС составляет главную задачу и конечную цель общего среднего образования в сфере физической культуры [5,6]. Вместе с тем вопросы формирования и диагностики комплекса КС еще недостаточно разработаны и представляют существенные трудности для учителей физической культуры.

Целью нашего исследования явилось изучение возрастных различий проявления некоторых координационных способностей учащихся 11-14 лет.

Методы исследования: анализ литературных источников, педагогическое наблюдение, контрольные испытания, методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. В обследовании приняли участие 89 мальчиков 5-8 классов в возрасте 11-14 лет, не занимающихся спортом (СШ №81 г.Караганды). Для определения координационных способностей (КС) использовали 9 тестов, выбор которых проведен с учетом рекомендаций В.И.Ляха (7). Оценивали: абсолютные и относительные КС в целостных циклических действиях; способности к ориентированию в пространстве, к комплексной реакции, к динамическому и статическому равновесию. Контрольную группу условно составили учащиеся 11 лет (5кл.). Результаты тестирования обработаны по принятым в педагогических исследованиях методам [8].

Анализ возрастной динамики абсолютных среднегрупповых показателей координационных способностей показал, что у мальчиков в возрасте от 11 до 14 лет их прирост имеет отличительные особенности. Так, мы наблюдали с возрастом улучшение в развитии абсолютных КС, относящихся к целостным циклическим действиям (бег 3x10м), соответственно в среднем на 5, 8, 11%. Относительные показатели КС в целостных циклических локомоциях с возрастом по отношению к мальчикам 11 лет существенно не улучшались.

Измерение некоторых специфических компонентов выявило у мальчиков последовательные положительные возрастные сдвиги в развитии способностей к ориентированию в пространстве и комплексной реакции. Эти сдвиги составили по первому параметру соответственно 5, 15 и 21%. По второму параметру прирост составил в возрасте 12-13 лет 10%, 14 лет - 25%. Подобная тенденция к улучшению абсолютных показателей определена также в способности к комплексной реакции в группах 12 и 14 лет. Прирост составил 4 и 6% по отношению к 5-классникам. В возрасте 13 лет этот среднегрупповой показатель был ниже такового в группах 11 и 12 лет. Определение способности к динамическому равновесию (тест «повороты на скамейке») выявило более низкий ее показатель у мальчиков 12-14 лет относительно группы младшего возраста. Аналогичная направленность сдвигов обнаружена в развитии способности к статическому равновесию. С

возрастом от 12 до 14 лет результаты в тестах не только не повышались, но даже становились ниже по абсолютным значениям. Причиной такой динамики проявления способности к координации движений в равновесии у мальчиков 12-14 лет могут быть, как свидетельствуют данные литературы, особенности пре- и пубертатного периода, которые могут проявляться во временной дискоординации двигательной функции [2,3].

Таким образом, по нашим данным мальчики в возрасте от 11 до 14 лет имеют по среднегрупповому показателю выраженные возрастные различия в проявлении координационных способностей.

Соотнесение среднегруппового показателя с уровневymi оценками по изучаемым компонентам выявило различный уровень развития КС по возрастным группам. Так, в группах 11-12 лет развитие всех изученных способностей, за исключением способности к ориентированию в пространстве достигало среднего и высокого уровня. В группе 13 лет среднему уровню отвечало развитие абсолютных и относительных КС к целостным циклическим действиям, низкому уровню – способности к ориентированию, реагированию и равновесию. В группе 14 лет среднему уровню соответствовали показатели абсолютных КС, способность к реагированию и низкому уровню – способности к ориентированию в пространстве и равновесию.

Характерной особенностью для всех групп испытуемых явился низкий уровень способности к ориентированию в пространстве и средний уровень абсолютных координационных способностей к целостным циклическим действиям при положительной динамике прироста этих показателей в возрасте от 11 до 14 лет.

Изучение индивидуальных особенностей проявления КС в возрастных группах показало, что наиболее отчетливо таковые проявляются в показателях, отражающих способности к равновесию и к реагированию (Табл.1).

Так, к примеру, весьма велик индивидуальный разброс показателей быстроты реагирования в тесте «реакция-мяч» (коэффициент вариации колеблется от 11 до 25%), в тесте «отпускание палки» (от 35,4 до 60,2%). В тесте «повороты на скамейке», характеризующем способность к динамическому равновесию коэффициент вариации отличался по группам в диапазоне от 26,7 до 63,9%, к статическому равновесию – от 31,9 до 51,4% (1тест) и от 32,8 до 61,3% (2т.с.).

Примечательно, что в большинстве случаев существенные индивидуальные различия присущи для всех возрастных групп, именно по уровню проявления специфических координационных способностей.

Таблица 1. Коэффициент вариации показателей координационных способностей мальчиков 11–14 лет (%)

Пок-ли	11лет (5кл) n=22	12лет (6кл.) n=23	13лет (7кл) n=22	14лет (8кл) n=22
1. Бег 30м (Т ₁)	7,9	6,4	7,1	3,6
2. Бег 30м (Т ₂)	8,8	3,8	4,2	3,2
3. Т ₂ – Т ₁	8,1	7,9	8,7	9,1
4. Бег к мячам	9,8	6,2	5,6	4,3
5. Отпускание палки	45,1	35,4	60,2	49,2
6. Реакция-мяч	19,6	25,0	11,0	14,5
7. Повороты на скамейке	26,7	63,9	34,1	25,0
8. Стойка на скамейке	36,7	31,9	51,4	38,0
9. Стойка на планке	32,8	42,1	61,3	54,1

Таким образом, возраст, как видно из результатов исследования, не накладывает заметного влияния на особенности индивидуального развития некоторых специфических КС. Абсолютные величины и уровень их проявления, по-видимому, в большей мере определяется генетическими или средовыми факторами.

Выводы. Полученные результаты дают основание заключить, что для повышения «моторной обучаемости» и эффективности формирования культуры движений на уроках физической культуры в целом, большее значение следует уделять воспитанию координационных способностей в чувствительные периоды их развития с учетом особенностей возрастного развития и физического статуса школьников.

Литература

1. Платонов К.К. Проблемы способностей. - М.:ФиС, 2004.
2. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие. - М., 2006. – 290 с.
3. Волков Л.В. Система управления развитием физических способностей детей школьного возраста в процессе занятий физической культурой и спортом. – М., 2008. – 63с.
4. Программа по физическому воспитанию для 5–9 классов общеобразовательной школы. – Астана, 2015. – 11с.
5. Вавилова Е.Н. Развивай у школьников ловкость, силу, выносливость. – М.: Просвещение, 2001. – 125с.
6. Назаренко Л.Д. Развитие двигательных-координационных качеств как фактор оздоровления детей и подростков. – М., 2001. - С.43-46.
7. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М.:1998.-1998с.
8. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: «Академия», 2012. – 277 с.

Кусаинова Д.Т., Тұранова М.Л.
«№ 93 гимназия» КММ, Қарсаңды қаласы

ҚАЗАҚ ТІЛІ МЕН ӨЗІН-ӨЗІ ТАҢУ САБАҚТАРЫНДА ЖАҢА ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫ ҚОЛДАНУ АРҚЫЛЫ САБАҚТЫҢ ҒЫМДІЛІГІН АРТТЫРУ

Білім беру саласына көптеген өзгерістер кезеңі - кезеңімен жүйелі түрде еніп жатыр. Осы орайда, елбасымыз Нұрсұлтан Әбішұлының оқу үрдісінде жүргізіп жатқан реформалары шет ел мемлекеттерімен бәсекеге түсуге дайын болашақ ұрпақты өсіріп, оқытып, тәрбиелеуге бағыттталып отыр.

Соған байланысты қазіргі заманның талабына сай болашақ ұрпақты білім нәрімен сусындату үшін біршама қазақстандық мұғалімдер үш айлық деңгейлік оқуды тәмамдап, өз мектептерінің қабырғаларында, оқушылардың білім сапасын көтеру жолында еңбек ету үстінде.

Деңгейлік оқудың жаңалығынан алған мұғалімдік тәжірибеміздегі орын тапқан өзгерістерімізді өзге әріптестерімізбен бөлісуге бел буып отырған жайымыз бар. Сондықтан да өзгерістерді енгізуді жасөспірім бастауыш сыныптан бастауды жөн көрдік.

Деңгейлік оқуға дейін сабақтың басын сәлемдесуден бастап, тақырыбын өзіміз жариялайтынбыз. Ал қазір, «Оқыту мен оқытудағы жаңа тәсілдер» модуліне және Выготскийдің «Балалар өзіндік зерттеулері мен әлеуметтік өзара байланыстың негізінде өз түсініктерін құратын белсенді білім алушылар болып табылады» [3] деген пікірге сүйене отырып, сабақтың басын оқушыларымызды жұмысқа бағыттау мақсатында алуан түрлі эмоционалды жаттығулардан бастайтын болдық. Нәтижесінде, балаларымыз тамаша көңіл-күймен сабақ үрдісіне бағыт алып жүр. Сабақтың кіріспе бөлімінде «Сөз-сөз тіркесі - сөйлем», «Австралия жаңбыры», «Сәлемдесу түрлері» сияқты стратегияларды қолданудамыз.

Бағдарламада айтылғандай, ұстаз бен оқушы, оқушы мен оқушының араларында сын тұрғысынан ойлауларын дамытуды қатар алып жүрген жөн. Сонда ғана нәтиже болмақ. «Сын тұрғысынан ойлауға үйрету» модулі оқушының ақпарат пен идеяларды синтездеу, оларды салыстыру, таңдау және өзінің сыныптастарының идеяларына күмәнмен қарау қабілеттерін дамытады[2]. Деңгейлік оқуға дейін өз тәжірибемізде сын тұрғысынан ойлауға, зейін қойып тыңдауға арналған тапсырмаларды аз көлемде, шағын түрде қана қолданыппыз.