

Формирование функциональной грамотности на уроках физической культуры

Физическое воспитание школьников - настоящая школа жизни, познания, общения, взаимопонимания и самовыражения.

В настоящее время деятельность учителя физической культуры основана на решении следующих задач:

- формирование системы знаний о физической культуре и жизненно важных двигательных умениях и навыках;
- развитие индивидуальных двигательных способностей с целью дальнейшего совершенствования личности;
- формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- развитие опыта межличностного общения.

Необходимо на каждом уроке проводить работу по овладению учащимися конкретными знаниями, умениями и навыками. Данное занятие должно оказывать влияние на развитие интеллектуальных и волевых качеств обучающихся и формировать новые познавательные интересы, правильные взгляды, а в конечном счете и убеждения в необходимости занятия спортом. С этой целью необходимо настойчиво активизировать мышление обучающихся, добиваться понимания ими сути выполняемых действий, создавать условия для проявления самостоятельности, личной ответственности за свою работу, за поведение в целом, приучать их владеть своими эмоциями.

В реализации данных целей поможет функциональная грамотность, которую необходимо развивать на уроках физической культуры. Главная задача урока физкультуры – обеспечить максимальную двигательную активность детей в процессе занятия. Но вместе с тем мы не должны забывать и о теоретических основах предмета, поскольку учащиеся на каждом уроке должны почерпнуть и знания, а не только выработать умения и навыки.

Каждый учитель в процессе урока дает объяснение по теме занятия. Это могут быть исторические сведения о виде спорта, правила соревнований, техника выполнения упражнения, примеры возможных ошибок и как их избежать.

Однако нужно не только объяснять все это детям, но и проверять усвоение ими знаний.

Как это сделать? Самое простое – рефлексия, т.е. опрос в конце урока. Можно предложить выполнение домашнего задания в виде теста, заполнения таблицы, подготовки сообщения по теме, написания реферата. А можно подойти к этому более творчески.

Участие с детьми в различных интернет конкурсах, олимпиадах навело меня на следующую мысль: можно применять подобные задания для проверки знаний учащихся на уроках, а также использовать их в виде домашних заданий. Задания должны быть творческого характера: ребусы, кроссворды, загадки, головоломки, задания с выбором ответа, а также открытые задания, где учащийся сам вписывает ответ и т.п.

Подобная работа активизирует мыслительные процессы, тренирует память, развивает умение анализировать, сопоставлять, логически мыслить.

Традиционно цели школьного образования определялись набором знаний, умений и навыков, которыми должен овладеть выпускник. Сегодня обществу (профессиональным учебным заведениям, производству, семье) нужны выпускники, готовые к включению в дальнейшую жизнедеятельность, способные практически решать встающие перед ними жизненные и профессиональные проблемы. Отсюда вытекает главная цель уроков физической культуры- подготовка выпускника такого уровня, чтобы для преодоления

проблемной ситуации он мог найти несколько способов её решения, выбрать рациональный способ, обосновав своё решение.

Под функциональной грамотностью понимается « способность использовать ЗУН, приобретенные в школе для решения широкого диапазона жизненных задач в различных сферах человеческой деятельности, а также в межличностном общении и социальных отношениях».

Итак, функционально грамотная личность - это человек: ориентирующийся в мире и действующий в соответствии с общественными ценностями; способный быть самостоятельным в ситуации выбора и принятия решений; способный нести ответственность за себя; владеющий приемами учения и готовый к постоянной переподготовке; обладающий набором компетенций; легко адаптирующийся в любом социуме и умеющий активно влиять на него; владеющий современными информационными технологиями.

Одним из индикаторов функциональной грамотности является грамотность в вопросах собственного здоровья. Как никогда возрастает роль физической культуры в обеспечении жизнедеятельности человека. Из всех школьных предметов он, едва ли не единственный, прививает ребенку сознательное и грамотное отношение к своему телу, своему здоровью, способствует физическому развитию человека, совершенствованию двигательных качеств, формированию знаний в области ведения здорового образа жизни.

Для того чтобы здоровый образ жизни стал не неким общественным эталоном, а осознанной индивидуальной потребностью, необходимо прививать обучающимся функциональную грамотность в сфере созидания собственного здоровья. Помочь ребенку в этом деле должен педагог, используя личностно-ориентированные методы обучения и воспитания.

С целью формирования функциональной грамотности при работе со старшеклассниками мною используется методика мониторинговых исследований физического развития и физической подготовленности обучающихся. Цель методики – дать знания, умения и навыки, необходимые для оценки показателей собственного здоровья, развития физических кондиций.

Порядок исследования и измерения не представляют большой сложности, поэтому ребята, начиная с 5 класса легко справляются с ним. Научившись выполнять его в школе под руководством учителя, они смогут выполнять экспресс-оценку собственного здоровья самостоятельно.

В процессе таких уроков - практикумов обучающиеся начинают задумываться о своем здоровье. Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля имеют личностную ценность для каждого ребенка. Укрепление и восстановление здоровья с помощью физических упражнений и спорта, использование оздоровительных сил природной среды, гигиенических факторов, отказ от вредных привычек и асоциального поведения приобретает особую важность и актуальность.

Уровень физической подготовленности определяется обязательными тестами, отражающими уровень развития шести жизненно необходимых физических качеств: скоростных (бег 30м, 60м, 100м), координационных (бег 3х10м, прыжки через скакалку), скоростно-силовых (прыжок в длину с места, подъем туловища за 30 сек.), силовых (подтягивание, отжимание, вис на перекладине), выносливости (бег на 1000 м, 2000 м, 3000 м, передвижение на лыжах), гибкости (наклон туловища вперед характеризует способность гибкости в позвоночном столбе).

При увеличении количества тестов по физической подготовленности предоставляется возможность свободного выбора тех упражнений, которые лучше удаются обучающимся, где они могут достичь большого результата. Анализ тестирования каждого ребенка информирует об уровне его физической подготовленности (низкий, средний, высокий). На основе их сопоставления можно сравнивать подготовленность как отдельных учащихся, так и всего класса в целом.

Контроль за уровнем физической подготовленности выступает как оперативное управление в соответствии с намеченными планами. Оно заключается в периодическом и непрерывном сравнении полученных результатов с планируемыми результатами и последующей коррекцией процесса физической подготовки (при необходимости). Кроме этого, задачи тестирования сводятся к следующему: научить самих учащихся 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; стимулировать учащихся, добившихся высоких результатов, но не столько за высокий уровень, сколько за запланированное повышение личных результатов.

Таким образом, в процессе занятий физической культурой в школе ученики осваивают простейшие тесты для самоконтроля здоровья, учатся измерению, расчету и оценке индивидуальных достижений, отслеживают в мониторинге уровень физической подготовленности и корректируют (вначале с помощью педагога, затем самостоятельно) индивидуальные планы физического самосовершенствования. Дети овладевают знаниями о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни, о своих индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, формируют знания по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития.

Эти личностные новообразования, на мой взгляд, и являются индикативными показателями формирующейся функциональной грамотности обучающегося в сфере созидания собственного здоровья, где проявлениями основных компетенций являются действия ребенка – «изучать», «находить», «мыслить», «содействовать», «приниматься за дело».

Данные компетенции функционально грамотной личности находят свое отражение в портрете современного выпускника школы: «креативный и критически мыслящий, активно и целенаправленно познающий мир; способный осуществлять информационно-познавательную деятельность; осознанно выполняющий и пропагандирующий правила здорового, целесообразного образа жизни».