

Физкультурно-оздоровительная работа с учащимися в сельской школе

Л. В. Байбородова, Т. Н. Леонтьева

В статье рассматриваются особенности физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе, обусловленные ее малочисленностью и условиями социума, организация учебных занятий и спортивно-оздоровительных мероприятий в разновозрастных группах.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная работа, сельская школа, разновозрастная группа, методика занятий в разновозрастной группе.

Therapeutic Physical Training of Pupils at Rural School

L. V. Baybarodova, T. N. Leontieva

In the article are considered the peculiarities of therapeutic physical training at rural school which are specified by its small number and society conditions, the organisation of studies and sports actions in an uneven-aged group.

Key words: therapeutic physical training, rural school, an uneven-aged group, a method of training in an uneven-aged group.

В настоящее время существенно возрастает роль физической культуры и спорта как фактора совершенствования человека и общества. Здоровый образ жизни в целом, физическая культура и спорт в частности являются социальным феноменом, объединяющей силой и национальной идеей, способствующей развитию сильного государства и здорового общества.

Сокращение рождаемости и продолжительности жизни, тревожная тенденция ухудшения здоровья детей и учащейся молодежи подтверждают особую актуальность проблемы состояния здоровья подрастающего поколения российских граждан и, соответственно, организации физкультурно-оздоровительной работы.

В теории и методике физического воспитания нет единого подхода к определению понятия «физкультурно-оздоровительная работа». Мы отдаем предпочтение пониманию физкультурно-оздоровительной работы как урочных, так и внеурочных форм занятий, основанных на широком использовании средств физической культуры, которые обеспечивают разностороннее воздействие на физическое и духовное развитие личности.

Решение данной проблемы имеет свои особенности в условиях сельских школ, которые составляют около 70 % от общего числа школ страны.

На организацию физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе оказывают влияние экономические, демографические, социальные факторы, которые обуславливают особый подход к содержанию, организации и методике ее проведения.

К специфическим особенностям, влияющим на физкультурно-оздоровительную работу в условиях сельской малочисленной школы, отно-

ются малая наполняемость класса (в среднем от 2 до 7 детей) и отсутствие параллели классов, что создает следующие проблемы при организации этой работы:

- невозможность выполнить учебную программу по подвижным и спортивным играм в одном классе;

- отсутствие стимула к соревновательной деятельности на уроках и возможности для сравнения и оценки реальных успехов в спортивных достижениях;

- отсутствие эмоциональности, привлекательности занятий;

- психологическая незащищенность ребенка, постоянный контроль учителя за учеником;

- однообразие обстановки, контактов, форм взаимодействия;

- ограниченный выбор форм физкультурно-оздоровительной работы в учебной и внеучебной деятельности.

В связи с этим в сельской школе целесообразно и эффективно объединение учащихся в разновозрастные группы, что позволяет успешно решать следующие задачи:

- удовлетворение потребностей учащихся в выборе форм занятий физкультурно-оздоровительной деятельности (учебной, кружковой, секционной, клубной);

- выявление индивидуальных возможностей, способностей каждого школьника и реализация их в процессе игровой, соревновательной, спортивной деятельности;

- расширение контактов, социальное обогащение взаимодействия учащихся разного возраста;

- воспитание физкультурного актива (капи-

тан, физорг, инструктор, помощник, судья и т. д.), способного выполнять управленческие, организационные, информационные, хозяйственные функции;

- воспитание дружного сплоченного спортивного коллектива, способного защищать честь школы на различных соревнованиях (межшкольных, кустовых, районных).

Анализ исследований и опыта работы школ показал, что создание разновозрастных объединений способствует также решению следующих организационных проблем:

- увеличению количества занятий физической культурой без дополнительного финансирования и расширения штата учителей физкультуры;

- включению в учебный процесс дополнительных видов спорта (футбола, туризма, ориентирования на местности, настольного тенниса, бадминтона);

- организации интегрированных уроков (с природоведением, естествознанием, анатомией, физикой и другими предметами);

- проведению занятий на природе, вне школы с учетом возможностей базы местного хозяйства;

- привлечению работников культурных центров, медиков, бывших спортсменов, родителей, местных жителей к проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий;

- организации совместных физкультурно-оздоровительных мероприятий детей и взрослых на селе;

- проведению учебных занятий и внеучебных мероприятий с учащимися близлежащих школ, что позволило школьникам проявить себя в новой обстановке и дало возможность сравнивать и оценивать свои достижения.

В то же время анализ работы учителей физической культуры сельских школ на основе изучения практической деятельности и анкетирования позволил выявить наиболее распространенные трудности в организации деятельности разновозрастного коллектива: проведение учебных занятий одновременно с учащимися разного возраста; создание разновозрастной спортивной команды; проведение соревнований; регулирование отношений между детьми разного возраста; подготовка физкультурного актива; взаимодействие с учащимися на основе диалога и сотрудничества; учет индивидуальных способностей детей разного возраста в совместной работе.

Отсутствие адекватных специфике сельских школ программ обучения на уроках физкультуры

побудило нас разработать два варианта программно-методического обеспечения.

Первый вариант предполагает объединение на одном занятии учащихся 5–9-х классов и предназначен для школ, где обучаются до 50 детей. Здесь определены общие задачи обучения для всех учащихся (5–9-х классов) и частные – для отдельных возрастных групп. Эти рекомендации позволяют успешно применять формы, методы и средства физического воспитания, обеспечивающие участие каждого ребенка, старшего и младшего, в групповой деятельности. Планирование учебного материала осуществляется на основе однотемного содержания, когда у учащихся разных классов есть общие виды упражнений школьной программы. В этом случае предлагается планирование занятий по блокам, в которые объединяется учебный материал нескольких уроков. Каждый блок включает специальные и подводящие упражнения, технику выполнения, учебные нормативы. Учебный материал располагается таким образом, чтобы при его изучении младшими учащимися более старшие могли увидеть ошибки и оказать помощь в их устранении. Когда же старшеклассники изучают новый материал, младшие школьники не только выполняют свою работу, но и видят «зону своего ближайшего развития».

Ученик, последовательно овладевающий в блоке одним упражнением за другим, имеет возможность опережать программные требования для своего возраста и выполнять более сложные упражнения, которые осваиваются в старших классах. Появляется возможность опережающего обучения. При дифференциации учебного материала по классам планируется участие старших школьников в обучении младших.

Второй вариант программно-методических материалов предназначен для проведения учебных занятий по физической культуре в 1–11-х классах сельской малочисленной школы, где обучаются от 50 до 100 учащихся. В этом случае предусматривается объединение на занятии учащихся, близких по своим анатомо-физиологическим особенностям (1–2, 3–4, 5–6, 7–9, 10–11 кл.). Учителю предлагается описание содержания программного материала, задач обучения и организационно-методические рекомендации, включающие разнообразные средства физического воспитания, учебные комбинации для каждого класса по всем разделам программы с учетом обучения детей разного возраста.

В программно-методических материалах для учащихся 1–11-х классов представлен дополнительный материал, включающий кроссовую под-

готовку, футбол, плавание, бадминтон, что позволяет выбирать учебный материал с учетом местных возможностей и условий сельских школ.

Нагрузка на учащихся разного возраста регулируется изменением исходного положения, темпа, числа повторений, применением отягощений, использованием помощи товарища или других мер, изменяющих трудность упражнений.

При организации занятий с детьми разного возраста целесообразно использование заданий на карточках по акробатике, брускам, опорным прыжкам, висам и так далее, а также заданий по круговой тренировке, индивидуальной разминке, по развитию определенного физического качества. Учебная карточка выдается одному ученику или небольшой группе учащихся примерно одинаковой физической подготовленности. Вся работа по учебным карточкам идет под контролем учителя, который находится там, где требуется показ нового элемента, страховка при выполнении сложного движения. В этом случае эффективно взаимообучение учащихся. Рядом с младшими школьниками занимаются более старшие, уже владеющие материалом, которые объяснят, покажут образец, помогут в нужный момент.

Особенностью разновозрастного занятия является возможность организации самостоятельной деятельности учащихся, которая обусловлена выполнением ряда педагогических функций самими занимающимися (консультантом, помощником учителя, групповодом). Время, выделяемое на самостоятельную работу в одной группе (классе), зависит от задач занятия, количества часов, отведенных на изучение данной темы, и от того, насколько успешно дети справляются с предложенным заданием. Основное внимание обращается на занятия в группе (подгруппе), где изучается новый материал. В тех случаях, где учебный материал невозможно состыковать в одном занятии, предлагаются упражнения для раздельного обучения старших и младших подгрупп. В любом случае учитель предусматривает совместную деятельность детей разного возраста в процессе обучения двигательными действиями. Учащиеся могут привлекаться к показу отдельных упражнений, комплекса упражнений, руководству группой на отдельных снарядах, судейству соревнований и т. д. В этой связи педагог должен обеспечить теоретическую и практическую подготовку групповодов, консультантов.

Проведение занятий в разновозрастных группах позволяет учащимся овладевать учебным материалом на качественно новом уровне. Каждый ученик на определенном этапе обучения, закрепления материала выполняет ряд педагогических

функций. Обучая, помогая, страхуя, ученик осмысливает задание по-новому, воспринимает педагогический процесс по-другому. Учителю важно создать атмосферу комфорта как для старших, так и для младших детей путем подбора учебного материала, различных способов организации деятельности детей на занятии, средств и методов для решения поставленных задач с учетом возможностей, способностей и подготовленности учащихся разного возраста.

Объединение классов и проведение занятий в разновозрастных группах позволяет учителю высвободить время для организации внеучебной физкультурно-оздоровительной работы, которая при удаленности сельских малочисленных школ от культурных центров приобретает особую важность и обуславливает необходимость создания на селе разновозрастных спортивных секций, физкультурных кружков, проведение спортивных соревнований.

Организация внеучебной физкультурно-оздоровительной работы решает следующие задачи:

- разностороннее раскрытие индивидуальных способностей занимающихся, которые не всегда удается рассмотреть на уроке;
- обогащение социального опыта ребенка;
- развитие у детей интереса к различным видам физкультурных занятий и обеспечение возможности их выбора в зависимости от своих способностей;
- формирование лидерских и организаторских качеств;
- развитие дружеских отношений между детьми разного возраста, заботы друг о друге; способности ставить себя на место другого человека, переживать за участников команды и т. д.

Наиболее популярными и распространенными формами физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе являются секции и кружки, позволяющие организовать досуг детей согласно их интересам, склонностям, способностям. В содержании секционной работы включаются упражнения из раздела школьной программы, спортивные и подвижные игры, виды спорта по желанию учащихся. Целью занимающихся в спортивных секциях является достижение высоких спортивных результатов, а кружковая деятельность направлена на укрепление здоровья, совершенствование двигательных умений и навыков.

Руководить секциями могут учитель физкультуры или другие члены педагогического коллектива, имеющие спортивную подготовку. Старшие ученики, спортивные инструкторы, прошед-

шие предварительную подготовку, могут привлекаться к проведению занятий в спортивных кружках, фрагментов занятий, руководить игрой, судить соревнования, обучать элементам техники.

Эффективной формой организации физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе является спортивное соревнование, которое предусматривает объединение детей разного возраста в команды.

Так как учащихся в классах мало, то порой в одной возрастной группе участников соревнований бывает от 4 до 6 человек, и силы их в одиночных видах состязаний уже известны. В такой ситуации пропадает интерес к стартам, их эмоциональная окраска. Выходом из создавшегося положения является введение коэффициента «уступок» для выравнивания шансов всех участников.

При наличии в школе небольшого количества учащихся (10–15 человек) проводятся индивидуальные соревнования по видам спорта, включенным в программу по физической культуре. Итог соревнований подводится по очковой системе в соответствии с возрастом и достигнутыми результатами. Можно использовать для определения абсолютного чемпиона школы (среди всех возрастов учащихся) принцип, предложенный при проведении соревнований по «президентским тестам».

При проведении соревнований по спортивным играм (баскетболу, футболу) «совет капитанов» определяет возрастной и количественный состав участников. К примеру, в команде по баскетболу из пяти участников обязательно должны быть три человека из 7–9 классов, а два – из 5–6 классов; при этом команды должны иметь равные возможности для победы. Замену можно производить только в соответствии с возрастом. Комплектуют, тренируют и готовят команду к соревнованиям капитаны, что способствует воспитанию у них чувства ответственности за младших товарищей, повышает интерес и эмоциональность командной борьбы.

Разработанная система подсчета результатов соревнований для детей разного возраста (по показателю роста, по таблице президентских тестов) в личных и командных первенствах создает сильные эмоционально-ценностные стимулы, способствует проявлению и развитию способностей учащихся, формирует опыт взаимопомощи, сопереживания, взаимодействия, развивает отношения между детьми, старшими и младшими, заботу друг о друге, коммуникативные умения.

На организацию физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе влияет ее социаль-

ное окружение. В условиях села взаимодействие школы и среды является более очевидным, реальным и необходимым. Удаленность от культурных и спортивных центров, отсутствие учреждений дополнительного образования, автономность делают это взаимодействие особенно активным, а влияние друг на друга более существенным.

Направлениями и формами физкультурно-оздоровительной работы в сельском социуме могут быть:

- благоустройство и строительство пришкольных спортивных и игровых площадок, создание троп здоровья, изготовление и ремонт нестандартного оборудования и спортивного инвентаря;

- формирование здорового образа жизни через совместные занятия детей и взрослых в группах здоровья, секционной, клубной работе, спортивных мероприятиях;

- организация взаимодействия с родителями учащихся, развитие различных форм семейного отдыха, участие родителей в организации спортивных мероприятий на селе;

- использование финансовой помощи со стороны бывших выпускников, преуспевающих в бизнесе, сельского сообщества, отдельных частных компаний;

- создание физкультурных активов, спортивных клубов, культурно-спортивных комплексов.

Таким образом, ближайшую социальную среду школа «приспосабливает под себя», превращая ее в среду, благоприятную для сохранения и укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни сельского населения.

Целесообразность определенных нами подходов к организации физкультурно-оздоровительной деятельности с учащимися сельской малочисленной школы на основе создания разновозрастных групп подтвердила экспериментальная работа.

Эффективность использования предложенных нами педагогических средств при организации физкультурно-оздоровительной работы в разновозрастных группах показали результаты проведенного анкетного опроса учащихся, социометрических исследований, анализ уровня развития эмоционально-волевых качеств и мотивов деятельности участников команды, состояния здоровья и социализации учащихся. Так, количество случаев заболеваний детей, участвующих в эксперименте, уменьшилось в среднем на 27 %, в экспериментальных школах не зарегистрировано ни одного случая простудных заболеваний. Школьники успешно участвуют в районных со-

ревнованиях, занимая первые места. Около 92 % учащихся (против 76 % ранее) желают ежедневно выполнять физические упражнения.

Физкультурно-оздоровительная работа, организованная в разновозрастных группах, повлияла на развитие мотивации: так, в среднем на 17 % увеличилось число учащихся, у которых преобладают общественно значимые мотивы (помочь товарищу, сделать доброе дело для других и т. п.). Социальная активность школьников выросла на 8 %, что сказалось на массовости участия детей в спортивных школьных мероприятиях и по месту жительства. Выросли показатели, характеризующие взаимодействие старших и младших школьников. Выбор младшими школьниками старших вырос на 13 %, и, соответственно, повысились показатели взаимодействия старших и младших в среднем на 23 %.

Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы.

1. Эффективность физкультурно-оздоровительной работы в сельской школе существенно возрастает, если она организуется в разновозрастных группах, при этом осуществляется интеграция средств учебной и внеучебной деятельности. Создание разновозрастных групп позволяет увеличить количество занятий физической культурой, разнообразить формы их проведения, организовать подвижные, спортивные игры и соревнования, повысить их эмоциональность и привлекательность.

2. Совместное обучение детей разного возраста в условиях единого занятия требует коррективы учебного материала, объединения однотемного содержания, применения блочного планирования, соблюдения преемственности в обучении, многократности повторения материала на разных уровнях; углубления и расширения знаний, умений и навыков на каждом из этапов обучения; использования карточек-заданий, которые обеспечивают качественное усвоение материала, возможность опережающего обучения, учет индивидуальных особенностей.

3. Объединение учащихся разного возраста в сельской школе создает благоприятные условия для проведения занятий по гимнастике, легкой атлетике, подвижным играм, лыжной подготовке. При организации занятий необходимо учитывать состав занимающихся, уровень физической подготовки, нагрузку на детей разного возраста, их способности, склонности, интересы.

4. Внеучебная физкультурно-оздоровительная работа на селе более востребована детьми из-за отсутствия культурно-оздоровительных центров. Она осуществляется в секциях, кружках, при

подготовке спортивных и оздоровительных мероприятий, где педагогическое руководство приобретает инструктивно-методический и консультативно-рекомендательный характер, стимулирующий проявление творческой инициативы самих учащихся. Старшие и более подготовленные ученики при этом выполняют организаторские и педагогические функции.

5. Сельский социум имеет большие воспитательные возможности для организации физкультурно-оздоровительной работы с учащимися во внеучебное время. Совместные объединения учеников и родителей, бывших выпускников, жителей села с целью проведения соревнований, походов, спортивных праздников, оздоровительных мероприятий сближают взрослых и детей, позволяют школьникам быть в курсе трудовой деятельности взрослых, ориентируют их на приобретение профессий, востребованных на селе, и в то же время способствуют физическому и духовному оздоровлению сельских жителей.

Библиографический список

1. Байбородова, Л. В. Методика обучения физической культуре: 1–11 кл. [Текст] : метод. пособие / Л. В. Байбородова и др. – М. : ВЛАДОС, 2004. – 248 с.
2. Байбородова, Л. В. Теория, методика и практика взаимодействия в разновозрастных группах учащихся [Текст] : монография / Л. В. Байбородова. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2007. – 319 с.