**НЕОБХОДИМОСТЬ ОРГАНИЗАЦИИ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА**

**В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**В УСЛОВИЯХ ГИМНАЗИИ**

Физическая культура – это обязательный учебный предмет, который изучают в общеобразовательных учреждениях. Он является основной формой физического воспитания, цель которого – формирование физической культуры личности. Это подразумевает мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение знаниями, умениями и навыками физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

 Физическая культура – это обширное педагогическое пространство. На уникальные возможности спортивных занятий в воспитании цельной разносторонней личности обратили внимание еще великие греки – философы Сократ, Платон, Аристотель и др., в трудах которых оформился идеал гармоничного сочетания духовного и физического совершенства.

 Как семь нот являются в музыке основой бесконечного разнообразия, так и семь частей тела (голова, шея, туловище, руки и ноги) – источник бесконечного разнообразия движений. Оно, это разнообразие, определяет осанку, походку, в определенной мере всю манеру поведения человека. Оно создает неповторимую индивидуальность облика, сказывается на развитии работоспособности, эффективности взаимодействия всех органов и систем человека.

 В генетической программе каждого человека изначально заложен огромный запас прочности. Вместе с тем мы знаем, что сейчас здоровье российского населения, прежде всего, молодежи, оставляет желать много лучшего. И динамика развития показателей здоровья неблагоприятная. Тем более возрастает значение физических занятий в школе как важнейшей части всей программы оздоровления населения, укрепления здоровья, создание в детстве и юности надежной основы будущей долголетней и здоровой жизни.

 Статистические данные ВОЗ за 2012 год.

* условно здоровые………….. 9,5% выпускников
* психоневрологические расстройства …61%
* пульмонологические ………………………10%
* кардиоревматологические ………………9,5%
* лор.заболевания ……………………………3,5%
* нарушения зрения ………………………до 40%
* признаки остеохондроза …..……………..60%
* нарушения осанки………………….……….90%
* повышение АД………………………..……...25%
* склеротические бляшки в сосудах……....20%
* нарушения развития стоп………………....80%
* нарушения походки………………………....70%

 Группы здоровья.

* группа I— здоровые, не имеющие хронических заболеваний, с соответствующим возрасту физическим развитием. Редко болеют;
* группа II — здоровые, с морфофункциональными отклонениями, без хронических заболеваний, но имеющие отклонения в физическом развитии;
* группа III — больные хроническими заболеваниями в стадии компенсации; редко болеют острыми заболеваниями, хорошо себя чувствуют, имеют высокую работоспособность;
* группа IV — больные хроническими заболеваниями в стадии субкомпенсации, часто болеющие, со сниженной трудоспособностью;
* группа V — больные хроническими заболеваниями в стадии декомпенсации. Обычно с такой патологией дети не посещают школу, они находятся в специальных лечебных учреждениях.

 **Физкультурные группы здоровья.**

 Основная группа.

1.Учащиеся без отклонений в состоянии здоровья (или с незначительными отклонениями), имеющие достаточную физическую подготовленность

2. Занимаются по программе физического воспитания в полном объеме.

3. Сдают контрольные нормативы (зачеты)

4. Рекомендуются занятия в одной из спортивных секций, согласно их способностей и желания

5. Участвуют в спортивных соревнованиях.

 Подготовительная группа.

1. Учащиеся с незначительными отклонениями в физическом развитии и слабо физически подготовленных
2. Занимаются по программе физического воспитания при условии более постепенного ее прохождения
3. Сдают контрольные испытания (нормативы) в щадящем режиме, которые не способствуют прогрессированию заболевания
4. Не участвуют в спортивных соревнованиях
5. Рекомендуются занятия в секции общей физической подготовки.

 Специальная группа.

1. Учащиеся, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера(хронические заболевания), требующих ограничения физических нагрузок.
2. Необходимы занятия по особой программе с четкой регламентацией и дозировкой нагрузок
3. Дети не сдают спортивные нормативы по физической культуре (зачеты), допускается лишь выполнение упражнений на технику, теоретические зачеты, не ухудшающие здоровье.
4. Рекомендуются занятия лечебной физкультурой в соответствии с заболеваниями.

Здоровье - это состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но и полное физическое, душевное и социальное благополучие.

Сущность здоровья мы осознаем и принимаем в противопоставлении: болезнь + вероятность болезни – духовное, телесное, социальное здоровье + гармоничность развития организма и психики.

Мы понимаем под термином «здоровье» системное качество организма и психики человека, определяемое комплексом физических и духовных качеств, которые являются основой долголетия, выполнения творческих планов, трудовой деятельности и воспитания детей.

СХЕМА составляющие здоровья см. слайд

Физическое – это состояние человека, которое характеризуется совершенством саморегуляции функций организма, гармонией физических процессов, максимальной адаптацией к различным факторам внешней среды.

Психическое – это способность человека адекватно реагировать на внешние и внутренние раздражители, умение уравновесить себя с окружающей средой.

Социальное здоровье – это мера социальной активности, деятельное отношение человека к миру.

Духовное – система ценностей и убеждений.

Фундамент здоровья закладывается в детстве, с рождения до подросткового возраста. Общеизвестно, что основными факторами, влияющими на здоровье, являются:

1. Экология – 10-15%.
2. Наследственность – 15-20%.
3. Медицина – 10-15%.
4. Образ жизни – 50-55%.

 Так как ребенок большую часть времени находится в гимназии, то основное влияние на его здоровье оказывает гимназическая образовательная среда. Ученику приходится приспосабливаться к давлению, оказываемому на него требованиями учебного процесса. Исследования последних лет показали, что от 20 до 40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей, связаны с процессом обучения. И сегодня лишь 4-6% выпускников могут считаться абсолютно здоровыми. И наша гимназия не является исключением.

Физическим воспитанием детей школьного возраста призваны заниматься семья и педагогический коллектив школы. И все-таки особое место в этом воспитательном процессе отводится учителю физической культуры. Порой он является единственным человеком для большинства детей, способным на высоком профессиональном уровне помочь им в развитии двигательных кондиций, обеспечивающих подготовку к самоопределению и самореализации.

А учитель физической культуры, руководствуясь образовательными стандартами второго поколения (2008г.), основные аспекты которых заключаются в том, что согласно концепции развития содержания образования в области физической культуры основой образования по физической культуре является двигательная деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность. Результаты освоения содержания предмета «физическая культура» определяет те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершению обучения в основной школе. Требования к результатам изучения учебного предмета выполняет двоякую функцию. Они с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержаниям, а с другой стороны устанавливают минимальное содержания образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу. Результаты освоения программного материала по предмету физическая культура в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее – частное – конкретное» и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Метапредметные результаты, предметные результаты, личностные результаты:

в области познавательной культуры

в области нравственной культуры

в области трудовой культуры

в области эстетической культуры

в области коммуникативной культуры

в области физической культуры

 Дифференцированный подход в обучении и воспитании - один из способов решения педагогических задач с учётом социально-психологических особенностей групп воспитания, которые существуют в сообществе детей как его структурные или неформальные объединения или выделяются педагогом по сходным индивидуальным, личностным качествам учащихся. Дифференцированный подход занимает промежуточное положение между фронтальной воспитательной работой со всем коллективом и индивидуальной работой с каждым учащимся. Социальная значимость проблемы дифференцированного подхода усиливается в период гуманизации школьного образования. Процесс обучения, воспитания и развития учащихся строится с позиции деятельностного подхода, следствием которого является дифференцированный подход. Это связано с тем, что дифференцированный подход позволяет осуществлять реализацию задач общеобразовательного процесса в современной школе, а в частности создание условий для развития личности учащихся, обеспечение адаптации к новым социально-экономическим условиям, так как предполагает более полный учет индивидуальных особенностей через вариативную организацию учебного процесса.

 Необходимость — это то, что является предпосылкой для получения искомого результата, то, без чего этот результат невозможен.

 В нашем случае результатом физического воспитания учащегося является воспитание физически и нравственно здорового выпускника. Я работаю педагогом 16 лет, при этом совмещала с основной работу инструктора ЛФК (имею диплом по данной специальности). Последние 5 лет я столкнулась со следующей проблемой: учащиеся среднего и старшего звена не проявляют должной заинтересованности к занятиям, особенно это стало заметно при введении третьего урока. Тем не менее, физически развитые учащиеся, имеющие основную I группу здоровья, с желанием ходят на уроки. Учащиеся, имеющие основную II – III, подготовительную и специальную группы здоровья, без желания посещают уроки физкультуры, не имея достаточного уровня мотивации.

 На основании вышеизложенного мной были выявлены следующие **противоречия**:

- между имеющимся недостаточным фактическим уровнем здоровья у учащихся и задачей его улучшения и сохранения в образовательном процессе (это связано с большим количеством уроков у детей);

- между необходимостью сделать образовательный процесс здоровьесберегающим и отсутствием у учащихся, педагогов и родителей достаточных для этого знаний, умений и навыков;

- между результатом и процессом физического воспитания учащихся в школе.

 Для разрешения противоречий возникла необходимость разработки данного проекта, основой которого становится комплекс исследовательских, просветительских и профилактических мероприятий по формированию навыков здоровья в гимназии.

 **Миссия гимназии** – сохранить и укрепить здоровье своих воспитанников, то есть профилактическая. Поэтому главное действующее лицо, заботящееся о здоровье учащихся, в современном образовательном учреждении – педагог.

 **Цель** – создание психолого-педагогических и социальных условий, содействующих сохранению и развитию психического, физического, духовного и социального здоровья учащихся на основе разработки цикла уроков по физической культуре по группам с использованием упражнений, направленных на развитие индивидуальных физических способностей.

 Поставленной целью обусловлены **следующие задачи**.

1. Анализировать литературу по проблеме.
2. Повысить уровень здоровьесберегающей компетенции, используя различные технологии.
3. Выявлять уровень развития физических качеств по индивидуальным параметрам для развития физических способностей каждого ребенка.
4. Разработать комплекс условий для формирования двигательных навыков учащихся.
5. Определить основные пути коррекции для достижения достаточного уровня мотивации учащихся.
6. Реализация программы деятельности и проверка результатов.

 **Гипотеза**. Формирование индивидуальных физических способностей будет успешным при учете психолого-физиологических способностей, комплексного подхода и организации уроков с использованием различных форм и методов.

 **Участники реализации проекта**. Внутри гимназии в работу вовлекаются учащиеся, классные руководители, родители, спортивный совет гимназии, физорги классов и заведующие творческими лабораториями.

 **Инновационность проекта.**

1. Составление рабочей программы по физической культуре с учетом требований стандартов второго поколения.
2. Использование здоровьесберегающих технологий для самореализации учащихся и их успешной социализации.
3. Использование психодиагностических методов в разработке программы деятельности и проверки результатов.
4. Создание психологической комфортности при обучении физической культуре.

**Механизм реализации проекта.**

1. Анализ специальной педагогической и психологической литературы. Разработка психодиагностических методик совместно с детским психологом.
2. Повышение уровня здоровьесберегающей компетенции с помощью курсов повышения квалификации, семинаров, ликций, практикумов по здоровьесберегающей грамотности.
3. Проведение мониторинга развития физических качеств учащихся с учетом их заболеваний и состояния здоровья.
4. Разработка комплекса условий для формирования двигательных навыков учащихся:

- диагностика уровня состояния здоровья учащихся (медицинские данные);

- цикл уроков по физической культуре по группам с использованием упражнений, направленных на развитие индивидуальных физических способностей;

- внеклассная деятельность учащихся – школьные, районные, городские соревнования, подготовка к ним;

- индивидуальная работа с учащимися по показаниям лечебно-физической культурой;

- взаимодействие с классными руководителями и родителями с целью дифференциации и индивидуализации подхода к учащимся на занятиях физической культурой;

- занятия психолого-физиологической разгрузкой с учащимися гимназии;

- совершенствование материально-технической базы;

- разработка и внедрение паспорта здоровья учащегося.

1. Исследование уровня мотивации (шкала самооценки Ч.Д.Спилбергера, Ю.Л.Ханина – измеряет уровень тревожности в данный момент и личностной тревожности; методика САН – экспресс-оценка самочувствия, активности, настроения) учащихся показало наличие высокой ситуативной тревожности, низкий уровень активности и пониженный уровень настроения учащихся, имеющих различные проблемы со здоровьем. Для повышения мотивации необходимо:

- улучшение психологической атмосферы;

- создание ситуации успеха для каждого ребенка;

- использование третьего часа для проведения игровых (спортивные, подвижные игры) занятий по желанию детей.

1. На результативном этапе реализации проекта планируется вторичная диагностика и мониторинг уровня сформированности здоровьесберегающих навыков и позитивного отношения к здоровому образу жизни.

**Ожидаемые результаты эффективности работы по проекту.**

1. Сформированное и позитивное отношение участников образовательного процесса к здоровому образу жизни, культуре здоровья.
2. Повышение сформированности у учащихся элементарных навыков здорового образа жизни.
3. Повышение уровня мотивации, отсутствие тревожности, рост активности и настроения учащихся на занятиях физической культурой и спортом.
4. Улучшение результатов физической подготовленности учащихся.
5. Снижение заболеваемости учащихся, в том числе психосоматического характера.
6. Улучшение психологического микроклимата в гимназии, повышение комфортности гимназической среды.
7. Успешные выступления учащихся на спортивных соревнованиях всех уровней.
8. Личностный и профессиональный рост, овладение активными методами обучения и воспитания здорового образа жизни.

**Список литературы:**

1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 23.11.2007 г.
2. Концепция модернизации Российского образования на период до 2013 года.
3. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях.
4. Санитарно-эпидемиологические правила СанПиН 2.4.2.
5. Ахаев А.В. Управление здоровьесберегающим образовательным процессом. Учебно-методическое пособие. М. 2006 год.
6. В.И.Лях, А.А. Зданевич. Физическая культура 8-9 классы. Просвещение. 2009 год.
7. Валеология. Физвоспитание. Спорт. Ежемесячный методико-педагогический журнал (серия статей по здоровьесбережению). 2010 год.
8. Классный руководитель. Научно-методический журнал для заместителей директоров УВР, классных руководителей и кураторов (публикации по здоровьесбережению). 2011 год.
9. Лучшие психологические тесты. Отв. ред. А.Ф.Кудряшов. Петроком. 2012 год.
10. Р.С. Немов Психология образования. Том 2. М. Просвещение. 2010 год.
11. Советов Е.В. Оздоровительные технологии в школе. – Пособие для учителя. М. 2009 год.