

Принципы обучения в физическом воспитании

Понятия

- * **Принципы** - это **основополагающие закономерности**, которые *необходимо учитывать* при реализации задач физического воспитания.
- * **Обучение** - **целенаправленный процесс организации деятельности обучающихся** по овладению знаниями, умениями, навыками и компетенцией, **приобретению опыта** деятельности, **развитию** способностей, приобретению опыта применения знаний в повседневной жизни и формированию у обучающихся мотивации получения образования в течение всей жизни (ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ).
- * **Методика обучения** – это **совокупность методов, методических приемов, форм организации занятий** при изучении определенного учебного предмета.
- * **Метод** – это **система действий учителя** в процессе преподавания, направленная на достижение определенной цели обучения.
- * **Методический прием** – это **способ реализации метода, способ воздействия на учеников** в соответствии с конкретной задачей обучения.

Принципы обучения

- I. Принцип сознательности и активности.
- II. Принцип научности.
- III. Принцип прочности.
- IV. Принцип индивидуализации и доступности.
- V. Принцип наглядности.
- VI. Принцип повторности, системности, последовательности, постепенности

I. Принцип сознательности и активности:

ученик понимает сущность поставленной перед ним задачи и заинтересован в ее решении.

Реализация:

1. сформировать у учеников осмысленное отношение и стойкий интерес к цели и задачам занятия
2. научить самостоятельно контролировать и оценивать свои действия
3. уделять внимание воспитанию и развитию качеств личности, отвечающих требованиям общества

II. Принцип научности

обязывает строить педагогический процесс в соответствии с современным уровнем научных знаний.

Реализация:

1. При отборе учебного материала использовать научные сведения, учитывать их постоянные обновления, предупреждать излишнее упрощение
2. Применять методы обучения, которые имеют педагогическое и психофизиологическое обоснование
3. Использовать в речи официально принятую в науке терминологию, что создаст у учащихся правильное представление о понятийном аппарате науки

III. Принцип прочности

позволяет оценить конечный результат обучения, который отражает готовность ученика к соответствующей деятельности.

Реализация:

1. формирование прочной системы специальных знаний (активизация мыслительных процессов путем сопоставлений, обобщений, связывание новых сведений с уже имеющимися знаниями)
2. формирование прочных двигательных умений.

Правила для формирования необходимого мышечного чувства:

- 1) использовать метод «разучивание по частям»,
- 2) использовать разнообразные методы воздействия на обучающихся: словом – для объяснения, показом /демонстрацией/ - для зрительного восприятия, звуком /музыкой/ - для определения соответствующего темпа
- 3) опираться на имеющиеся уже у ребенка представления (то есть использовать образные выражения)

IV. Принцип индивидуализации и доступности

обязывает строить педагогический процесс в соответствии с реальными возможностями и индивидуальными особенностями занимающихся.

Индивидуализация обучения: дифференциация учебных заданий и способов их решения в соответствии с индивидуальными особенностями учеников.

Задача педагога при **реализации** принципа индивидуализации - в индивидуальных особенностях ребенка видеть перспективу развития, опираться на сильные стороны ребенка и преодолевать слабые.

* Необходимо оптимально **дозировать учебную нагрузку** с учетом:

- 1) различий детей,
- 2) погодных условий,
- 3) качества спортивного инвентаря.

Принцип индивидуализации требует

учета различий детей в пределах одного класса (группы):

1. уровень здоровья детей,
2. объем знаний и двигательных умений детей при прочих равных характеристиках, а также уровень двигательной подготовленности (т.е. наличие умений и уровень развития необходимых физических качеств),
3. возраст детей,
4. пол детей,
5. неодинаковый характер протекания мыслительных процессов, различия в восприятии задания (после демонстрации задания или словесного объяснения),
6. различная физическая работоспособность, различия в возможности учеников выдерживать физические и психические нагрузки,
7. разный темп в овладении упражнениями,
8. различия в отношении к учебе.

IV. Принцип индивидуализации и доступности

обязывает строить педагогический процесс в соответствии с реальными возможностями и индивидуальными особенностями занимающихся.

Доступность обучения: задания не должны превышать возможностей ребенка.

Реализация принципа :

1. правило «от известного к неизвестному»,
2. правило «от легкого к трудному»,
3. правило «от простого к сложному».

Различают зоны сложности (трудности) учебных заданий:

1. зона безразличной сложности (выполнение заданий без мобилизации усилий ученика),
2. зона стимулирующей сложности (усложнение заданий ведет к активизации усилий ученика),
3. зона угнетающей сложности (трудность заданий превышает возможности ученика, что ведет к снижению его активности, вплоть до

V. Принцип наглядности:

предусматривает формирование представления об упражнении.

Реализация принципа :

1. создание основы для овладения двигательным действием, что должно базироваться на зрительном, слуховом и мышечном восприятии,
2. осознание сущности изучаемого действия,
3. самостоятельный поиск наиболее эффективных путей решения двигательной задачи.

Приемы реализации **классифицируют** по двум признакам:

1) Прямая наглядность: показ упражнения учителем или подготовленным учеником и образное описание упражнения

2) Косвенная наглядность:

- ✓ передача посредством форм изображения: кинограмм, зарисовок, таблиц
- ✓ подбор определенных способов (средств), создающих представление о
 - темпе и ритме выполнения движений
 - амплитуде движений
 - направлении движений
 - силе движения

Требования к показу упражнения:

1. Показ должен служить точным образцом упражнения (или его части)
2. Следует широко использовать имитационную демонстрацию, что содействует лучшему восприятию
3. Акцентировать внимание на деталях техники
4. Выполнять показ с учетом наиболее подходящих зон обзора
5. Показ следует комментировать, уточняя детали техники
6. Допустимо специально прибегать к демонстрации ошибок при условии ее точного воспроизведения, в противном случае идет дезинформация ученика, что усугубит положение

VI. Принцип повторности, системности, последовательности, постепенности

требует логической связи между частями учебного материала (чтобы последующее логически вытекало из предыдущего, а ранее полученные знания закреплялись при изучении нового материала).

Принцип повторности отражает эффект постепенного формирования двигательного умения и специальных знаний через многократные повторения.

Характер повторения имеет **разновидности**:

- 1). Простое повторение.
- 2). Вариативное повторение.

Правило реализации принципа:

- ✓ учитывать состояние здоровья учащихся,
- ✓ уровни их физического развития и физического образования,
- ✓ характер задаваемой нагрузки.

VI. Принцип повторности, системности, последовательности, постепенности

требует логической связи между частями учебного материала (чтобы последующее логически вытекало из предыдущего, а ранее полученные знания закреплялись при изучении нового материала).

Принцип системности отражает эффект обучения от степени целостности содержания педагогического процесса (**наличие системы** взаимосвязанных задач, средств, методов, форм организации занятий на каждом отрезке обучения).

Реализация принципа требует:

- разработку системы задач, упражнений, методов и форм организации в рамках одного урока и на серию уроков
- определение взаимных связей между вышеперечисленными компонентами на один урок и серию уроков
- учета результативности системы упражнений.

VI. Принцип повторности, системности, последовательности, постепенности

требует логической связи между частями учебного материала (чтобы последующее логически вытекало из предыдущего, а ранее полученные знания закреплялись при изучении нового материала).

Принцип последовательности отражает эффект преемственности задач, средств и методов обучения в пределах одного урока и серии уроков.

Реализация принципа потребует выполнение правил:

- 1.** «от знаний к умению»: предусматривает такую последовательность обучения, при которой формирование необходимых знаний предшествует формированию соответствующего умения.
- 2.** «от простого к сложному»: предусматривает такую последовательность, при которой изучаемые упражнения располагаются в порядке возрастающей координационной сложности.
- 3.** «от легкого к трудному»: предусматривает такую последовательность, при которой обучение начинается с упражнений, требующих от исполнителя сравнительно небольших затрат психических и физических сил, но с последующим их увеличением.
- 4.** «от освоенного к неосвоенному»: предусматривает такую последовательность, которая позволяет, с одной стороны, использовать ранее изученное для формирования нового умения, а с другой – создавать предпосылки для обучения последующим упражнениям.

При организации обучения необходимо учитывать положительный и отрицательный перенос навыка.

VI. Принцип повторности, системности, последовательности, постепенности

требует логической связи между частями учебного материала (чтобы последующее логически вытекало из предыдущего, а ранее полученные знания закреплялись при изучении нового материала).

Принцип постепенности выражается в постепенном усложнении техники и тактики физических упражнений, их координационной трудности, постоянном пополнении и расширении их состава, а значит, и в непрерывном повышении физических и психических нагрузок на ученика.

Формы повышения нагрузки:

- 1. Прямолинейно-восходящее повышение нагрузки:** используется для постепенного втягивания организма в работу при относительно низком исходном уровне физической подготовленности. Темпы прироста нагрузки незначительные и одинаковые от занятия к занятию, а интервалы отдыха – длительные.
- 2. Ступенчатое повышение нагрузки:** используется для резкого стимулирования организма на основе предварительно созданных функциональных возможностей организма. Темпы прироста нагрузки скачкообразные с последующим ее сохранением на протяжении нескольких занятий (недель).
- 3. Волнообразное повышение нагрузки:** используется для максимально возможного увеличения нагрузки. Достигается за счет периодических снижений нагрузки (как разновидности активного отдыха) и последующих ее увеличений до более высокого уровня, что позволяет полностью развернуться адаптационным процессам в ответ на применяемую нагрузку и тем самым создать предпосылки для выполнения задания повышенной сложности. Каждая очередная волна имеет более высокий исходный уровень.