

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЕ КОМПЕТЕНЦИИ В ПРАКТИКЕ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Корытько Наталья Владимировна,
учитель адаптивной физической культуры
Государственного казенного общеобразовательного учреждения
«Донецкая специальная школа-интернат №19»

Современное общество находится на этапе информатизации, в связи с этим предъявляются определенные требования к содержанию образования. Это подразумевает необходимость предоставления учащимся реализации своих возможностей своих способностей и творческого потенциала на всех этапах обучения. Одним из направлений образования на данный момент и является поддержка реализации потенциала обучающихся во всех сферах жизнедеятельности.

«Исследовательская компетенция – это совокупность знаний в определенной области, наличие исследовательских умений (видеть и решать проблемы на основе выдвижения и обоснования гипотез, ставить цель и планировать деятельность, осуществлять сбор и анализ необходимой информации, выбирать наиболее оптимальные методы, выполнять эксперимент, представлять результаты исследования), наличие способности применять эти знания и умения в конкретной деятельности»

Исследовательские компетенции учителя в специальной школе представляют собой совокупность знаний, умений и навыков, которые позволяют педагогу эффективно организовывать образовательный процесс, адаптировать обучение с учётом индивидуальных особенностей учеников, и применять в практической деятельности исследовательские и опытно-экспериментальные методы организации образовательного процесса в области специального образования.

Цель исследовательской деятельности педагога состоит в создании условий для развития его способностей и индивидуально-личностных качеств в процессе реализации образования и заключается в глубоком анализе и изучении образовательного процесса, что позволяет повышать качество обучения и развивать педагогическую практику.

Во всем мире отмечается повышенный интерес к проблемам качества образования. Создается мировая система мониторинга, это необходимо для получения объективной информации о результатах обучения, для выявления условий повышения успеваемости учеников, их более эффективного приобщения к активной жизни и готовности овладевать знаниями всю жизнь.

Исследовательская диагностика в педагогике играет ключевую роль в процессе обучения и воспитания, позволяя не только выявить текущий уровень знаний и навыков учащихся, но и спланировать дальнейшие действия для их коррекции и повышения эффективности образовательного процесса. Рассмотрим этапы исследовательской диагностики:

Обследование: это начальный этап диагностики, на котором осуществляется сбор информации об ученике. К методам обследования могут относиться тесты, наблюдения, анкетирование, интервью и анализ учебных достижений. Цель этого этапа — выявление учебных трудностей, особенностей развития и индивидуальных потребностей каждого ученика.

Анализ результатов: после сбора данных необходимо провести их анализ. Это включает в себя сравнение полученных результатов с установленными стандартами, а также выявление причин трудностей в обучении. Важным аспектом анализа является рассмотрение как успехов, так и проблем ученика, чтобы получить целостное представление о его образовательной ситуации.

Планирование коррекционной работы: на основе анализа результатов разрабатывается индивидуальный план коррекционных мероприятий. Это может включать в себя адаптацию учебной программы, применение специальных педагогических методов и приёмов, а также выбор дополнительных материалов или ресурсов, необходимых для успешного обучения. Также важно предусмотреть сроки и критерии оценки эффективности коррекционных мер.

Отслеживание динамики: этот этап заключается в мониторинге изменений и успехов ученика в процессе коррекционной работы. Регулярная диагностика на каждом этапе обучения позволяет отслеживать прогресс, выявлять новые трудности и при необходимости корректировать план работы. Это обеспечивает динамическое развитие ученика и позволяет педагогам своевременно реагировать на изменения в его состоянии.

Исследовательские компетенции учителя

Учитель должен обладать развитыми исследовательскими компетенциями, чтобы эффективно руководить процессом обучения и помогать ученикам осваивать исследовательские методы. Педагогу необходимо не только самому постоянно совершенствоваться, исследуя новейшие педагогические технологии и методики, но и уметь передавать этот опыт ученикам.

К основным аспектам исследовательских компетенций учителя в специальной школе для детей с ограниченными возможностями в здоровье в данной области можно отнести:

1. Знание особенностей обучения детей с ОВЗ: понимание особенностей восприятия информации, развития речи, социальной адаптации и психолого-педагогических задач, связанных с обучением глухих детей.

2. Навыки диагностической работы: умение оценивать уровень развития детей, их способности и потребности, чтобы адаптировать образовательные программы и методы.

3. Опыт применения исследовательских методов: владение методами научного анализа, проведения экспериментов, сбора и обработки данных, а также умение интерпретировать результаты для улучшения учебного процесса.

4. Способность к инновациям: открытость к новым методикам и технологиям обучения, способность внедрять и оценивать их эффективность.

5. Участие в научной деятельности: участие в конференциях, семинарах, публикация исследований и методических разработок, направленных на улучшение образования глухих детей.

6. Сотрудничество с коллегами: умение работать в команде, обмениваться опытом и знаниями с другими специалистами в области специального образования.

7. Анализ и рефлексия: способность критически оценивать свою педагогическую практику и вносить коррективы на основе анализа результатов своей работы и обратной связи от учащихся.

С целью раскрытия закономерностей развития школьников, поиска наиболее оптимальных средств, методов и форм обучения и воспитания в условиях специального общеобразовательного учреждения могут проводиться педагогические исследования.

Таким образом, диагностика и мониторинг в педагогике является циклическим процессом, включающим всестороннее обследование, анализ, планирование и мониторинг, что позволяет создавать условия для индивидуального развития каждого ученика.

Педагогическая диагностика— это процесс выявления, оценки и анализа индивидуальных особенностей учащихся, их знаний, умений и навыков, а также социальных и личностных характеристик. Цель диагностики — определить уровень подготовки учащегося, выявить его сильные и слабые стороны, а также потребности и интересы для последующей корректировки образовательного процесса.

В педагогической практике диагностика может включать в себя различные методы и инструменты, такие как тестирование, анкетирование, наблюдение, беседы и другие формы оценки. Она позволяет педагогам лучше понимать, как организовать обучение, адаптировать его к потребностям каждого ученика и создавать эффективные образовательные стратегии.

Кроме того, диагностика может быть использована для оценки эффективности образовательных программ и методов преподавания, что способствует постоянному улучшению качества образования в целом.

Педагогический мониторинг — это систематический процесс сбора, анализа и оценки информации о ходе образовательного процесса, достижениях учеников, качестве образования и эффективности педагогической деятельности. Он позволяет выявлять тенденции, проблемы и области для улучшения, а также принимать обоснованные решения на основе полученных данных.

Главное назначение мониторинга — обеспечить всех участников образовательного процесса обратной связью, которая позволяет вносить последовательные изменения в ходе реализации учебной программы для повышения качества ее результатов.

Я представляю свою систему работы по проведению мониторинга на уроках физической культуры на примере обучающихся школы

Целью проведения мониторинга является улучшение состояния общеучебной подготовки учащихся путем выявления проблем и целенаправленной коррекционной работы.

Для себя я поставила следующие **задачи**:

- определение достижений учащихся по темам изучаемого курса физической культуры ;
- реализация индивидуальных возможностей учащихся;
- отслеживание результатов учебной деятельности по предмету.

Для решения поставленных задач и для эффективной организации проведения мониторинга мне помогает алгоритм отслеживания результатов учебной деятельности учащихся:

- подготовка и проведение мониторинга физического развития по функциональным пробам и по диагностическим упражнениям (сентябрь);
- диагностическое оценивание знаний, умений и навыков;
- определение уровня учебных достижений учащихся;
- определение задач по коррекции ЗУН;
- проведение коррекционной работы;
- промежуточное оценивание знаний, умений и навыков (декабрь) ;
- коррекционная работа по устранению пробелов знаний, умений и навыков. ;
- итоговый мониторинг физического развития по функциональным пробам и по диагностическим упражнениям (май) ;
- итоговое оценивание уровня учебных достижений ;
- составление таблиц, графиков, диаграмм результатов мониторинга;
- анализ процесса отслеживания ЗУН и обобщение результатов;
- корректирование календарно-тематического планирования.

Основным принципом мониторинга качества образования является систематичность в проведении исследований и наблюдений, доступность и открытость в полученной информации.

В сентябре – октябре этого года был проведен стартовый мониторинг состояния физического здоровья и физического развития учащихся, который представляет собой систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния физического здоровья и физической подготовленности

учащихся. Получаем исходные данные путем фактических измерений, выполнения проб и тестов, характеризующих адаптацию организма к физической нагрузке и уровень физического состояния испытуемых.

Для решения этих задач используем следующие методы:

- измерения, тесты, пробы, индексы;
- метод математической статистики обработки материалов исследования.

Для вычисления индекса физического здоровья учащихся используем простые и широко применяемые показатели:

- длина тела;
- масса тела;
- жизненная емкость легких;
- частота сердечных сокращений(ЧСС);
- артериальное давление(АД).

Для определения уровня развития физических качеств были взяты 4 упражнения:

- координация (челночный бег 4*9м/с);
- скоростно-силовая (прыжки в длину с места);
- гибкость (наклон вперед из положения сидя);
- силовая (подтягивание).

Проводимые исследования включают два взаимосвязанных блока: информационный и деятельностный.

Информационный блок – обработка результатов тестирования, создание банка данных о физическом развитии и физической подготовленности с занесением в индивидуальный «Паспорт здоровья» обучающегося.

Деятельностный блок – включает действия, осуществляемые на основе полученной в результате обработки информации: рекомендации для проведения занятий, организация занятий, регулярные проведения тестирования.

В мониторинге принимали участие 59 обучающихся, из них 15 чел – основной, 21- подготовительной, 23- специальной группы здоровья.

Результаты исследования функциональных проб в первом полугодии учащихся СШИ №19 масса-ростового индекса Кетле свидетельствуют о том, что количество учащихся, имеющих гармоничный уровень физического развития – 21 человек - 36%, уровень с не достаточной массой тела – 8 человек -14%, с избыточной массой тела – 22 человек – 37%, с дефицитом массы – 6 человек – 10%, тучное – 2 чел. – 3%.

Масса-ростовой индекс Кетле

Характеризует степень гармоничности физического развития и телосложения. Длина тела или рост стоя измеряются с помощью ростомера или антропометра. Масса тела определяется взвешиванием на медицинских весах без обуви в спортивном костюме.

5 - гармоничное - учащихся 21

- 4 - гармоничное (-) – учащихся 8
- 3 - гармоничное (+) - учащихся 22
- 2 - дефицит массы - учащихся 6
- 1 - тучное - учащихся 2

Цифры выше или ниже пределов свидетельствуют либо о болезненном ожирении, либо истощении. В любом из этих случаев нужно показаться врачу. Для устранения негативных последствий неправильного питания учащихся были разработаны рекомендации выявленных нарушений.



Рекомендации:

Следить за своим весом;

Соотносить калорийность пищи и истраченные калории;

Принимать пищу в установленные часы, ничего не есть в промежутках между основными приёмами пищи.;

Обязательно завтракать (каша и кисломолочные продукты);

Необходимо употреблять в пищу свежие овощи и фрукты;

Не переедать перед сном;

Не есть до явного перенасыщения, когда в подложечной области возникает ощущение тяжести, а вид пищи и воспоминание о ней вызывает отвращение;

Не торопитесь во время еды, так как плохо прожёванная пища хуже усваивается, раздражает стенки пищевода, желудка, кишечника.

Не есть очень холодную или очень горячую пищу, частое охлаждение или обжигание слизистой пищевода и желудка способствует возникновению воспалительных процессов. Обязательно за обедом съедать первое блюдо.

Индекс Робинсона

Характеризует состояние регуляции сердечнососудистой системы. Артериальное давление измеряется у обследуемого в положении сидя, стандартной манжеткой. В случае регистрации повышенного АД необходимо измерить через 10-15 сек в положении лежа. ЧСС определяется пальпаторно (путем ощупывания) или аускультативно (путем прослушивания) в положении сидя. После чего проводится подсчет полученных данных.

5 - высокий -5

4 - выше среднего 18

3 - средний 16
2 - ниже среднего 16
1 – низкий -4



1 - 2 балла - нарушение регуляции сердечнососудистой системы. Группа риска по возникновению артериальной гипертензии, первичной артериальной гипотонии, синдрома ВСД, нарушений сердечного ритма.

Рекомендации: укрепление и совершенствование деятельности сердечнососудистой

системы, упражнения циклического и скоростно-силового характера. Дыхательные упражнения.

Индекс мощности Шаповаловой

Характеризует развитие силы, быстроты и скоростной выносливости. Обследуемый лежит на гимнастическом мате, ноги согнуты в коленях под углом 90°, руки за головой, локти разведены в стороны, касаются пола, стопы зафиксированы или удерживаются партнером. По команде «Марш!» выполняется подъем туловища, сгибаясь до касания локтями бедер и возвращаясь обратным движением в и.п. до касания пола лопатками, локтями, затылком, время выполнения упражнения 60 секунд.

1-2 балла – недостаточный уровень силы, быстроты, скоростной выносливости. Группа риска по возникновению сколиоза, нарушений осанки

Рекомендации - упражнения на развитие силы – с гантелями, с эспандером, с сопротивлением партнера, отжимание, упоры, упражнения на пресс. Упражнения на выносливость: ходьба, бег, лыжи, коньки, плавание, велосипед, тренажерные устройства.



Индекс Руфье

Характеризует выраженность реакции сердечнососудистой системы на стандартную физическую нагрузку. Проба выполняется следующим образом: в положении сидя у обследуемого подсчитывается пульс за 15 сек. (P1), затем обследуемый выполняет за 45 сек. 30 глубоких приседаний, руки вперед. После выполнения в положении сидя, подсчитывается пульс за первые 15 сек. отдыха (P2) после 45 сек. отдыха подсчитывается пульс (P3) за 15 сек. Оценка реакции сердечнососудистой системы на физическую нагрузку у детей осуществляется по модифицированной таблице



1-2 балла – недостаточный уровень адаптационных возможностей сердечнососудистой системы

Рекомендации - увеличение двигательной активности за счет упражнений циклического

характера на выносливость: бег, лыжи, коньки, плавание, велосипед. Упражнения на тренажерах и тренажерных устройствах.

Индекс (проба) Ромберга

Координационная функция нервной системы определяется с помощью Индекса (пробы) М.Е. Ромберга. Пробу Ромберга часто используют при определении функционального состояния вестибулярного анализатора. Ученик стоит так, чтобы ноги его были на одной линии, при этом

пятка одной ноги касается носка другой, глаза закрыты, руки вытянуты вперед, пальцы несколько разведены. Время устойчивости определяется к потере равновесия. Дрожание пальцев рук, покачивания, а тем более быстрая потеря равновесия указывают на нарушение координации и, исходя из этого, останавливается секундомер.



1-2 балла – явления нарушений координации

Рекомендованы упражнения – броски малого мяча о стену с последующей ловлей в максимальном темпе, упражнения на равновесие на ограниченной опоре, элементы спортивных игр с прыжками и поворотами, на координацию.

Проба Штанге-Генчи

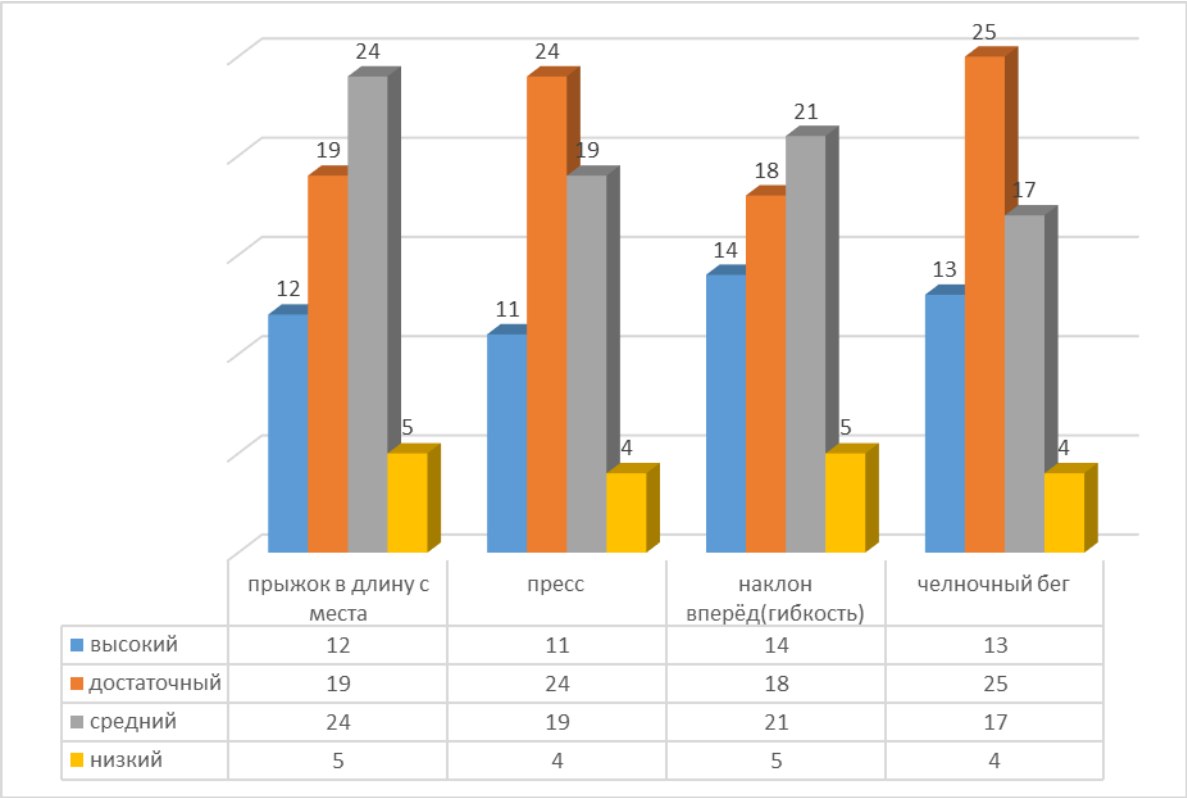
Заключается в выяснении продолжительности задержки дыхания в секундах. Во время задержки дыхания ноздри закрываются указательным и большим пальцами. Оценка пробы осуществляется путем сравнения со стандартными величинами сигнальных отклонений аналогично антропометрическому профилю.



1-2 балла – низкий уровень функциональных возможностей органов дыхания, снижение устойчивости организма к гипоксии

Рекомендованы общеразвивающие упражнения на дыхание, ходьба в среднем темпе, силовые упражнения на укрепление мышц спины, грудной клетки.

Количество учащихся	Сентябрь-октябрь 2024г	Уровни (кол – во баллов)				
		Высокий	Выше среднего	Средний	Ниже среднего	Низкий
		68	77	79	65	41
		21%	23%	24%	20%	12%
59		Средний балл 4,3				



**Стартовая сводная таблица 2024-2025 учебный год
мониторинга физической подготовленности обучающихся
(диагностические упражнения)**

Количество учащихся	Сентябрь-октябрь 2024г	Уровни (кол – во баллов)			
		Высокий	Достаточный	Средний	Низкий
		50	86	81	18
		21%	37%	34%	8%
Всего 59		Средний балл 3,7			

Результаты исследования диагностических упражнений свидетельствуют о том, что количество учащихся, имеющих низкий уровень физической подготовленности – 8%, достаточный – 37%, средний – 34%, высокий – 21%.

Анализируя показатели 1-11 классов можно сделать выводы, что развитие физических качеств таких как координация (челночный бег 4*9м/с); скоростно-силовая (прыжки в длину с места); гибкость (наклон вперед из положения сидя); силовая (подтягивание) находятся на достаточном и среднем уровне развития. Для определения причин отставания в развитии и построения коррекционной работы с обучающимися 1-11 классов, учителями физкультуры и медицинским работником, разрабатывается программа «Индивидуального маршрута обучающегося». На уроках физкультуры рекомендовано больше включать упражнений: на развитие силы – с гантелями, с эспандерами, с сопротивлением партнера, отжимание, пресс, упоры с разного исходного положения; на выносливость – длительная ходьба, бег, плавание, упражнения на тренажерах и тренажерных устройствах. броски малого мяча с последующей ловлей в максимальном темпе и т.д. На основании результатов экспресс оценки физического здоровья обучающихся необходимо сформировать базу данных о динамике уровня физического здоровья «Паспорт здоровья».

Выводы:

Оздоровительное влияние уроков физической культуры надо рассматривать в двух аспектах. Во-первых, это прямое воздействие физических нагрузок урока на организм ученика и во-вторых, обучение школьников самостоятельно заниматься физическими упражнениями во внеурочное время, так как урок и при большой моторной плотности не обеспечивает даже суточной потребности организма подростка в двигательной деятельности.

Для укрепления физического здоровья, повышения уровня общей физической подготовленности учащихся в методике урока необходимо отразить для обеспечения его оздоровительной направленности следующее:

- Физические упражнения должны оказывать разностороннее воздействие на организм, стимулировать деятельность всех его систем.
- Физические нагрузки должны быть оптимальны.
- Главное направление в развитии двигательных качеств должны быть: усиленное развитие скоростно-силовых качеств, быстроты реакций, умеренное развитие выносливости, гибкости.
- Необходимо учитывать половые особенности (с учетом возраста).
- Соблюдение в методике работы личностно-ориентированного подхода.
- При проведении прогулок и в режиме дня воспитателям разучивать с детьми новые подвижные игры и игровые ситуации с элементами футбола, бадминтона, городков, соблюдать двигательную активность детей.
- Важно обучать учащихся профилактике и исправлению нарушений осанки, плоскостопия, ожирения.

- Необходимо четко соблюдать ограничение в выборе упражнений и интенсивности нагрузок для учащихся специальной медицинской группы.

Анализируя эти показатели , можно сделать вывод:

Педагогический мониторинг — это систематический процесс оценки и анализа уровня физического здоровья и подготовленности учащихся. Он включает в себя сбор, обработку и интерпретацию данных о физическом состоянии учеников, их физических способностях, а также развитии различных физических качеств

Оценка текущего уровня физической подготовки: определение того, насколько успешно учащиеся справляются с физическими нагрузками и насколько они готовы выполнять задания на уроках физкультуры.

Индивидуализация тренировочного процесса: помощь в составлении персонализированных программ тренировок, учитывающих сильные и слабые стороны каждого ученика.

Выявление динамики изменений: отслеживание прогресса в физической подготовке с течением времени, что помогает преподавателю корректировать учебные планы и методики.

Формирование у учащихся мотивации: понимание их результатов и достижений может стимулировать студентов к дальнейшему развитию и улучшению физических показателей.

Общее состояние здоровья и профилактика рисков: мониторинг помогает выявить потенциальные проблемы со здоровьем у учащихся, которые могут быть связаны с недостаточной физической активностью или заболеваниями.

Заключение

Исследовательские компетенции играют важную роль в современном образовании. Развитие этих компетенций у учеников помогает им становиться самостоятельными и ответственными личностями, готовыми к решению сложных задач. Учитель, в свою очередь, должен выступать в роли наставника и проводника, помогая ученикам осваивать исследовательские методы и направляя их работу.

Таким образом, совместная работа учителя и ученика в процессе исследования является важной составляющей успешного образовательного процесса, который способствует всестороннему развитию личности ученика.