



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 35» ГОРОДА СМОЛЕНСКА,

МЕТОДИЧЕСКИЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

“Формирование функциональной
грамотности на уроках физической
культуры”

Составитель: Иванова Л.Л.,
учитель физической культуры

СМОЛЕНСК, 2020

Формирование функциональной грамотности на уроках физической культуры

Модернизация системы российского образования требует коренной перестройки физического воспитания. В настоящее время деятельность учителя физической культуры основана на решении следующих задач:

- формирование системы знаний о физической культуре и жизненно важных двигательных умений и навыков;
- развитие индивидуальных двигательных способностей и повышение уровня физической подготовленности учащихся;
- воспитание ценностных ориентаций на физическое совершенствование личности;
- формирование потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- развитие опыта межличностного общения.

Процесс вооружения обучающихся конкретными знаниями, умениями и навыками необходимо организовывать на каждом уроке так, чтобы он оказывал положительное влияние на развитие интеллектуальных и волевых качеств и последовательное формирование новых познавательных интересов, правильных взглядов, а в конечном счете и достаточно прочных убеждений в области двигательной деятельности.

В этих целях надо настойчиво активизировать мышление занимающихся, 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.

Как развивать функциональную грамотность на уроках физической культуры? Ведь наш предмет в корне отличается от других предметов школьной программы. Главная задача урока физкультуры – обеспечить максимальную двигательную активность детей в процессе занятия.

Но вместе с тем мы не должны забывать и о теоретических сведениях. С каждого урока учащиеся должны подчерпнуть знания, а не только 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, техника безопасности и т.д. Но нужно не только рассказывать все это детям, но и проверять усвоение ими этих знаний.

Как это сделать?

Попробуем представить направления деятельности в виде таблицы:

	ООП НОО	ООП ООО	ООП СОО
Читательская грамотность	Подготовка небольших сообщений по прочитанному тексту на тему «Спорт», «Физическая культура», «Основы здорового образа жизни»	Подготовка рефератов, сообщений, составление тестов по теоретическим темам программы, подготовка и реализация коллективных и индивидуальных проектов	Подготовка индивидуальных итоговых проектов
Естественно-научная грамотность	Обучение самонаблюдению (пульсометрия), понятие оптимальной физической нагрузки, понятие «Здоровый образ жизни», «Техника безопасности при занятиях спортом»	Самооценка состояния организма до и после урока, составление программы саморазвития, самоанализ образа жизни (питание, режим дня, физические нагрузки)	Осмысление роли стимуляторов в достижении спортивных результатов (вред или польза?). Обсуждение допинговых конфликтов.
Математическая грамотность	Хронометраж различных этапов, распределение физических упражнений по времени, подсчет баллов в соревнованиях	Обоснование распределения видов деятельности на уроках физической культуры и во время тренировок	Расчет процентного соотношения видов деятельности при проведении внеурочных мероприятий по физической культуре в рамках индивидуального итогового проекта
Финансовая грамотность	Анализ стоимости спортивной формы	Анализ затрат семьи на организацию спортивных	Экономическое обоснование индивидуального итогового

	(относимся к вещам аккуратно)	занятий. Как избежать неразумных трат?	проекта по физической культуре.
Креативное мышление	Придумывание подвижных игр, проведение игр	Участие в конкурсах, олимпиадах, подготовка и проведение спортивных внеурочных мероприятий для младших классов	Подготовка и реализация индивидуальных итоговых проектов, презентация их обучающимся школы и окружающим
Глобальные компетенции	Побуждение к эффективной коммуникации в групповой деятельности (командные формы работы, соревнования, игры). «Примерка» различных социальных ролей (игрок, судья, тренер, болельщик)		

Рассмотрим возможности различных этапов урока:

Орг.момент	Построение, рапорт (глобальные компетенции)
Оценка физического состояния	Опрос, пульсометрия (естественно-научные компетенции)
Разминка	Выяснив тему занятия, можно предложить обучающимся спрогнозировать, на какие группы мышц необходимо провести разминку, какие упражнения этому способствуют. К организации разминки можно привлекать подготовленных обучающихся
Основная часть	Обучение спортивным движениям, способам действий сопровождается само- и взаимонаблюдением, само- и взаимооценкой. Возможно присвоение ролей некоторым группам обучающихся, например, освобожденным (судья, тренер). Обязательно обсуждается вопрос, чем в жизни помогает освоение данного движения, приема и пр.
	В игровой деятельности, если она правильно организована, формирование функциональной грамотности происходит особенно эффективно (распределение ролей, этичное поведение в конфликтной ситуации, судейство, постоянная смена ролей и пр.)
Снятие физического и эмоционального напряжения. Рефлексия.	Организация дыхательных упражнений силами обучающихся. Оценка своего состояния в конце урока (пульсометрия, эмоциональное состояние, обучение спокойно переживать неудачу, при необходимости, анализировать ее причины, проявлять радость от победы в культурной форме)

Участие с детьми в различных интернет конкурсах, олимпиадах развивает креативность школьников, формирует интерес к различным аспектам спортивной деятельности.

При проведении теоретических уроков надо максимально использовать карточки с вопросами, тесты, ребусы, кроссворды, загадки, головоломки, задания с выбором ответа, а так же открытые задания, где учащийся сам вписывает ответ и т.п.

Такие задания активизируют мыслительные процессы, тренируют память, развивают умение анализировать, сопоставлять, логически мыслить.

Задание 1.

Частота сердечных сокращений (ЧСС).

ЧСС – один из важнейших показателей состояния сердечно-сосудистой системы, который можно использовать для самостоятельного контроля. Частота пульса измеряется в количестве ударов в минуту.

Нормы ЧСС по возрастам

Новорождённые от 0 до 3 мес.	Младенцы от 3 до 6 мес	Младенцы от 6 до 12 мес	Дети от 1 года до 10 лет	Дети старше 10 лет и взрослые, включая пожилых	Хорошо тренированные взрослые спортсмены
100—150	90—120	80—120	70—130	60—100	40—60

Выполнение любых физических упражнений повышает ЧСС. Чем физическая нагрузка больше, тем пульс чаще.

Вопрос № 1

При легкой физической нагрузке пульс достигает 100-120 уд./мин, во время средней – 130-150 уд./мин, при высокой – 160-190 уд./мин. Какие физические нагрузки можно отнести к наиболее интенсивным?

- А. Ходьба
- В. Прогулка на велосипеде
- С. Бег по пересеченной местности

Вопрос № 2

Отметь на рисунке места, где можно нащупать пульс

Вопрос № 3

Пульс подсчитывают обычно за 10-секундный интервал, используя секундомер. На какое число нужно умножить полученный показатель, чтобы получить значение ЧСС за 1 минуту?

A. на 10

B. на 15

C. на 6

D. на 9

Еще одной интересной формой организации урока физической культуры является квест. Квест организуется по этапам, сочетающим теоретические и практические задания. Например, проводился квест, посвященный игре в баскетбол. Квест содержал 4 этапа: два практических (забросить мяч в кольцо, провести мяч мимо препятствий) и два теоретических (тест по истории баскетбола и кроссворд, продолжающий эту тему). Класс делится на 4 команды, получает путевые карты и проходит все этапы квеста. В конце урока подводится итог и определяется победитель по сумме баллов. Правда есть одно ограничение: один учитель такой квест не проведет. Привлекаются волонтеры-старшеклассники или другие учителя.



Фото автора

Активно проводят квесты по различным видам спорта десятиклассники в рамках выполнения индивидуальных итоговых проектов в ходе дней самоуправления или внеурочной деятельности.

Темами индивидуальных итоговых проектов были и самостоятельные работы десятиклассников, связанные с их увлечениями:

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 35" ГОРОДА СМОЛЕНСКА

СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 35
214000, г. Смоленск, ул. Петра Алексеева, д. 20
8 (4812) 55-03-75

ВЕДУЩЕЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОССИИ - 2015

ГЛАВНАЯ РАСПИСАНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫЙ ВЕСТНИК КАЛЕЙДОСКОП СОБЫТИЙ ГОСТЕВАЯ КНИГА КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

НОШ. РАБОТА С ОДАРЕННЫМИ ДЕТЬМИ

ИНФОРМАЦИЯ

Проектные работы, созданные обучающимися

Ф. И. автора	год создания	Название работы	веб-адрес
Ерофеевко В.	2017	Альбом ""Слово о Полку Игореве" в произведениях искусства"	https://region67.region-systems.ru/DocumentsViewer.aspx?IdBase=2&IdMod=3&Id=188405
Мамедова А.	2019	Видеоролик "Особенности спортивной экипировки"	https://youtu.be/HxKsd5DhJ4k
Причина Д.	2019	Видеоролик "Хоккей изнутри"	https://youtu.be/zumhS0PUdhY
Левченко Ю.	2019	Видеоинструкция по использованию графического редактора PaintTool SAI	https://youtu.be/Q8VVdnKHwFs
Жилин К.	2020	Хочешь узнать о баскетболе? Заходи на сайт!	https://basketball35.ucoz.net
Петров А.	2020	Свято-Преображенский монастырь Авраамиевского монастыря	https://www.youtube.com/watch?v=PqNZnY6DBSs



Российские и советские чемпионы мира по шахматам

Составитель: Гамбург А. А.

- Видеоролик «Особенности спортивной экипировки» используется учителями физической культуры при проведении уроков и в ходе организации дистанционного обучения.

- Брошюры «Советские и российские чемпионы мира по шахматам», «Баскетбол как вид спорта».

- Видеоролик «Плавание как вид спорта в Смоленске» содержит видеосъемку автора процесса тренировки в бассейна над водой и под водой.



Плавание как вид спорта в Смоленске

- Видеоролик «Хоккей изнутри» снят про секцию хоккея в Ледовом дворце на ул. 25 сентября, содержит интервью с тренером и видеосъемку тренировки автора ролика (видеокамера прикреплена на шлеме спортсмена)



хоккей 1

Именно работа над индивидуальным итоговым проектом позволяет ученику аккумулировать все полученные навыки в сфере функциональной грамотности, проявить их при подготовке индивидуального итогового проекта и публичной его защите.