

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»
городского округа ЗАТО город Фокино

ТЕМА: Как увлечь физической культурой

Подготовила
тренер-преподаватель
по художественной гимнастике
Пестерева Наталья Алексеевна

2014г.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|-------|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 3 |
| ГЛАВА I. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ | 4-5 |
| ГЛАВА II. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ УЧИТЕЛЯ С УЧЕНИКАМИ | 6-11 |
| ГЛАВА III. КОДЕКС ЧЕСТИ УЧИТЕЛЯ И ТРЕНЕРА | 12-17 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... | 18 |
| СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ | 19 |

ВВЕДЕНИЕ

Сначала стань совершенным сам,
а потом можешь учить.
Шри Чайтанья

Реформа школы требует улучшения физического воспитания, органичного соединения его с общим образованием учащихся. Значительное же повышение физической активности школьников невозможно без увлеченности их физической культурой.

Но как увлечь школьника физической культурой? В музыкальном воспитании сделано так: учитель прежде, чем приступить к музыкальной технике, должен увлечь ребенка музыкой. И учебная программа предлагает средства для этого. В программах по другим предметам такого нет. Поэтому пока главное условие успешного физического воспитания – сам учитель. Программные требования и методические разработки, как бы они ни были совершенны, сами по себе не «производят» педагогический процесс. Независимо от качества учебной программы один педагог обеспечит устойчивую мотивацию к занятиям, а другой разрушит и ту, что была. Недаром учителя физической культуры нередко говорят: «Я работаю по-своему». К учительскому искусству, не меньше, чем к изобразительному или сценическому, относится точный ответ известного французского живописца П.-О. Ренуара. Его спросили: «Мэтр, что важнее в искусстве – «как» или «что»? Ренуар ответил: «Важно – кто».

Однако бывает, что учитель и хочет сделать так, чтобы ученики «заболели» физической культурой, но не получается. Можно назвать много доступных учителю резервов повышения увлеченности его учеников. Мы же предлагаем учителю в первую очередь обратиться к его собственным понятиям и представлениям, отнестись к ним как к важнейшему инструменту в своей работе, приводящему в систему все известные резервы, условия, приемы и средства работы.

ГЛАВА I. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Успешность работы учителя физической культуры зависит от уровня профессионализма. По мнению А.К. Марковой, профессионал – это специалист, овладевший высокими уровнями профессиональной деятельности, сознательно изменяющий и развивающий себя в ходе осуществления труда, вносящий свой индивидуальный творческий вклад в профессию, нашедший свое индивидуальное предназначение, стимулирующий в обществе интерес к результатам своей профессиональной деятельности и повышающий престиж своей профессии в обществе.

Исследования и опыт показывают, что успешность работы учителя зависит не только от оснащенности педагогическими приемами, но и от уместности и своевременности их применения, а следовательно, от умелой ориентировки учителя в самом существе учебно-воспитательного процесса.

Когда учитель, например, ориентируется в основном на понятия «моторная плотность», «работоспособность», «физические качества» и т.п., то и «видит» ученика лишь как «тело», «организм», «движение». Эти учителя, возможно, сами того не желая, сводят физическое воспитание к формуле «физические результаты с помощью физических упражнений». При такой работе задача увлечь ученика физической культурой даже ставиться не может.

Если учитель умеет сделать для себя ведущими понятия «задачи», «цели», «состояния» и т.п., то это уже более полное «видение» ученика и включение его в процесс самосовершенствования, т.е. психологически более грамотная работа педагога.

А вот еще одна категория учителей. Они работают, не ограничиваясь только движениями и действиями учеников. Они умеют строить урок по законам высокого искусства, вносят в урок красоту, праздничность, одухотворенность. Учителя этой категории – художники. Они организуют

урок так, что для ученика (и для учителя) он становится источником радости, вдохновения, источником духовного роста. Только тогда ученик наиболее полно включается в учебный процесс.

Конечно в «чистом» виде, описанных нами категорий учителей не бывает, но такое сравнение помогает понять, что учитель может «не дотягивать» в своем «видении» до личностной включенности ученика, обращаясь больше к телесности, движению.

Например, стоит стать очевидцем дня бега в любой, обычной школе. Начальные классы соревнуются яростно, самозабвенно. Средние уже «расслаиваются», кто-то стесняется своего внешнего вида, освобожденные иронизируют над проявляющими особое рвение. Старшие или бегут, как на параде, группой, или «манкируют» всем классом. В полную силу бегут обычно только занимающиеся в спортивных секциях.

Обращение к личности ученика, учет его психологических характеристик, знание возрастных особенностей позволяет педагогу вовремя «сменить пластинку», привести организацию воспитательного процесса в соответствие.

Однако одного стремления работать с учениками на личностном уровне и даже знания возрастных особенностей формирующейся личности еще недостаточно, чтобы все задуманное получилось.

ГЛАВА II. ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ УЧИТЕЛЯ С УЧЕНИКАМИ

Современный учитель понимает, что педагогический процесс важно рассматривать не как две деятельности – учителя (обучающего) и ученика (обучаемого), а как деятельность совместную, как взаимодействие учителя с учениками, учителя с классом.

Увлеченность и включенность учащихся в процесс физического совершенствования не возникают в условиях простого исполнительства. Ученик, относящийся к учителю, только как к задающему и контролирующему работу, очень часто может отлынивать от урока, от полученных заданий.

Поэтому педагог должен специально, осмысленно строить стратегию и способы взаимодействия с классом.

Вся история школьной педагогики свидетельствует, что одним из основных противоречий школы всегда было противоречие между необходимостью установления дисциплины в классе, подчинения всех учеников единым требованиям и необходимостью полного раскрытия творческих сил каждого ученика.

Как быть в реальной работе? Учителю постоянно приходится сталкиваться с проблемой выбора именно между противоположными установками: на самостоятельность и контроль, творчество и исполнительность, критику и поощрение, подтягивание слабых сторон ученика и усиление сильных, гибкость в поведении и обязательность, общее и индивидуальное и т.д.

Как же примирить эти полюса? Опыт работы показывает, что неэффективно искать «золотую середину» или пытаться соединить два полюса в нечто третье. Выход представляется только в своевременном чередовании полюсов. Поэтому мы рекомендуем учителю внести в свою работу четкий педагогический ритм: своевременно чередовать названные противоположные установки, не «застревая» в какой-либо из них.

Рассматривая взаимодействие учителя с классом учитель обязан владеть обеими полярными формами взаимодействия с классом – четкой нормировкой и свободой действий. Одна должна быть направлена на создание базовых условий школьного процесса: установление дисциплины, контакта, внимания, привитие обязательных навыков. Другая – на создание непосредственных условий для полного раскрытия творческих сил, для совместного развития учеников и учителя.

Выделяют 7 уровней взаимодействия педагога с учениками:

1. Установление общей дисциплины («внешней»), порядка, контакта. Задача – обеспечить такой порядок в классе, который позволял бы осуществлять учебный процесс.

2. Обучение движениям. Задача – обучить всех учеников физическим упражнениям.

3. Совершенствование движений. Задача – добиться наиболее эффективного, результативного выполнения физических упражнений в соответствии с индивидуальными особенностями (подтягивая отстающие стороны подготовленности и т.п.).

4. Контроль – как обратная связь учеников с учителем. Задача – помочь ученикам овладеть контролем за результативностью выполнения физических упражнений.

5. Игра учеников вместе с учителем. Задача – ввести учеников в реальность игры, в действия без внешнего руководства, только по правилам самой игры; а по отношению учителя к самому себе – не руководить учениками, быть с ними на равных в момент игры.

6. Сотрудничество учителя и учеников в постановке целей каждого ученика. Задача – помочь ученику в постановке индивидуальных целей на занятиях физическими упражнениями.

7. Реализация творческих возможностей учеников и учителя. Задача – способствовать раскрытию творческих потенций в области физического совершенствования.

Рассмотрим более подробно выделенные уровни, а затем покажем пути освоения учителем такой организации взаимодействия с учащимися.

Дисциплина. В установлении дисциплины учитель физической культуры имеет преимущества перед другими учителями: зал, когда он в образцовом порядке, манит школьников; построение можно организовать в любой момент урока; легко осуществляется разбивка на удобные для урока группы; особая форма одежды и обуви способствует организованности. Однако не менее важно внутреннее состояние учителя.

Но, пожалуй, важнее эмоциональный контакт учителя с классом. Помнит ли учитель свое детство (не события, а переживания тех лет)? Может ли он из повседневного сделать тайну, праздник, загадку? Положительный настрой у учеников создается, если учитель делает акцент на положительном в действиях ученика, дает каждому возможность из любой ситуации «выйти с почетом».

А вот еще несколько советов учителю: обязательно учитывать различия темпераментов – своего и учеников; проявлять терпимость, способность выждать, отложить свое решение; быть спокойным (волнение искажает образ действительности), не выговаривать ученикам, а дать им почувствовать их промахи; не делать сразу выводы, а предоставить ребятам возможность решить возникшую проблему самим; начав требовать, найти способ довести это требование до конца; работать без мелочности, с юмором; в заключительной части урока использовать игры, танцы, музыкальное сопровождение.

Сюда же относятся и такие важнейшие факторы воздействия на ученика, как тон, интонация, изобретательность в приучении, в выработке навыков дисциплины.

Обучение. Для лучшего постижения этого уровня можно найти много всевозможных рекомендаций, разработок, пособий. Но учителя (особенно начинающие) отмечают, что как много форм и средств обучения, так много и трудностей. Основные из них состоят в выборе средств и методов для

конкретной ситуации (класс, его подготовленность, время занятий, другие условия).

В освоении движений особенно важны воображение, ощущения, «специальные чувства» (чувства снаряда, партнера и др.), внутренний образ движения, изобретение ключевых образов, внешних ориентиров. Схватывание движений обычно идет в парах, когда один из учеников (поочередно) играет роль учителя.

Самому же учителю чрезвычайно важно постоянно повышать свой уровень педагогического мышления, развивать творчество, которое явится залогом и творчества учащихся.

Совершенствование. Учителя охотно используют эту форму взаимодействия. Здесь в отличие от обучения, важен сам переход от деталей движения к самому движению и образу движения в целом, от технике к тактике ее применения.

Необходимо использовать сильные стороны подготовленности ученика, будить его воображение, чтобы он сам находил нужное для него, свое, неповторимое, умел осуществлять самооценку. Не следует делать замечания «в лоб», лучше дождаться удачного момента, чтобы не закреплять ошибки.

Здесь более активная роль отводится ученику – достичь совершенства, искать свои особые, индивидуальные пути к успеху.

Контроль. Контроль хорошо отработан в физической культуре (фронтальный, групповой, индивидуальный, с оценкой, без нее, сдача нормативов, соревнования и др.). Но в данном случае контроль означает обратную связь учителя с учениками. Контроль, понимаемый как взаимодействие. Чтобы по результатам сделанного ученики и учитель могли судить о своей работе, искать способы к ее улучшению. Контрольное задание дается не для оценки, а для того, чтобы ученик узнал свои возможности, понял, чем и как он может проверить себя, свое продвижение вперед. Контроль передается в руки ученика.

Учитель знает, что дело не столько в абсолютных результатах, сколько в сдвигах результатов.

Самооценка должна занимать более важное место, чем бальная оценка педагога. Оценка выполнения упражнений самими учениками – один из основных педагогических приемов.

Мотивируя выставленные учениками отметки, необходимо придавать им деловой и заинтересованный характер, указывать ученику, над чем ему стоит поработать, чтобы заслужить более высокую оценку. Умение осознанно оценивать свою деятельность с точки зрения другого человека – важный резерв нравственного развития, подготовка к более высоким уровням взаимодействия между педагогом и учащимися.

Игра. Программный материал по физической культуре содержит подвижные и спортивные игры, дает возможность применять игровые методы подготовки.

Игра под руководством учителя должна переходить в игру «на равных». Совместная игра – это, прежде всего, совместная подготовка к ней. При этом могут быть использованы любые приемлемые приемы. Важны игровое взаимодействие по типу игры, а не сама по себе игра. (Подвижные игры в этом смысле – просто хороший материал для формирования новых отношений).

Сотрудничество. Необходимо практиковать свободный выбор заданий, при этом может быть выбор заданий, при этом может быть выбор из предложенного учителем разнообразного набора упражнений. Крайне важно планировать вместе с учениками личные достижения, устраивать совместный разбор выигрышей и проигрышей.

Реализация. Здесь стоит задача – сделать физическую культуру источником бесконечного развития и учеников и учителя. Общение на уроке сливается с общением вне его – в туристических походах, на соревнованиях, в быту. Ученик становится источником развития учителя, учитель готов учиться у своих лучших учеников.

Профессионально значимые качества личности учителя – это комплекс социально востребованных качеств и способностей личности, позволяющих эффективно реализовывать современные образовательные цели. Профессиональное мастерство учителя физической культуры зависит от наличия у него определенных качеств личности и способностей к педагогической деятельности. Учитель должен обладать целым комплексом нравственных качеств: гуманизмом, вежливостью, честностью, требовательностью, оптимизмом и т. д., так как нравственное воспитание учащихся должно базироваться не только на словесной форме воздействия на них, но прежде всего на личном примере.

ГЛАВА III. КОДЕКС ЧЕСТИ ТРЕНЕРА

Известно, что детский тренер это не только профессия специалиста, но и его личность, образ жизни, взаимоотношения с окружающими людьми. Считается, что специалист с высшим физкультурным образованием разносторонне подготовлен к практической работе. Так случается не всегда, многие специалисты, сталкиваясь с реальностью тренерской деятельности, разочаровываются и забывают о том, что должны непрерывно работать над собой (личностными качествами, поступками, поведением).

Качества тренера

- Способность создавать самого себя и направлять учеников к самостоятельности.
- Высокая профессиональная компетентность, личное обаяние, коммуникабельность, честность и великая ответственность перед учениками, требовательность к себе и другим, искренняя радость за успехи спортсменов.
- Широкий взгляд, проницательность, предвидение ситуаций, интуиция, хорошее здоровье и физическая сила, интеллигентность и высокий уровень культуры.
- Дружелюбие, справедливость, великодушие, готовность к контакту, доверие и поддержка, жизнерадостность и улыбчивая доброта – стиль поведения.
- Смелость, решительность, выдержка и великое терпение, инициативность, настойчивость, целеустремленность в работе и способность рисковать в деле, наличие собственной стратегии в спортивной подготовке, умение максимально использовать возможности каждого ученика.
- Умение говорить, разговаривать, слушать, свободно и четко ставить задачи перед спортсменами, объединить группу общностью интересов, быть беспристрастным и принципиальным.

- Желание постоянно учиться, совершенствоваться.
- Понимание того, что разработка методических предложений, текстов, рекомендаций для учеников – прямая обязанность тренера-профессионала.
- Наставник не читает проповеди своим ученикам, а всегда стремится направить их собственный разум через просвещение, созерцание, анализ и действия на путь прозрения, очищения и различных умений в созерцании.

Действия в конфликтах

- Тренеру всегда нужна индивидуальная психическая свобода Учителя от реакций его собственных Я и объективность к оценке предложений от лично неприятных ему людей.
- Никогда не нужно поддерживать конфликты, затевать их, принимать навязываемую роль конфликтующего. Истина рождается не в споре, а в совместном поиске, творческом общении и взаимном содействии.
- Тренер обязан гасить в зародыше разрушающие конфликты, используя чутье, интуицию, такт, жизненный опыт и профессиональный знания.
- Критика всегда раздражает, а потому и разрушительна по своему воздействию – здесь предпочтительнее конструктивные по сути предложения, положительные решения и мнения.
- Добрые мысли, поступки, слова, действия защищают человека и вдохновляют в его деятельности.
- Требуя выполнения требований кодекса чести тренера от других специалистов, проверь, выполняешь ли их сам.

Отношения с коллегами

- Работа каждого тренера и его коллег в спортивной школе – высокоорганизованное производство, которое требует энтузиазма, творчества, порядочности, чести в отношении к людям и своему делу.

- Сотрудничество, взаимодействие, доброжелательность коллег умножают результаты трудов каждого из них.

- Умение радоваться за успехи коллег и помогать друг другу – высшая этика педагога в школе спорта.

- Содействие развитию творческого потенциала всего состава тренеров в единстве школы.

- Умение высказать свою точку зрения спортсмену и его тренеру.

- Благодарить людей за участие и попытки высказать свое мнение и предложения, за проявление безразличия к успеху твоей группы.

Информационная гигиена

- Мудрость тренера – умение различать добро и зло и поступать по созидательному добру. Избегайте вредных мыслей, речи, действий.

- Сомнительные источники информации, пересуды, сплетни и их трансформации вредны прежде всего тренеру и общему делу школы.

- Тренер не имеет морального права распространять негативную информацию о людях, их отношениях, событиях, давать свои отрицательные оценки другим вслух и письменно.

- Не делай замечаний спортсменам в присутствии посторонних людей.

- Никогда не повышай голос на спортсмена.

- Не повторяй ни публично, ни один на один свои замечания тому, кто их уже исправил.

- Хороший тренер делает свои замечания и советы по мере обнаружения резервов, плохой же копит их для публичного разноса.

Развитие творчества тренеров

- Предусмотрительно и решительно оперировать знаниями и профессиональной интуицией в создании новых технологий спортивной подготовки индивидуально для каждого ученика.

- Смело идти на решение любой задачи, инициативно и предприимчиво, нельзя поддаваться инерции прошлого опыта и условий

жизни. Сила творчества приходит через образование, раскованность воображения, интуицию.

- Верить в осуществимость фантастических идей – быть всю жизнь в дороге поиска, в пути совершенствования.

- Внимательно относиться к «бесполезным» предложениям, ибо отвергнутое сейчас лишит возможности получать полезные предложения в дальнейшем. При отклонении предложений важны тактичность и вежливость, но это не должно менять существа решения.

- Не стоит быть ортодоксом любых идей, веяний, течений, догм. Более значима вера в практику – это секрет настоящего успеха на духовном и деятельном уровне.

- Тренер, он же духовный учитель, обладает только положительным биополем, энергетический вампиризм недопустим.

- Творческая деятельность тренера, работающего по призванию, лучше образует и формирует личность человека-спортсмена.

Отношение тренера к спортсменам

- Тренер должен быть интересным человеком для учеников, образцом поведения, действий, энтузиастом с философией жизни и спорта.

- Помни, что ошибка – это резервы развития каждого человека. Потому ищите совместно необходимые резервы и способы их развития вместо копания «в помойке ошибок».

- Убеждая, не пользуйся властью, пока не исчерпал остальные средства.

- Всегда благодари учеников за хорошее выступление на соревнованиях и воспитывай у них чувство благодарности созидательным людям.

- Учти, что все спортсмены желают, чтобы у их тренера было чувство юмора, артистизм, личное обаяние и энтузиазм.

- Команда спортсменов не работает успешно, если в ней создана атмосфера незаменимости тренера. Людей больше всего разлагает предписывание всех заслуг одному лицу, спортсмену или тренеру.

- Высшая форма неуважения к спортсменам – задержка начала тренировки из-за опоздания или неподготовленности тренера.

- Начиная работу со спортсменами, сообщи им свои принципы работы с самого начала.

- Тренер – начальник лишь на тренировках и соревнованиях, в остальное время только старший, знающий жизнь, добрый человек.

- Умение сочетать гуманность с требовательностью – предпосылка здорового, нормального климата в своей группе.

- Тренеру требуется максимальная, спокойная работа с семьями, друзьями своих учеников, со всей их жизнью в целом, включая туда и самого себя, как Учителя.

- Умение отказаться от своего неверного решения важнее ложного престижа.

- Спортсменам нужна максимальная свобода для достижения реально намеченных целей и развития самостоятельности.

- Уверенность тренера в успехе – уверенность всех его учеников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Идя на урок, учителю необходимо владеть достаточным арсеналом педагогической техники, обеспечивающей взаимодействие с детьми, а оно на каждом фрагменте урока строится по присущей только данному моменту системе общения. Ее-то и должен найти и организовать учитель.

Но, пожалуй, чаще всего учителю необходимо улыбаться. Улыбка учителя, когда он входит в класс, говорит о том, что встреча с учащимися приятна для него; улыбка создает общий благоприятный психологический настрой детей, а значит, располагает их к учителю, вызывает стремление к работе, причем не только по его указаниям, но и самостоятельно, призвав к себе на помощь ранее полученные знания и умения. Ведь главная задача учителя – привить своим воспитанникам умение учиться.

В заключение хочется привести слова М.И. Калинина «Почему же я поставил физкультуру на одну линию с русским языком и математикой? Почему я считаю ее одним из основных предметов обучения и воспитания? В первую очередь потому, что я хочу, чтобы все были здоровыми гражданами... Какое же может быть счастье без хорошего, крепкого здоровья? Мы должны готовить себе здоровую смену – здоровых мужчин и здоровых женщин...».

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Акмеология физической культуры и спорта: Учебное пособие /О.Л.Жукова, Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. 122 с.
2. Калюжный А.А. Технология построения имиджа учителя.//Имидж №5 Гуманитарное образование в школе: теория и практика.
3. <http://awqust.com/>
4. <http://www.rosdiplom.ru/>