

Тема: Планирование процесса физического воспитания

План:

Введение – планирование в педагогической деятельности специалистов.

1. Общие требования, предъявляемые к планированию.
2. Исходные данные и направления планирования процесса физического воспитания.
3. Виды, формы и методика планирования.
4. Документы планирования в школе.

Педагогическое мастерство – это целостная многогранная деятельность педагогов, направленная на получение конечных результатов обучения и воспитания занимающихся. Оно основано на единстве знаний и высокоразвитых умений.

Современная педагогическая наука в соответствии с основными направлениями педагогической деятельности выделяет 5 групп педагогических умений: проектировочные, конструктивные, организаторские, коммуникативные и гностические.

Проектировочные умения – это умение планировать, определять цель и задачи. Конструктивные умения педагога – это умение моделировать, подбирать средства и методы. Они направлены на творческую переработку программного материала с учетом индивидуально-психологических особенностей занимающихся.

Организаторские умения направлены на мобилизацию, координацию и взаимосвязь действий обучаемых в ходе учебно-тренировочного процесса.

Организаторская деятельность – это практическая реализация проектировочной деятельности.

Коммуникативные умения характеризуют отношения между преподавателем и занимающимися. Обязательным условием высокой контактности между преподавателем и занимающимися является педагогический такт.

Гностические умения преподавателя - это познавательные умения процесса физического воспитания, умения провести анализ своей деятельности и деятельности занимающихся.

Все педагогические умения преподавателя-тренера проявляются в его деятельности в диалектическом единстве. Конструктивные же умения являются основой, базой его педагогической деятельности. Наиболее высоких результатов достигают те специалисты физической культуры, которые вдумчиво подходят к планированию и конструированию своей деятельности.

Планирование процесса физического воспитания и учебно-тренировочного процесса позволяет смотреть вперед, определять не только цели, но и конкретные задачи на определенные отрезки времени, а следовательно, выбирать наиболее целесообразные средства, методы, организационные формы, а также материально-техническое обеспечение занятий.

В любой планомерной деятельности можно условно выделить 3 части: планирование – реализация запланированного – контроль. Это разделение условно, т.к. в практике все эти операции взаимосвязаны и как бы переходят друг в друга.

Планирование в области ФВ имеет свои особенности, т.к. прежде всего оно направлено на обучение двигательным действиям, содействует физическому развитию занимающихся наряду с решением воспитательных задач. Знание объективных закономерностей физического воспитания, соблюдение отражающих их принципов и научно-методических положений - необходимое условие педагогического планирования.

1. Общие требования, предъявляемые к планированию

При разработке конкретных документов планирования следует придерживаться ряда требований: конкретности, реальности, систематичности, гибкости, всесторонности.

Конкретность планирования заключается в четком определении этапа обучения, детализации задач и в соответствии этим задачам подобранных средств. Из большого числа физических упражнений следует выбирать наиболее универсальные или, наоборот, избирательные, обеспечивающие максимальный педагогический эффект. Степень конкретности планирования во многом зависит от длительности этапа, на который оно рассчитано. Достаточно конкретно можно планировать процесс физического воспитания на короткий срок.

Реальность (осуществимость) заключается в действительной возможности успешного выполнения планируемого при существующем уровне материально-технической оснащенности, бюджете времени. Реальность планирования тесно связана и с индивидуализацией процесса физического воспитания (учет индивидуальных возможностей занимающихся) и с соблюдением принципа доступности.

Систематичность (непрерывность) предусматривает планирование по циклам и обеспечивает преемственность в учебно-воспитательной работе. План на определенный цикл (четверть, год или период при занятиях спортом) должен опираться на предыдущие циклы и готовить к последующим. Тем самым действия педагога тесно взаимосвязаны на всех этапах процесса ФВ. Систематичность планирования позволяет реализовать на практике дидактический принцип систематичности в физическом воспитании.

Гибкость (подвижность) планирования предполагает учет возможных изменений в условиях педагогического процесса и введение резервных допусков в плановые документы (может появиться новый спортивный зал, новые методики, дополнительное время). То есть, гибкость планирования предусматривает возможность варьирования задач, средств и методов при непредвиденных обстоятельствах. Разрабатываемый план и практически осуществляемый процесс ФВ реально не могут полностью совпадать. Несовпадение плана и полученных результатов может быть обусловлено тем, что:

- закономерности ФВ носят не однозначный, а вероятностный характер (т.е. они не переносятся механически, эти тенденции обладают вариативностью в зависимости от конкретных условий);
- наши Знания об этих закономерностях не являются исчерпывающими;
- реальные жизненные ситуации, влияющие на ход ФВ, вариативны и подвижны.

Гибкость планирования заключается в регулярной корректировке плана и процесса его реализации с учетом полученных контрольных данных. В практике это получило название "Принцип перманентного планирования и контроля".

Всесторонность (комплексность) планирования предусматривает необходимость руководства общими принципами физического воспитания (системообразующими). В процессе планирования следует создавать благоприятные предпосылки для реализации принципов всестороннего и гармонического развития личности, связи с трудовой и военной практикой, оздоровительной направленности физического воспитания. То есть необходимо планировать не только образовательные, но также воспитательные и оздоровительные задачи. Каждый педагог должен организовать целостный воспитательный процесс и планировать общевоспитательную работу.

В системе ФВ населения можно выделить ряд уровней планирования: *федеральное* (государственные комитеты, отделы министерств и ведомств и др.), *региональное* (краевые и областные органы и учреждения) и муниципальное (городские и районные структуры).

Ведущая роль в планировании процесса ФВ принадлежит педагогу-тренеру, непосредственно осуществляющему этот процесс. Специалист, планируя, должен руководствоваться общеметодическими и специфическими принципами ФВ, соблюдать требования, предъявляемые к планированию.

2. Исходные данные и направления педагогического планирования процесса физического воспитания

Приступая к планированию, необходимо предварительно получить и проанализировать определенные исходные данные.

Необходимые данные планирования: общие **отправные положения и установки** (ОПиУ), прикладные данные, конкретно-предпосылочные данные.

Общие ОПиУ включают директивные указания, нормативные требования и типовые программы для различного контингента населения. Они представляют целевые и рубежные установки, указывают основные **рекомендационные средства**, а типовые программы содержат также рекомендуемые объемы и организационные формы двигательной активности. Их необходимо адаптировать к условиям предстоящей деятельности и особенностям занимающихся.

Важнейшими отправными предпосылками и направляющей **основой планирования являются:**

- научно установленные закономерности процесса ФВ;
- результаты практического опыта работы.

Прикладные данные – динамика возрастных изменений физического и общего развития. Они позволяют определить примерные сроки освоения нормативов и спортивных разрядов, наиболее целесообразные физические упражнения, соотношения нагрузки и отдыха.

Конкретно предпосылочные данные. Необходимые данные о конкретном состоянии занимающихся и степени их физической подготовленности получают 3-мя путями:

- 1) тестированием по официальным нормативам, исходным контрольным упражнениям (ПТУ, Вузы);
- 2) по показателям врачебно-физкультурного обследования;
- 3) по физкультурно-анамнестическим сведениям (дает представление о ранее пройденных этапах физического воспитания).

Целесообразно также знать мотивационные установки обучаемых, их индивидуальные особенности.

К конкретным исходным данным планирования процесса физического воспитания относятся:

- данные о бюджете времени (на основные и дополнительные формы занятий ФУ);
- данные о внешних факторах, существенно влияющих на выполнение плана (календарь соревнований или сроки зачетных нормативов, характер основной производственной или учебной деятельности, данные материально-технического обеспечения).

Основными аспектами предметно-конструктивного планирования процесса ФВ являются:

- планирование результирующих показателей;
- планирование материала занятия и связанных с ними нагрузок;
- планирование методических подходов и общего порядка построения занятий.

Планирование результирующих показателей предусматривает планирование конкретных итоговых и текущих показателей, по которым судят о выполнении поставленных целей и задач.

Планирование начинается с предвидения целевого (конечного) результата; текущие результаты являются подводящими, рубежными по отношению к конечному так, в школе целевыми являются итоговые годовые

нормативы, а четвертные - подводящими, частичными по отношению к ним. По отношению к четверти или другому малому циклу планирования они могут быть целевыми). Общие целевые нормированные показатели физической подготовленности планируются на основе нормативов действующих программ ФВ.

Планирование материала занятий и параметров связанных с ними нагрузок. Материал занятий планируется в виде систематизировано подобранных физических упражнений. При наличии унифицированной программы по ФВ (в школе, в детском саду, в вузе), в которых содержание занятий определено, планирование значительно упрощается. Необходимо правильно сгруппировать программный материал, подобрать дополнительный материал (подводящие и подготовительные упражнения), распределить основной и дополнительный материал по циклам, этапам занятий в рамках бюджета времени с учетом внешних факторов и особенностей занимающихся.

При планировании индивидуализированной спортивной тренировки задачи по определению содержания занятий приходится решать самому тренеру. Наиболее сложным является планирование параметров нагрузок. В последних унифицированных программах по ФВ (в школе, для населения) предусмотрены объемы и режимы двигательной активности в качестве ориентировочных рекомендаций. Более детально разработано планирование параметров нагрузок в спорте, особенно в области спорта высших достижений.

Планирование методических подходов и общего порядка построения занятий включает:

- планирование наиболее вероятных методических подходов к реализации поставленных задач;
- основные и дополнительные формы занятий, число и частоту, порядок их распределения по периодам и циклам планируемого процесса. То есть, в данном аспекте планирования используется методика проведения и общая структура планируемого процесса применительно к масштабам планирования.

При планировании отдельного занятия определяются отдельные методы и методические приемы, распределяется время на части занятия. При планировании на длительный период можно представить вариации методики лишь в общих чертах. Так же ориентировочно может быть представлена структура занятий, главное при этом - определить взаимосвязь и последовательность проведения отдельных относительно самостоятельных форм занятий как органических звеньев единого процесса. Деятельность преподавателя-тренера включает не только специфические аспекты планирования, но и общепедагогические: планирование общевоспитательной работы, организацию спортивно-массовой работы.

3. Виды, формы и методика планирования

Планировать – это значит понимать и предвидеть, как будет разворачиваться планируемый процесс во времени. Принципиальное значение имеет выбор временных масштабов, на которых будет вестись планирование. По мере увеличения временных масштабов планирования появляется перспектива (можно увидеть конечную цель ФВ, наметить крупномасштабные задачи и пути их реализации), но уменьшается степень детализации плана.

При планировании на относительно короткие промежутки времени исчезает перспектива, зато с большей степенью приближенности к реальной обстановке можно спроектировать отдельные занятия.

Различают три вида временного планирования: перспективное (крупноцикловое), этапное (среднецикловое), оперативное (краткосрочное). По уровню реализации в самих названиях заложены задачи: перспективные, рубежные и оперативные.

Перспективное планирование – это планирование на длительный срок (1 год – несколько лет). Оно ориентировано на регулирование всего процесса физического совершенствования и последовательность освоения всей программы. В школе перспективное планирование многолетнее и сводится к планированию по годам обучения.

В спорте высших достижений оно может быть 4-летним (интервал между олимпийскими играми), 2-годовыми (интервал между первенством Европы по легкой атлетике, спартакиадами), годовым (интервал между чемпионатами мира по многим видам спорта, между первенствами страны).

Перспективное планирование в спорте включает большой цикл тренировочных работ, состоящий из подготовительного, соревновательного и переходного периодов (годовой или многолетний, включающий несколько годовых).

В перспективном планировании раскрываются направленность процесса физического воспитания, цели и задачи, результаты (должны достичь занимающиеся в контрольных или соревновательных упражнениях), основные средства и методы, формы занятий.

Этапное планирование основывается на перспективном планировании, практике и его протяженности, которая составляет несколько недель (от 1–1,5 до 2–2,5 месяца).

Текущее планирование предусматривает оптимизацию динамики физической работоспособности в течение длительного периода. В нём конкретизируются задачи, методы, организационные формы занятий, раскрываются все средства. Объем может быть различным. Так, в спортивной тренировке – это мезоцикл или микроцикл, а в школе и в вузах – учебная четверть или семестр.

Оперативное (краткосрочное) планирование рассчитывается на короткий промежуток времени (1–7 дней). Оно предполагает реализацию требований, конкретности и реальности планирования с обязательным учетом состояния занимающихся. Оперативные планы регламентируют процесс упражнения; наиболее широко осуществляется обратная связь.

Формы планирования отличаются составом факторов и методов планирования. К основным формам относят:

- *табличные формы.* Планируются количественные показатели.
- *описательное (текстовое) планирование.* Используются качественные показатели;
- *графические формы.* Используются условные показатели;
- *комбинированное планирование* – соединение разных форм.

По методике составления различают следующие способы:

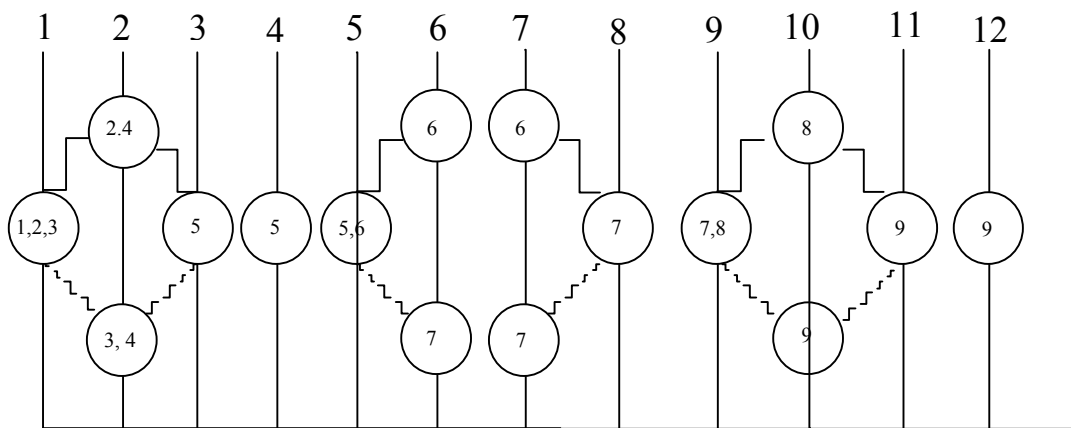
- календарное планирование (по датам);
- типовое планирование;
- индивидуальное планирование;
- рабочее планирование;
- целевое планирование;
- сетевое планирование;
- программирование.

Совершенствование планирования связано с разработкой алгоритмов и сетевых графиков при обучении.

Определяется логическая последовательность прохождения упражнений из разных разделов программы при этапном или перспективном планировании с целью быстрого достижения целевого результата.

Перспективы совершенствования этапа планирования связываются с внедрением современных методов программирования учебного процесса использованием достаточно строгих и гибких алгоритмов и компьютерной техники. Заслуживает внимания разработка сетевых графиков обучения комплексам двигательных действий

При сетевом планировании предусматриваются варианты выбора двигательных действий от решения промежуточных задач в зависимости. Ему предшествует разработка алгоритма упражнения: определение видового состава упражнений при обучении основному (программному или спортивному) упражнению. Правильно составленный алгоритм в значительной степени обусловит эффективность проводимого занятия.



Цифры по горизонтали – номера занятий.

Цифры в кружках – номера упражнений.

4. Документы планирования в школе

Все документы планирования можно разделить на 2 группы: государственные документы (они носят статус директивных документов) и документы, разрабатываемые преподавателем-тренером на основе государственных (унифицированные программы, планы).

Основными документами планирования учебного процесса физического воспитания в школе является:

- годовой план-график очередности прохождения программного материала;
- четвертные (рабочие);
- планы и конспекты уроков.

Годовой план-график включает:

1) распределение учебного времени для каждой параллели классов (с учетом климатических условий, материальной базы и подготовленности учащихся);

2) график очередности прохождения программного материала классом (для чего программные ФУ или темы теоретических сведений нумеруются)

Примерный годовой план-график очередности прохождения программного материала учениками 9-го класса

Разделы программы	Число часов, отведенное на разделы по четвертям				Распределение упражнений по четвертям			
	I	II	III	IV	I	II	III	IV
Теоретические сведения					1,3	2,3	1,4	1,3
Гимнастика		12			1,2	1,3-10	2	1,10
Л/атлетика	7			7	1,3 4,7		2,3,5,6 8	
Кроссовая подготовка	5			5	1,2			1,2
Плавание			14				1,2	
Борьба		2	6			1,2	1,2,3	
Футбол	4			6	1,2			2,3

Четвертной план-график является документом этапного планирования. В практике его часто называют рабочим или поурочным планом. Он разрабатывается на основе годового плана и все аспекты крупно-циклового планирования в нем конкретизируются и получают дальнейшую детализацию.

Составление четвертного плана начинается с конкретизации задач обучения. Для этого предварительно необходимо выделить новые упражнения в типовой программе. Кроме рубежных (стержневых) задач учебного процесса в данной четверти намечаются частные задачи, тем самым планируются этапы обучения двигательным действиям.

Объектами рабочего планирования являются не только основные упражнения типовой программы и план-график, но и соответствующие подводящие, подготовительные, контрольные упражнения и домашние задания.

В рабочем плане указываются задачи и средства основной части занятия отдельно для мальчиков и для девочек. Затраты времени на разучивание двигательных действий планируются приблизительно, используя практический опыт и исследовательские сведения.

Обязательно должна выдерживаться рациональная последовательность выполнения двигательных действий при текущем планировании – преемственность занятий (разучивание новых двигательных действий на положительном фоне уже сформированных двигательных умений и навыков).

После определения образовательных задач конкретизируются развивающие и воспитательные текущие задачи.

Оздоровительные задачи решают, учитывая воздействие на организм применяемых средств и методов, а при недостаточном их воздействии - введением в урок специальных упражнений и подвижных игр.

Совершенствуя физические качества, следует также сформулировать частные задачи, формы и виды проявления физических качеств, на какие мышечные группы будет оказано воздействие. Надо определить средства и методы для решения частных задач, определить занятия и величины нагрузок, определить сроки промежуточного и итогового тестирования.

Сформулировав образовательные и развивающие задачи при этапном планировании, следует создавать предпосылки в процессе их реализации и для решения воспитательных задач. Последние могут формулироваться исходя из уровня воспитанности и поведения учеников, наблюдений и бесед с ними, содержания основной части занятия.

В подготовительной части перечисляются основные и специальные упражнения, называется характер общеразвивающих упражнений. В заключительной части даются упражнения на внимание, расслабление, танцевальные элементы и упражнения для самостоятельного выполнения вне школы.

Существует 3 варианта разработки четвертных планов.

Первый вариант: поурочный текстуально-описательный (от 1-го до последнего занятия в четверти).

Второй вариант: тематический (по разделам от 1-го до последнего занятия: гимнастика, затем спортивные игры и т.д.). Его преимущество – больше возможностей для варьирования содержания занятий при изменяющихся внешних условиях.

В третьем варианте разрабатываются:

1) график учебно-воспитательной работы (примерно соответствует годовому графику очередности прохождения учебного материала, но по урокам на четверть);

1) методические разработки основных учебно-воспитательных задач (конкретные задачи уроков и учебные задания для их решения – типа картотеки).

В настоящее время в школе получил распространение унифицированный годовой план-график для параллельных классов, объединяющий в себе элементы годового и четвертного планов.

Используется комбинированный способ составления плана: текстуально-описательный, числовой, графический.

Он включает:

- содержание основных упражнений по разделам; последовательность их прохождения по четвертям и урокам; количество отведенных часов по разделам; образовательные задачи урока (графически);
- контрольные тесты для проверки физических качеств. Он может включать также: распределение учебных часов по разделам и четвертям;
- нормативы и требования, домашние задания.

Конспект урока является наиболее конкретным документом и относится к оперативному планированию. Он составляется на основе четвертного плана с учетом конспекта предыдущего занятия. Конспект обычно составляется для параллельных классов, но в нем указываются особенности работы в каждом из них. Он отличается детальной разработкой этапного плана с учетом реального хода и результатов предыдущего занятия. Конспект завершает систему планирования и в значительной степени несет организационную функцию. Вначале разрабатывается основная часть урока, а затем, исходя из особенностей ее содержания, вводная и заключительная.

Внеурочная работа проводится всем педагогическим коллективом с привлечением медперсонала, общественных организаций и родителей. Практическая ее коррекция осуществляется учителями ФК. Основными документами, регламентирующими внеурочную работу, являются:

- общешкольный годовой план внеурочной работы по ФВ;
- раздел ФВ в планах воспитательной работы классов;
- календарь спортивно-массовых мероприятий;
- расписание занятий секций и кружков.

Проектировочные умения не приобретаются сразу и не остаются неизменными; они совершенствуются в процессе формирования педагогического мастерства. Так, на 1-ом этапе его формирования преподаватель, предварительно ознакомившись с двигательными возможностями и способностями учеников, самым тщательным образом составляет конспект и разрабатывает методику проведения и организации первых занятий. Особенно это важно для начинающих преподавателей, проводящих занятия в состоянии повышенной возбудимости. Преподаватель видит только ближайшую цель и результат обучения.

По мере становления педагогического мастерства преподаватель-тренер видит конечные результаты обучения, это позволяет ему лучше проектировать текущие занятия. Свободно варьируя частными задачами обучения с учетом перспективных целей, педагог более эффективно планирует и осуществляет весь процесс обучения и воспитания занимающихся.