

ВЛИЯНИЕ ВНЕДРЕНИЯ БАЛЛЬНОЙ СИСТЕМЫ ОЦЕНКИ НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ИНТЕРЕС СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ К УРОКУ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

¹Сергеев А.А., ¹Кадыров Р.М., ¹Смирнова Ю.В.

¹ФБГОУ ВПО «Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена», Санкт-Петербург, Россия, e-mail: yul197252@ya.ru

Представленные материалы исследования содержат разрешение выявленного противоречия между необходимостью обеспечения стимулирующей функции оценки физической подготовленности в условиях устойчивой в течение последних десятилетий тенденции снижения уровня здоровья школьников на фоне падения интереса к уроку физической культуры, и наличием четырех-балльной шкалы, обуславливающей «скапливание» результатов тестирования вблизи соответствующего норматива. Для разрешения данного противоречия предлагается внедрение 100-балльной шкалы, разработанной на основе использования метода процентилей. Результаты проведенного годичного педагогического эксперимента доказали, что использование указанной шкалы эффективно для развития основных двигательных способностей старшеклассников, повышения суммарного уровня их физической подготовленности, обусловленного результатами испытуемых в индивидуально-предпочтительных тестах. Также выявлено повышение интереса школьников старших классов к уроку физической культуры.

Ключевые слова: балльная система, урок, физическая культура, физическая подготовленность, интерес, старше школьники, проценты, двигательные способности.

INFLUENCE OF IMPLEMENTATION SCORING SYSTEM ON LEVEL OF PHYSICAL FITNESS AND INTEREST IN THE SENIOR SCHOOLBOYS TO PHYSICAL TRAINING LESSONS

¹Sergeev A.A., ¹Kadyrov R.M., ¹Smirnova Y.V.

¹Herzen State Pedagogical University, St. Petersburg, Russia, e - mail : yul197252 @ ya.ru

The presented study materials contain the resolution revealed the contradiction between the need to provide an enabling function evaluation of physical fitness in a stable in recent decades, declining trend in the level of health of schoolchildren against falling interest in physical education class, and the presence of a four-point scale, causes the "accumulation" of test results near compliance. To resolve this contradiction is proposed introduction of a 100-point scale, developed using the method of percentiles. Results from the one-year pedagogical experiment proved that the use of this scale effectively for the development of basic motor abilities of high school students, the total increase their level of physical fitness that resulted in individual subjects preferred tests. Also found an increase in interest high school students to physical education class.

Keywords: point system, lesson, physical education, physical fitness, interest, older students, the percentage motor abilities.

Проблема нормативных требований к физической подготовленности человека – одна из наименее разработанных в теории физической культуры, спортивной тренировки, биомеханике, спортивной метрологии и других науках. За последние тридцать лет теория тестирования стремительно продвинулась вперед, чему способствовало развитие компьютерных технологий, увеличение числа профессионалов, работающих в области теории и практики тестирования, а также рост потребности объективного измерения способностей и навыков обучающихся и спортсменов.

Концептуальная особенность развития системы образования и воспитания предполагает обновление содержания обучения, поиск инновационных форм и методов

оценки физической подготовленности школьников. Процесс обучения предмету «Физическая культура» направлен, в том числе, и на повышение мотивации к регулярной двигательной активности, стимулирование к реализации максимальных двигательных возможностей. Система оценки физической подготовленности представляет собой обратную связь в оптимальном регулировании процесса физического совершенствования школьников. От объективности измерения результатов, достигнутых в учебно-воспитательном процессе, зависит качество планирования и проведения занятий физической культурой. Оценка физической подготовленности на современном этапе характеризуется противоречием между необходимостью обеспечения стимулирующей ее функции и наличием четырех-балльной шкалы, обуславливающей «скапливание» результатов тестирования вблизи соответствующего норматива [4].

Для разрешения данного противоречия было проведено исследование, актуальность которого обусловлена следующим:

- во-первых, необходимостью повышения мотивации к двигательной активности школьников на основе обеспечения стимулирующей функции оценки физической подготовленности;
- во-вторых, усиливающимся значением укрепления здоровья школьников и разработкой инновационных подходов тестирования физической подготовленности, косвенно отражающих оздоровительно-тренировочный эффект;
- в-третьих, сложностью проблем обоснования нормативных требований к физической подготовленности школьников.

В результате анализа научно-методической литературы было определено, что в теории физической культуры проблема оценки рассматривалась в аспекте контроля физической подготовленности [1], определения метрологических свойств тестов [2], теории тестирования [3, 4]. Однако проведенные опросы педагогов-практиков и педагогические наблюдения позволяют утверждать, что богатый материал, накопленный в педагогической науке о проблеме педагогической оценки, не внедряется в практику.

В качестве возможного варианта решения проблемы в данном исследовании была разработана 100-балльная шкала оценки физической подготовленности школьников. Предполагалось, что её внедрение в образовательный процесс школьников старших классов по предмету «Физическая культура» будет способствовать повышению уровня физической подготовленности старшеклассников и повышению их интереса к уроку физической культуры.

Необходимо отметить, метод процентилей позволяет просто и наглядно разработать нормативы физической подготовленности для школьников. Метод процентилей

характеризует уровень подготовленности школьника внутри учебной группы. Например, если у одного обучающегося количество подтягиваний на перекладине – 10, то это соответствует величине процентиля – 70, следовательно, у 70% остального состава группы результат хуже.

Величина процентиля рассчитывается для каждого результата, показанного обучающимся учебной группы. Величина процентиля наилучшим образом подходит для ранжирования участников в группе и понятна большинству людей.

Традиционно нормы разрабатываются на основе анализа результатов нескольких сотен обучающихся; затем эти нормы используются для оценки результатов тестирования учащихся.

Если специалист-практик не может быстро и без труда рассчитать нормы, ему не обязательно делать это самостоятельно. С этой задачей легко справляется компьютер с помощью пакета программ SPSS (версия 17 или 19) [5].

На основании проведённых исследований была разработана следующая таблица норм процентилей для контрольных упражнений (таблица 1)

Таблица 1

Нормы процентилей для контрольных упражнений

		Бег 30м	Бег 3×10м	Прыжок в длину с места	в 6-ти минутный бег	Упражнение на гибкость	Подтягивание на перекладине
N	Valid	67	63	65	64	62	61
	Missing	0	4	2	3	5	6
Percentiles	5	4,0000	7,1000	176,5000	1000,0000	3,0000	3,1000
	10	4,2000	7,1400	188,0000	1025,0000	4,3000	5,0000
	15	4,3000	7,2000	192,7000	1097,5000	6,0000	7,0000
	20	4,5600	7,3000	195,0000	1100,0000	7,0000	7,0000
	25	4,7000	7,4000	197,5000	1167,5000	8,0000	8,0000
	30	4,8000	7,5000	198,0000	1240,0000	8,9000	8,0000
	35	4,8000	7,6000	200,0000	1250,0000	9,0000	8,0000
	40	4,9000	7,7000	200,0000	1290,0000	9,0000	8,0000
	45	4,9000	7,7800	201,0000	1300,0000	9,0000	8,0000
	50	5,0000	7,8000	205,0000	1300,0000	9,0000	9,0000
	55	5,0000	7,9000	205,3000	1310,0000	10,0000	9,0000
	60	5,0000	7,9000	206,0000	1315,0000	10,0000	9,0000
	65	5,0200	7,9000	207,9000	1320,0000	10,0000	9,0000
	70	5,1000	7,9800	210,0000	1350,0000	11,0000	10,0000
	75	5,1000	8,0000	215,0000	1357,5000	11,0000	10,0000
	80	5,1000	8,2000	219,0000	1380,0000	12,0000	10,0000
	85	5,2000	8,2400	223,0000	1400,0000	13,0000	11,0000
90	5,3200	8,4000	234,4000	1510,0000	14,0000	12,0000	
95	5,6000	8,5800	237,4000	1550,0000	14,8500	12,0000	
100	5,7000	8,9000	240,0000	1600,0000	16,0000	14,0000	

Для определения эффективности 100-балльной шкалы был проведён годичный педагогический эксперимент, в котором приняли участие школьники 10-11 классов. В процессе проведения занятий акцент делался на формирование навыков сдачи нормативов, которые при отсутствии тестирования сами по себе представляли для учащихся определенную ценность и являлись конкретным результатом обучения. Вместе с тем, в группах, схожих по уровню физической подготовленности, применялся соревновательный метод, позволяющий создать благоприятные условия для конкуренции с равными учениками. Обеспечивая возможность развивать физические качества без их оценки, можно развить компетенцию учеников и позволить им практиковаться без давления на результат. С помощью ротации учеников в небольших группах, построенных по принципу схожего развития качеств или уровня подготовленности можно снизить вероятность смущения менее развитых физически учеников, выступающих на глазах у других учеников (таблица 2).

Таблица 2

Уровень физической подготовленности юношей ЭГ и КГ в конце эксперимента
(10 и 11 классы)

Тесты	ЭГ, $X \pm \sigma$ ($n=26$)	КГ, $X \pm \sigma$ ($n=27$)	P
Подтягивание	12,4 \pm 3,3	7,8 \pm 3,6	$\leq 0,01$
Бег 30м	4,8 \pm 0,42	5,1 \pm 0,45	$\leq 0,05$
Бег 3 \times 10м	7,6 \pm 0,44	7,9 \pm 0,52	$\leq 0,05$
6-мин. бег	1277 \pm 155	1180 \pm 168	$\leq 0,05$
Прыжок в длину с места	210 \pm 16,1	199 \pm 21,3	$\leq 0,05$
Гибкость	9,4 \pm 2,1	4,9 \pm 3,2	$\leq 0,01$

Улучшение показателей физической подготовленности свидетельствует об эффективности предложенной методики обучения к тестированию двигательных достижений не только юношей, но и девушек (таблица 3). Необходимо отметить, что целевая ориентация на освоение навыков сдачи нормативов по физической культуре повышает уверенность обучаемых в своих силах и при этом наличие у занимающихся умений к выполнению тестов является результатом, достижение которого представляет собой ценность для обучающегося. Непосредственное включение в образовательный процесс кратковременных тренировок по выполнению элементов тестов «делает» тестирование изолированным мероприятием, оторванным от учебного процесса, а закономерным итогом определенного этапа обучения.

Весьма важным, на наш взгляд, представляется применение состязательности среди равных по уровню развития физических способностей учащихся. В этом случае,

использование метода процентиля позволяет обучающемуся наглядно представлять сколько занимающихся он опередил в результате освоения умений выполнения тестов.

Таблица 3

Уровень физической подготовленности девушек ЭГ и КГ в конце эксперимента
(10 и 11 классы)

Тесты	X±σ		P
	ЭГ (n=31)	КГ (n=30)	
Подтягивание	12±3	8,3±4	≤ 0,01
Бег 30м	5,3±0,57	5,6±0,64	≤ 0,05
Бег 3×10м	8,0±0,72	8,6±0,77	≤ 0,05
6-мин. бег	1280±221	1156±223	≤ 0,05
Прыжок в длину с места	184±14,7	176±15,3	≤ 0,05
Гибкость	12±2,7	10,5±3,1	≤ 0,01

Более высокие результаты показаны в подтягивании и упражнении на гибкость, при этом достоверные сдвиги отмечаются во всех тестах. Улучшение показателей физической подготовленности, на наш взгляд, обусловлено отсутствием оценочных зон, и испытуемые реализовали свои максимальные двигательные возможности в каждом задании. Повышение суммарного показателя физической подготовленности учащихся детерминировано результатами в индивидуально-предпочтительных тестах. Уместно отметить, что более значимые сдвиги в подтягивании и упражнении на гибкость обусловлены простой их структуры и наличием соответствующих условий для систематических занятий. Кроме того, улучшение показателей в отдельных тестах обеспечивает повышение в уровне развития других физических способностей в соответствии с общеизвестной теорией переноса качеств и навыков.

В целях изучения влияния применения 100-балльной шкалы на интерес к уроку физической культуры до и после эксперимента был проведен опрос учащихся экспериментальной и контрольной групп.

Определено, что до эксперимента лишь 38,4% учащихся экспериментальной группы и 40,4% учеников контрольной группы выразили интерес к уроку физической культуры.

Столь невысокий процент в целом отражает ситуацию последних десятилетий, характеризующуюся снижением интереса школьников к физической культуре и неким престижем данного урока, особенно – среди старшеклассников, чьи приоритеты отдаются тем предметам, которые входят в программу вступительных испытаний в ВУЗы. На это указывают многочисленные исследования, в том числе диссертации последних лет [6, 7].

Были выявлены также отличия в интересе испытуемых в соответствии с гендерным признаком. Так, и в экспериментальной, и в контрольной группе процент девушек, которым

интересен урок физической культуры выше, чем процент юношей этих групп (на интерес к уроку указали 50% девушек в ЭГ, и 54,8% – в КГ; у юношей результаты составили 23,1% в ЭГ и 22,2% в КГ соответственно).

После проведённого годичного педагогического эксперимента показатели в экспериментальной группе существенно увеличились, в то время как в контрольной группе они, напротив, несколько снизились. Из представленного рисунка 1 видно, что 78,9% испытуемых ЭГ высказали рост интереса к уроку физической культуры, в то время как в КГ он снизился до 52,6%.

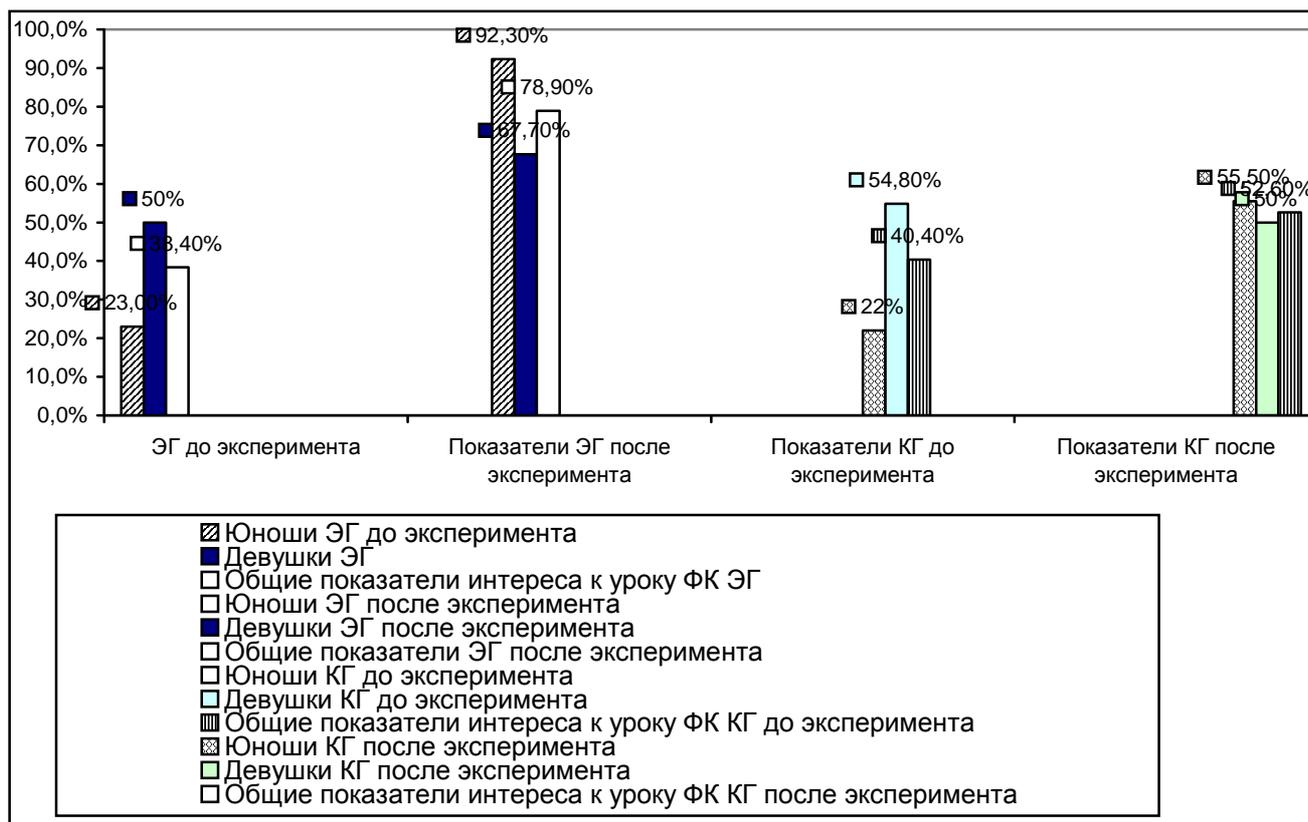


Рис.1. Показатели интереса к уроку физической культуры испытуемых до и после педагогического эксперимента

При этом показатели юношей и девушек распределились следующим образом: 67,7% девушек ЭГ отметили, что им урок стал более интересен (в КГ, соответственно – 50 % респонденток), у юношей показатели составили: в ЭГ – 92,3% (в КГ – 55,5% соответственно).

Произошедшие изменения вызвали определённый интерес. В результате было проведено уточняющее собеседование. Обобщая высказанные респондентами мнение, можно констатировать, что большинство опрошенных юношей и девушек испытывают большее удовлетворение и стимул при применении 100-балльной шкалы, в то время как при стандартной 5-ти балльной шкале нет стимула работать «до упора», по максимуму, так как достаточно выйти на указанную для той или иной оценки норму. 100-балльная шкала

показалась школьникам более привлекательной и дающей больше возможностей объективно оценить свои возможности. При этом многие участники беседы отметили, что фактор новизны шкалы оценки также вызывает их интерес.

В контрольной группе старшеклассники указывали довольно тривиальную причину снижения интереса к уроку физкультуры – большую важность подготовки к предстоящим экзаменам и некоторую шаблонность в проведении уроков. Особо отмечалось, что существующая система оценки по 5-ти балльной шкале не вполне удовлетворяет школьников.

Таким образом, можно прийти к выводу, что использование 100-балльной шкалы способствует не только улучшению результатов старшеклассников, но и повышению их интереса к уроку физической культуры

Список литературы

1. Бондаревский Е.Я. Методология построения должных норм физической подготовленности. М.: Изд-во ВНИИФК, 1983. 33 с.
2. Зациорский В.М. Спортивная метрология. М.: Физкультура и спорт, 1982. 240 с.
3. Кадыров Р.М., Цыганов В.А. Косвенные показатели работоспособности – критерий информативности контрольных упражнений для проверки физической подготовленности слушателей академии // Тезисы докладов итоговой научной конференции за 1989 год. – М.: Изд-во ВДКИФК, 1990. – С. 36 – 37.
4. Кадыров Р.М., Михаил И.И. Нормативная система физической подготовки военнослужащих // Материалы международной научно-практической конференции «Фитнес в системе образования». СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2010. С. 135 – 142.
5. Наследов А. SPSS 19: профессиональный статистический анализ данных. СПб.: Питер, 2011. 400 с.
6. Сайкина Е.Г. Фитнес в системе дошкольного и школьного образования: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04. СПб., 2009. 477 с.
7. Смирнова Ю.В. Регулирование занятий физическими упражнениями посредством музыкального сопровождения: дис. канд. пед. наук: 13.00.04. СПб., 2013. 186 с.

Рецензенты:

Федоров В.Г., д.п.н., профессор кафедры теории и методики физической культуры Национального государственного университета имени П.Ф. Лесгафта, г. Санкт-Петербург;

Румба О.Г., д.п.н., профессор кафедры педагогики НОУ ВПО «Московский психолого-социальный университет», г. Москва.