**Дополнительная дифференцированная работа с разными категориями обучающимися на уроках физической культуры**

 **Любимов Александр Николаевич, учитель физической культуры МОУ СОШ №3 г.Новоалександровска Ставропольского края**

Учитель физической культуры использует дифференцированный подход на уроках и во внеурочное время.

Технология дифференцированного обученияпредставляет собой совокупность организационных решений, средств и методов дифференцированного обучения, охватывающих определенную часть учебного процесса.

Различают дифференциацию:

* по возрастному составу (школьные классы, возрастные параллели, разно возрастные группы);
* по полу (мужские, женские, смешанные классы, команды, школы);
* по уровню умственного развития (уровню достижений);
* по личностно-психологическим типам (типу мышления, акцентуации характера, темпераменту и др.);
* по уровню здоровья (физкультурные группы, группы ослабленного зрения, слуха).

Основная цель технологии уровневой дифференциации:

* развитие личности обучающихся на уровне его возможностей и способностей;
* освоение различных способов физкультурной деятельности.

Задачи:

* сохранить интерес к предмету на протяжении всей учебы;
* обеспечить индивидуальный уровень овладения знаниями, умениями, навыками;
* создать условия для определенной степени самостоятельности детей в обучении.

С целью осуществления дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все учащиеся школы по уровню здоровья и физической подготовленности подразделяются учителем на три медицинские группы – основную, подготовительную и специальную медицинскую.

При разработке практических заданий учитель осуществляет дифференцированный подход к учащимся, учитывая состояние их здоровья, уровень физического развития и физической подготовленности.

Большая роль учителем отводится планированию подготовительной и заключительной части урока, так как начался урок и как был закончен, зависит успех урока. Одним из действенных средств, способствующих развитию интереса к занятиям физической культурой, являются подвижные игры, поэтому их необходимо включать в подготовительную и заключительную части урока.

В начале прохождения программного материала по разделам, учащихся учитель делит по отделениям, в каждом из которых дети разного уровня подготовленности и организовывает работу следующим образом:

а) комплектование отделений осуществлялось, исходя из интересов и возможностей ребёнка;

б) выбирался командир отделения, причём в каждой серии уроков он менялся и в результате каждый побывал в роли командира отделения;

в) задачей командира отделения была страховка, помощь, исправление ошибок товарищей по отделению;

г) уровень заданий (комбинаций) подбирался с учётом индивидуальных способностей детей;

д) если у занимающегося слабой группы комбинации на снарядах получались, то ему предлагалось выполнить упражнения следующей – средней группы, и т. д. в отношении других групп.

Разминка начинается с бега – самого монотонного занятия, которое необходимо разнообразить. Хорошим приёмом, стимулирующим учеников, является игры, направленные на решение задач в беговых упражнениях.

В заключительной части урока учитель проводит игры средней и малой подвижности, их задача приведение организма в относительно спокойное состояние, способствующие активному отдыху после интенсивной нагрузки в основной части урока. Прибегнув к игровому методу ведения урока, ход урока не нарушается, а дети активизируются на выполнение поставленной задачи, повышается интерес к выполнению задания. Дети начинают не просто выполнять, но и думать.

Для повышения эффективности обучения двигательным действиям учитель использует методику, которая была разработана и опробована в ходе естественного педагогического эксперимента. Эта методика включает следующие основные этапы учебной работы с детьми.

*1. Формирование учебно-познавательных мотивов:*

*2. Постановка и решение учебной задачи по овладению двигательными действиями посредством учебных действий и операций:*

В результате правильной организации дифференцированного подхода в обучении повышаются: положительная мотивация к урокам физической культуры; результативность учебного процесса; творческая активность учащихся на уроках, интерес детей к изучению техники движений как к способу достижения результата.

Для закрепления и совершенствования двигательных навыков и развития соответственных координационных способностей на уроке учитель многократно использует специально-подготовительные упражнения, целенаправленно и часто изменяет отдельные параметры движения, их сочетания, условия выполнения этих упражнений.

Эффективным в основной части урока является использование учителем группового метода работы, когда класс делится на группы в зависимости от подготовленности к освоению конкретного раздела программы. Однако организация учеников в основной части может быть различной в зависимости от этапа обучения.

**Первый этап** – ознакомление с новым учебным материалом.

Занятие проводится одновременно со всем классом, все отделения получают одинаковое задание, например, выполнить новые упражнения, показанные учителем.

**Второй этап** – усвоение и закрепление учебного материала.

Рационально давать разные учебные задания каждой группе: одной – подготовительные или подводящие упражнения, выполняемые в облегчённых условиях; другой – усложнённые подводящие упражнения; третьей – действие в целом, но в облегчённом варианте и т.д.

**Третий этап** – совершенствование двигательного действия.

Может получиться так, что для школьников, подготовленных наиболее слабо, третьего этапа вообще не будет – они не достаточно хорошо освоили учебный материал. Эти дети продолжают работу второго этапа, хотя и несколько усложнённую. Более подготовленные дети выполняют упражнения в соревновательных условиях или изменяющихся усложнённых условиях (применение отягощений, повышенная опора, различные сопротивления), а так же для них увеличивается число повторений и число прохождения круга. Менее подготовленные обучающиеся работают в стандартных условиях.

### Дифференцированное развитие физических качеств

Для обучающихся, имеющих недостаточный уровень физической подготовленности, учитель использует карточки индивидуальных заданий с указанием упражнений, последовательности их выполнения, дозировки.

На уроках учитель физической культуры применяет нестандартное оборудование и мелкий инвентарь (гимнастические палки, скакалки, обручи, гантели, резиновые и пружинные эспандеры и др.), проводит уроки с музыкальным сопровождением, включает элементы аэробной гимнастики, ритмики, упражнения релаксации мышц, дыхательные упражнения. Это позволяет увеличить моторную плотность уроков и сделать их более интересными.

При проведении упражнений в игровой или в соревновательной форме слабые ученики распределяются учителем по всем командам и чаще проводится замена этих игроков. Если преодолевается полоса препятствий, часть из них исключается для слабых детей.

В эстафетах более подготовленные школьники начинают и заканчивают эстафеты и при необходимости делают два повторения. При выполнении заданий в парах дети должны подбираться по силам и им даются разные по сложности упражнения, при этом также можно использовать карточки с заданиями и со схемами упражнений.

Особое внимание на уроке учитель уделяет детям с избыточным весом и слабым детям, которые не желают заниматься из-за своей неловкости. Вначале они помогают в судействе, затем, вовлекаясь в события, принимают участие в игре и перестают стесняться своей моторной неловкости. Продолжая таким образом заниматься на уроках, эти дети приобретают уверенность в своих силах и постепенно включаются в регулярные занятия. Двигательный режим со слабыми детьми осуществляется при частоте пульса до 130-150 уд/мин. На этом этапе режим занятий для разных групп должен быть различным: тренирующим, тонизирующим или щадящим.

В заключительной части урока класс объединяется в одну группу, все ученики выполняют одинаковые упражнения. Исключения составляют те случаи, когда по расписанию урок физической культуры последний и в конце его можно провести игру большой подвижности, участие в такой игре менее подготовленных детей ограничивается.