

Козлова Зинаида Ивановна
старший инструктор-методист
МБУ ДО «СШ» г. Вязьмы

Личностно-ориентированные технологии в учебно-тренировочном процессе

Поиски ответов на вопрос «как учить результативно?» привели учёных и практиков к попытке «технологизировать» учебный процесс, и в связи с этим в педагогике появилось направление – *педагогические технологии*.

«Технология – это совокупность приёмов, применяемых в каком-либо деле, мастерстве, искусстве» (Толковый словарь)

Педагогическая технология есть продуманная во всех деталях модель совместной учебной и педагогической деятельности по проектированию, организации и проведению учебного процесса с безусловным обеспечением комфортных условий для обучающихся и педагога.

В помощь педагогу предлагается большое количество современных педагогических технологий, многие из которых я применяю в своей педагогической деятельности, но приоритетными считаю *личностно-ориентированные технологии*, т.е. технологии, ориентированные на каждого конкретного ученика. При этом фиксирую:

- Уровень физического развития;
- Уровень физической подготовленности;
- Интересы и потребности обучающихся (мотивационный компонент);
- Статус семьи каждого ребёнка.

Уровень физического развития определяется не только визуально, но и по результатам медицинского осмотра (2 раза в год). Затем обучающихся можно условно разделить на 3 группы: - низкий уровень физического развития, - средний, - и высокий. В соответствии с этим готовятся дифференцированные тренировочные нагрузки.

Через контрольные упражнения, которые проводятся ежемесячно, выявляется *уровень физической подготовленности*. Они же являются мониторингом

динамики роста физической подготовленности обучающихся. Также своеобразной технологией мониторинговой оценки являются соревнования по общей физической подготовке (ОФП), проходящие в отделении лёгкой атлетики в ноябре и марте каждого учебного года.

Направленность *лично-ориентированных технологий* оздоровительной физической подготовки имеет следующие функции и принципы:

- оздоровительная (делается акцент на достижении надёжности здоровья в процессе физической активности в дополнение к обучению двигательным умениям);

- образовательная (обучающиеся понимают, что физическая активность им нужна не только в настоящее время, но и на протяжении всей жизни. Необходимо объяснять «что» надо делать и «почему»);

- доставляющая удовольствие (осознание пользы физической активности за счёт получения удовольствия от занятий, учитываются интересы обучающихся);

- индивидуализированная (обучающиеся не развлекаются, а помогают себе в достижении адекватного уровня оздоровления таким способом, на который они способны);

- благоприятная (обучающихся оценивают на основе персонального совершенствования, не сравнивая их с другими сверстниками).

Применение *лично-ориентированных технологий* предполагает наличие личных дел на каждого обучающегося, где отражаются как базовые, так и частные технологии:

Лично-ориентированные технологии	
БАЗОВЫ ТЕХНОЛОГИИ	ЧАСТНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ
Диагностика психофизического состояния обучающихся	Состояние здоровья, физическое развитие и подготовленность, активность
Расчёт проектируемых индивидуальных характеристик	Физические качества, параметры фигуры, спортивные результаты
Определение общей направленности занятий физическими упражнениями	Физическая подготовка, формирование гармоничной фигуры, воспитание культуры движений
Разработка индивидуальных программ физического совершенствования	Развитие мышечных групп, воздействие на развитые и отстающие физические качества
Индивидуальный подбор адекватных средств	Сочетание традиционных и нетрадиционных

различных видов физической активности	видов физической активности
Составление комплексов физических упражнений и комбинаций различной направленности	Психофизические упражнения, статистические и динамические упражнения
Определение индивидуального объёма нагрузки	Расчёт количества повторений, темпа и ритма движений, количества серий, амплитуды движений и интенсивности выполнения двигательных действий
Выявление эффективности образовательной программы	Оценка состояния здоровья, физического развития и подготовленности, физкультурно-спортивной активности и удовлетворённости занятиями
Оценка эффективности инновационной деятельности	Сравнительный анализ результативности программы

Во избежание стрессовых ситуаций переход на лично-ориентированные технологии просто необходим. Они включают в себя как индивидуальную работу с детьми, так и групповые технологии, дифференцированные, игровые. Все вышеперечисленные технологии способствуют формированию субъект-субъектных отношений и широко применяются в моей практике.