

---

# Индивидуальная траектория развитие ребёнка по физической культуре

Учитель физической культуры

Кочкин О.В.

- 
- *В физическом воспитании «Портфолио индивидуальной траектории развития ребенка» - это организационная форма взаимодействия учителя и ученика на основе рефлексивного подхода, предусматривающего самоанализ двигательной деятельности, ведущего к достижению поставленных целей, позволяющего отслеживать динамику и существенно повысить уровень физической подготовленности школьника.*

# МОДЕЛЬ ПОРТФОЛИО

---

## ▣ *Содержание для ученика:*

### ЛИСТ ЖЕЛАНИЙ:

*Какой я сейчас*

*Каким я хочу быть*

*Каким я стал*

Самооценка урока

Рефлексивная карта «Я глазами учителя»

Сравни себя вчера и сегодня

Диагностика самоконтроля

Домашнее задание

Рецензия родителей на занятия дома

Коррекция поставленных задач и способы их решения

---

## ▣ *Содержание для учителя*

Знакомьтесь это я:

*Таблица здоровья*

*Показатели физ. развития*

*Личные результаты*

Поставка задач на ребёнка

Образный портрет ребёнка: учитель, родитель

Карта болезней в течение года

Уроки здоровья совместно с родителями (задачи и анализ)

Опросные листы для детей и родителей

Промежуточная диагностика и анализ

Коррекция поставленных задач и способы их решения

# ЧТО ДАЕТ ПОРТФОЛИО

---

## □ РЕБЕНОК

повышение уровня физической и теоретической подготовленности  
выработка положительной мотивации к предмету «Физическая культура»;  
развитие навыков рефлексии;  
формирование объективной самооценки.

## □ УЧИТЕЛЬ

определение уровня физической и теоретической подготовленности ребенка;  
определение преобладающей мотивации ребенка и уровня рефлексии;  
выявление проблем в формировании самооценки;  
оценка уровня самостоятельности ребенка.

# СОДЕРЖАНИЕ ДНЕВНИКА САМОАНАЛИЗА

## ЛИСТ ЖЕЛАНИЙ

ЗДЕСЬ РЕБЁНОК ЗАПОЛНЯЕТ РАЗДЕЛЫ

**КАКОЙ Я СЕЙЧАС** – КАКИМ ШКОЛЬНИК ЯВЛЯЕТСЯ В ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ В ДАННЫЙ МОМЕНТ. В ЭТОТ РАЗДЕЛ ВКЛЮЧАЮТСЯ РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕСТОВ:

- РАЗВИТИЕ СКОРОСТИ (БЕГ 30М); КООРДИНАЦИИ (ЧЕЛНОЧНЫЙ БЕГ); ГИБКОСТИ (НАКЛОНЫ, ВПЕРЕД СИДЯ НА ПОЛУ); СКОРОСТНО-СИЛОВЫЕ КАЧЕСТВА (ПРЫЖОК В ДЛИНУ С МЕСТА); ВЫНОСЛИВОСТЬ (БЕГ 1000М); СИЛОВАЯ ВЫНОСЛИВОСТЬ (ПОДТЯГИВАНИЕ, ОТЖИМАНИЕ, ПРЕСС).

**КАКОЙ Я ДОЛЖЕН БЫТЬ** – В ЭТОМ РАЗДЕЛЕ РЕБЁНОК УКАЗЫВАЕТ, КАКИМ СЛЕДУЕТ БЫТЬ, ИСХОДЯ ИЗ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ ГОСУДАРСТВЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО СТАНДАРТА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

**КАКИМ Я ХОЧУ БЫТЬ** – КАКИМ УЧАЩИЙСЯ ПОСТАВИЛ СЕБЕ ЦЕЛЬ СТАТЬ, ИСХОДЯ ИЗ СОБСТВЕННЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ САМОСОВЕРШЕНСТВОВАННОСТИ (ХОЧУ НАУЧИТЬСЯ ХОРОШО, ПОДТЯГИВАТЬСЯ, КАТАТЬСЯ НА КОНЬКАХ).

**КАКИМ Я СТАЛ** – В ЭТОМ РАЗДЕЛЕ УЧАЩИЙСЯ ЗАНОСИТ ДАННЫЕ ИТОГОВОЙ ДИАГНОСТИКИ, А ТАКЖЕ ЗНАЧИМЫЕ ДЛЯ РЕБЁНКА ДОСТИЖЕНИЯ ПО ПОСТАВЛЕННЫМ ЗАДАЧАМ (ХОЖУ ЗАНИМАТЬСЯ В СПОРТИВНУЮ СЕКЦИЮ, КАТАЮСЬ НА КОНЬКАХ И ПР.) ЗАПОЛНЯЕТСЯ ЭТОТ РАЗДЕЛ ОДИН РАЗ В ЧЕТВЕРТЬ.

---

# **СРАВНИ СЕБЯ ВЧЕРА И СЕГОДНЯ**

---

*При анализе «Листа желаний» ребёнок получает возможность сравнить себя «вчера» и «сегодня». Процесс сравнения позволяет ученику делать адекватные выводы о своей готовности и своих возможностях по достижению поставленных задач*

## **□ САМООЦЕНКА УРОКА**

*В этом разделе ребёнок оценивает свою работу во время урока, отвечая на определённые вопросы. Этот раздел позволяет учителю производить коррекцию направлений дальнейшей работы над возникшими у ребёнка затруднениями в области физического воспитания.*

# ***РЕФЛЕКСИОННАЯ КАРТА «Я ГЛАЗАМИ УЧИТЕЛЯ»***

- ▣ Один раз в неделю школьник совместно с учителем в соответствующих разделах карты ставят отметки в виде пиктограмм, причем собственная оценка ребёнка предшествует оценке учителя.
- ▣ Ученик отмечает (самооценка):
  - ▣ - знаю и выполняю отлично;
  - ▣ - выполняю хорошо, но есть ошибки;
  - ▣ - пока самостоятельно не получается.
- ▣ Учитель ставит (оценка):
  - ▣ - знает и умеет применять на практике;
  - ▣ - применяет на практике, но иногда ошибается;
  - ▣ - есть трудности при выполнении.
- ▣ Назначение рефлексивной карты:
  - ▣ Получение учителем определенной информации, о том, как проявил себя ребёнок на уроке и оценил свою работу.
  - ▣ Формирование объективной самооценки ученика.
- ▣



# ДИАГНОСТИКА САМОКОНТРОЛЯ

---

- Процедура диагностики самоконтроля осуществляется один раз в четверть и производится в два этапа. На первом этапе ребёнку предлагается ответить на вопросы, выполняет заданное учителем упражнение, а затем проводит самоанализ своей деятельности. Учитель записывает ответы и просит повторить ещё раз упражнение. На втором этапе учитель анализирует протоколы собеседований и ответы на вопросы, даёт качественный и количественный анализ результатов (какое количество учащихся контролирует свои действия, сколько делают иногда, сколько вообще не осуществляют подобную деятельность).

## ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

- Этот раздел заполняется два раза в четверть. В него входят индивидуальные комплексы и упражнения для работы дома.
-

## **МНЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ НА ЗАНЯТИЯ ДОМА**

- *В этом разделе родители один раз в четверть высказывают своё мнение о дополнительных занятиях ребёнком дома (плюсы и минусы в выполнениях тех или иных упражнений)*

## **КОРРЕКЦИЯ ПОСТАВЛЕННЫХ ЗАДАЧ И СПОСОБЫ ИХ РЕШЕНИЯ**

- *Этот раздел включает в себя анализ работы за определённое время. Учитель и ученик совместно обсуждают произошедшие с ним изменения, затем ставят новые задачи и условия их решения*

# СОДЕРЖАНИЕ «ПОРТФОЛИО» ДЛЯ ЗАПОЛНЕНИЯ УЧИТЕЛЕМ

---

## ▣ **ЗНАКОМЬТЕСЬ ЭТО Я**

*Здесь учитель заполняет следующие разделы:*

- ▣ *Ф.и. ребенка, дата рождения, класс*
- ▣ *Таблица здоровья ( из мед карты – физ. подготовленность, группа здоровья, физ. развитие, оценка заболеваемости)*
- ▣ *Показатели физического развития (год проверки, рост, вес, физ. группа)*
- ▣ *Нормативы тестирования*
- ▣ *Результаты тестирования.*

*Этот раздел позволяет изучить индивидуальные особенности*

## ▣ **Я ГЛАЗАМИ УЧИТЕЛЯ**

- ▣ *В этом разделе учитель заполняет результаты и анализ тестирований . Также задачи и действия выполнения этих задач.*
- ▣ *Этот раздел позволяет учителю выявить минусы и плюсы в физической подготовленности ребёнка и построить работу об улучшении результата.*
- ▣

# **ОБРАЗНЫЙ ПОРТРЕТ РЕБЁНКА**

---

□ Этот раздел позволяет узнать о ребёнке, с помощью взаимодействия классного руководителя, родителя, психолога и мед. работника, полную информацию об индивидуальных особенностях характера ребёнка.

## **□ КАРТА БОЛЕЗНЕЙ В ТЕЧЕНИИ ГОДА**

Этот раздел позволяет учителю отследить заболевания ребенка в течении года, так как каждое заболевание является тоже минусом для улучшения результатов.

## **ОПРОСНЫЕ ЛИСТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ**

С целью определения мотивации младших школьников к занятиям физической культурой мы разработали анкету, состоящую из 3 блоков вопросов, закрытых по форме.

1. Блок вопросов: «Мотивы, побуждающие к занятиям физической культурой ».
2. Блок вопросов: «Отношение к занятиям физической культурой».
3. Блок вопросов «Анкетирование родителей».

В этом разделе учитель анализирует анкеты родителей и учеников об выявлении интересов и запросов на уроках физической культуры.

## ПРОМЕЖУТОЧНЯ ДИАГНОСТИКА И АНАЛИЗ

- Промежуточная диагностика проводится один раз в четверть, после чего анализируется и проводится коррекция поставленных задач. Коррекция учителем направлений дальнейшей работы над возникшими у ребенка затруднениями в области физического воспитания.