

3.2 ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ, В ТОМ ЧИСЛЕ С ПРИМЕНЕНИЕМ ИНФОРМАЦИОННО КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ УСПЕШНОСТИ УЧАЩИХСЯ.

Современные оценочные средства позволяют мне достигать главную цель моей профессиональной деятельности, направленную на формирование и всестороннее развитие физических и психических качеств воспитанников в соответствии с возрастными особенностями. Для определения успешности воспитанников применяю ниже описанные методы:

Оценивание теоретической части по физической культуре

№п/п	Современные оценочные средства
1.	Устный фронтальный опрос.
2.	Индивидуальный опрос.
3.	Комбинированный опрос.
4.	Письменный ответ по вопросам индивидуального задания (карточки).
5.	Письменный ответ на вопросы тестового задания.
6.	Самостоятельная работа с учебником, письменные ответы на вопросы.
7.	Создание презентаций по разделам урока.
8.	Написание и защита рефератов.
9.	Компьютерное тестирование Testserver.pro; infourok.ru; ОНЛАЙН-ТЕСТЫ на OLTEST.RU, http://testedu.ru/test/fizkultura/ , http://edutatar.ru/blog/test/227.html , https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/testi/page=1?class=&count=20 ; https://testserver.pro/index/common/fizra ; Электронный журнал и электронные дневники учащихся «Аверс»; «ГИС»
10.	Защита проектов.
11.	Ведение дневника самоконтроля. Умение оценить динамику функциональных показателей и уровень собственной физической подготовленности (по данным дневника самоконтроля).

Оценивание практической части по физической культуре

№п/п	Современные оценочные средства
1.	Тестирование. Метод оценивания по пятибалльной шкале.
2.	Оценка уровня развития силовых качеств.
3.	Оценка уровня развития гибкости.
4.	Оценка уровня развития быстроты.
5.	Оценка уровня развития выносливости.
6.	Оценка уровня развития координационных способностей.
7.	Оценка уровня развития скоростно-силовых способностей.

ОПИСАНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

УСТНЫЙ ФРОНТАЛЬНЫЙ ОПРОС	Устный опрос - индивидуальный, фронтальный, уплотненный. Сущность этого метода заключается в том, что учитель ставит учащимся вопросы по содержанию изученного материала и побуждает их к ответам, выявляя таким образом, качество и полноту его усвоения. Поскольку устный опрос является вопросно-ответным способом проверки знаний учащихся, его еще иногда называют беседой.
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ОПРОС	Индивидуальный опрос имеет своей целью основную проверку знаний, умений и навыков отдельных учащихся.
КОМБИНИРОВАННЫЙ ОПРОС	В целях рационального использования рабочего времени проводится комбинированный, уплотненный опрос, сочетая устный опрос с другими методами: с письменным опросом по карточкам, с самостоятельной работой.
ПИСЬМЕННЫЙ ОТВЕТ ПО ВОПРОСАМ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗАДАНИЯ (карточки)	Письменная проверка по карточкам эффективнее развивает логическое мышление, приучает к большей точности в ответах. Успех проверочной работы тесно связан с обязательным применением суммы полученных новых знаний, умений и навыков, глубина и прочность которых проверяются учителем. Полученная обратная информация используется им в целях коррекции, как своей педагогической деятельности, так и познавательной деятельности учащихся.
ПИСЬМЕННЫЙ ОТВЕТ НА ВОПРОСЫ ТЕСТОВОГО ЗАДАНИЯ	Тест состоит из 10 вопросов, на каждый из которых приведено 4 варианта ответов и эталона. Задание выдается ученикам для выполнения, эталон представляет собой образец правильного и последовательного выполнения задания. Сравнивая эталон с ответом ученика, можно объективно судить о качестве усвоения учебного материала. Тестовый контроль могут выполнять освобожденные по состоянию здоровья учащиеся.
САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА С УЧЕБНИКОМ	Самостоятельная работа обучающихся с учебником обеспечивает повышение эффективности образовательного процесса по данному предмету как в отношении овладения системой знаний, умений и навыков, так и в отношении развития творческих способностей школьников. Учебник помогает формировать умения самостоятельно рассуждать, делать выводы, сопоставлять, анализировать, находить частное и общее, устанавливать закономерности.
ЗАЩИТА РЕФЕРАТОВ	Цель такого вида самостоятельной работы – систематизация и закрепление

	<p>полученных теоретических знаний и практических навыков учеников, а также развитие умений использовать нормативную, правовую, справочную и другую литературу.</p> <p>Работа над рефератом способствует развитию познавательных способностей и активности обучающихся, формирует самостоятельность мышления, развивает исследовательские умения. Объем работы, самостоятельно выполняемый учениками, зависит от рассматриваемой темы и может быть представлен в виде печатных материалов. При написании реферата учащийся должен соблюдать следующие требования:</p> <p>а) проработать курс лекций по заданной теме;</p> <p>б) выбрать из прилагаемого списка необходимую литературу, соответствующую данной теме, проработать и проанализировать материал, изложенный в ней по исследуемой теме;</p> <p>в) всесторонне использовать статистические и другие необходимые данные для более полной характеристики рассматриваемой темы;</p> <p>г) правильно систематизировать и обобщить все полученные материалы;</p> <p>д) связать вопросы теории с практикой, сделать выводы и предложения по разрабатываемой теме, предложить рекомендации;</p> <p>е) оформить работу в соответствии с требованиями стандарта, приложив при необходимости схемы, рисунки, фотографии.</p> <p>Реферат (выступление, сообщение, доклад) должен полностью раскрывать тему, быть связан с современной жизнью и содержать конкретные выводы и рекомендации.</p>
<p>КОМПЬЮТЕРНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ Testserver.pro; infourok.ru; ОНЛАЙН-ТЕСТЫ на OLTEST.RU; http://testedu.ru/test/fizkultura/; http://edutatar.ru/blog/test/227.html; https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/testi/page=1?class=&count=20; https://testserver.pro/index/common/fizra.</p>	<p>Использование компьютерных тестов на теоретических уроках физической культуры дает возможность:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять реальную индивидуализацию и дифференциацию обучения; • вносить обоснованные изменения в процесс преподавания, • достоверно оценивать качество обучения.

<p>ЗАЩИТА ПРОЕКТОВ</p>	<p>Проектное обучение - это путь замысла или способ планирования. Учителю важно развить способности ученика к целеполаганию, планированию, реализации задуманного и самооценке.</p> <p>Учебный проект - это самостоятельная практико – ориентированная работа, в которой решаются учебные задачи:</p> <p>а) исследовательские;</p> <p>б) учебные;</p> <p>в) культурные;</p> <p>г) социальные и прикладные.</p> <p>Что дает метод проектов ученику?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развивает -- самостоятельность, - ответственность, - инициативность. 2. Учит - ставить цели, продумывать способы их решения. 3. Стимулирует познавательный интерес, - расширяет кругозор. 4. Создает деловые отношения, учит работать в коллективе. 5. Развивает умения работать с ИКТ. 6. Учит работать с информацией, учит анализировать ее.
<p>Задания на портале «Российская электронная школа»</p>	<p>Упражнения и проверочные задания в уроках, контрольные работы и самостоятельные проекты – все направлено на усвоение школьником требуемых обществом знаний, умений и навыков, формирование компетенций. Задания максимально приближены к образцу экзаменационных тестов и могут быть использованы для подготовки к промежуточному контролю.</p>

ОПИСАНИЕ ОЦЕНИВАНИЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ ЧАСТИ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

<p>МЕТОД ОЦЕНИВАНИЯ ПО ПЯТИБАЛЬНОЙ ШКАЛЕ</p>	<p>Оценка «5» - упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, без напряжения, уверенно; в играх учащийся показал знание правил игры, умение пользоваться изученными упражнениями для быстрого достижения</p>
---	--

	<p>индивидуальных и коллективных целей в игре.</p> <p>Оценка "4" - упражнение выполнено в соответствии с заданием, правильно, но с некоторым напряжением, недостаточно уверенно, в играх учащийся показал знание правил игры, но недостаточно уверенно умеет пользоваться изученными движениями для быстрого достижения результатов в игре.</p> <p>Оценка "3" - упражнение выполнено правильно, но недостаточно точно, с большим напряжением, допущены незначительные ошибки; в играх учащийся показал знание лишь основных правил, но не всегда умеет пользоваться изученными движениями.</p> <p>Оценка "2" - упражнение выполнено неправильно, с грубыми ошибками; в играх учащийся показал слабое знание правил, неумение пользоваться изученными упражнениями.</p> <p>Оценка "1" - упражнение не выполнено; в играх учащийся показал незнание правил и неумение играть.</p>
ТЕСТИРОВАНИЕ	<p>Тестирование-это исследовательский метод, который позволяет выявить уровень знаний, умений и навыков, способностей и других качеств личности, а также их соответствие определенным нормам путем анализа способов выполнения испытуемым ряда специальных заданий. Контрольные нормативы и испытания по физической культуре для основной школы, составлены на основе Примерной программы общего образования и в соответствии с Комплексной программой физического воспитания учащихся (авторы – В.И.лях, А.А.Зданевич), и программы Образовательных учреждений Физическая культура основной школы 5 - 9 классы (автор А.П.Матвеев) с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения. Контрольные испытания проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока, с целью выявления динамики физического развития учащихся и более правильного распределения нагрузки на уроках.</p>
ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ	<p>Сила-это проявление таких возможностей человека, которые позволяют преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счет мышечных напряжений. Для оценки уровня развития силовых качеств используются специальные контрольные упражнения (тесты): подтягивание на высокой и низкой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; поднятие туловища из положения лежа на спине; приседания на одной ноге; поднятие гири и др.</p>

ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ГИБКОСТИ	Основным критерием оценки гибкости является наибольшая амплитуда движений, которая может быть достигнута испытуемым. Амплитуду движений измеряют в угловых градусах или в линейных мера (в сантиметрах), используя аппаратуру и педагогические тесты. Контрольные упражнения: подвижность в плечевом суставе; подвижность позвоночного столба; подвижность в тазобедренном суставе.
ОЦЕНКА УРОВНЯ РАЗВИТИЯ БЫСТРОТЫ	Быстрота - это способность человека совершать двигательные действия в минимальный для данных условий отрезок времени с определенной частотой импульсивностью. Контрольные нормативы: бег 30м,60,100м; бег 3X10м, прыжки на скакалке 30сек и др.
ОЦЕНКА УРОВНЯ ВЫНОСЛИВОСТИ	Выносливость – это способность организма противостоять утомлению. Контрольные упражнения: бег 1000м, 2000м, 3000м., бег на лыжах 1000м, 2000м,3000м, 5000м и т.д.
ОЦЕНКА УРОВНЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ	Координационные способности-это способности точно управлять своими двигательными действиями и регулировать их. Основными составляющими этих способностей являются: правильность, быстрота, рациональность, находчивость. Они в свою очередь имеют качественные и количественные характеристики. Такие как: адекватность, своевременность, целеустремленность, точность скорость, экономичность, стабильность, быстрота реагирования, ориентация в пространстве, соединение отдельных частей в целое движение. Контрольные упражнения: варианты челночного бега; метание мяча в цель с различного расстояния и из различных исходных положений; упражнения с волейбольными, баскетбольными, футбольными мячами и др.
ОЦЕНКА СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ	Скоростно-силовая подготовка направлена на решение основной задачи развития быстроты движения. Контрольные упражнения: прыжки через скакалку; подтягивания; отжимания на параллельных брусьях, от пола или от скамейки; поднятие туловища из положения лежа с согнутыми коленями; висы на согнутых и полусогнутых руках; подъем переворотом на высокой перекладине; прыжок в длину с места с двух ног; поднятие и опускание прямых ног до ограничителя; прыжок вверх со взмахом и без взмаха рук; (определяется высота выпрыгивания); метание набивного мяча (1 — 3 кг) из различных исходных положений двумя и одной рукой; и т.д. Критериями оценки скоростно-силовых способностей и силовой выносливости служат число подтягиваний, отжиманий, время удержания определенного положения туловища, дальность метаний (бросков), прыжков и т.п.
РЕЙТИНГОВАЯ СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ	Рейтинговая система оценивания - индивидуальный числовой показатель оценки учебных достижений, который характеризует каждого ученика. Для составления рейтинга используется язык цифр, что в какой-то мере исключает влияние личности учителя, то есть отметка более объективна. В основе системы лежит получение баллов за правильное выполнение двигательных действий и тестовых

	заданий во время зачета (исходя из 5 баллов). Рейтинговая технология: соответствующим числом баллов методически точно оценивается каждое упражнение и устанавливается рейтинг, соответствующий тому или иному уровню выполнения упражнения. Эти баллы рейтинга переводятся в привычные оценки «5», «4», «3», «2», «1». При подведении итогов учитывается сумма всех баллов. Эта процедура позволяет отойти от использования субъективно – экспертного оценивания знаний, умений, навыков учащихся. Важным моментом рейтинговой системы является то, что дифференцированно оценивая ту или иную сторону деятельности учащегося определенным числом баллов, учитель мотивирует его на совершенствование этой деятельности.
МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЛЯ ОЦЕНИВАНИЯ УЧАЩИХСЯ ПО ПРИРОДУ ПОКАЗАТЕЛЕЙ С УЧЕТОМ ИХ СПОСОБНОСТЕЙ	Результаты мониторинговых исследований позволяют отслеживать динамику показателей физического развития и физической подготовленности обучающихся и, тем самым, могут использоваться как эффективное средство осуществления индивидуального подхода к физическому воспитанию, поиска путей оптимизации учебного процесса по физической культуре и сохранения индивидуального здоровья каждого ученика.
КОНТРОЛЬНО-ОЦЕНОЧНАЯ СИСТЕМА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, ОСНОВАННАЯ НА НАКОПИТЕЛЬНОМ ПРИНЦИПЕ.	Новизна заключается в следующем: - во-первых, основные оценочные действия и ответственность за формирование оценки переносятся на обучающихся, тем самым обеспечивается их оценочную самостоятельность, развиваются рефлексивные умения и навыки. Обучающийся самостоятельно «строит» (проектирует) свою оценку, что способствует развитию его проектных умений; - во-вторых, в суммарной оценке по физической культуре учитываются результаты внеурочной физкультурой деятельности и иные объекты, ранее не учитывавшиеся в процессе оценивания.
МЕТОДЫ ОЦЕНКИ ТЕХНИКИ ВЛАДЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫМИ ДЕЙСТВИЯМИ.	Метод открытого наблюдения заключается в том, что учащиеся знают, кого и что будет оценивать учитель, а скрытого – в том, что им известно лишь, что учитель наблюдает за определенными видами двигательных действий. Метод вызова заключается в том, что учитель выявляет отдельных учащихся, у которых очень хорошо получаются конкретные упражнения, и просит их продемонстрировать классу образец выполнения двигательных действий. Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками и качества выполнения домашних заданий. Комбинированный метод , когда учитель одновременно с проверкой знаний оценивает технику соответствующих двигательных действий. Данные методы можно применять индивидуально и фронтально для оценивания работы большой группы учащихся или класса в целом.
СИСТЕМА «ПОРТФОЛИО ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩЕГОСЯ».	Портфолио – это способ фиксирования, накопления и оценки индивидуальных

	<p>достижений школьника в определенный период его обучения. Портфолио ориентирован не только на процесс оценивания полученных школьником результатов, но и на самооценку, то есть активное и сознательное отношение самого школьника к процессу и результатам обучения.</p>
ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ	<p>Для оценки показателей здоровья, обучающихся я использую урок-валеологический практикум. В основе валеологического практикума лежит методика количественной экспресс-оценки уровня здоровья детей и подростков (по Л.Г. Апанасенко).</p> <p>Вначале ребята знакомятся с методикой и параметрами, характеризующими физическое развитие. Исследование физического развития проводится с использованием антропометрических методик: соматометрических – длина тела (рост), масса тела (вес); физиометрических - жизненная емкость легких, мышечная сила кистей рук (кистевая динамометрия). Объясняется выполнение проб и тестов, работа с используемыми приборами и инструментами. Подробно разъясняются расчетные формулы и оценочные критерии. Оценку показателей здоровья получаем путем фактических измерений, выполнений проб и тестов, характеризующих в том числе и адаптацию организма к физической нагрузке, и уровень физического состояния испытуемого. Все измерения выполняются в медицинском кабинете школы с помощью врача, вычисления на теоретических уроках физкультуры.</p>