

**«Российский университет спорта «ГЦОЛИФК»**



**Дисциплина: Проектная культура педагога  
по физической культуре**

**Тема: «Индивидуальный проект как форма  
итоговой аттестации обучающихся»**

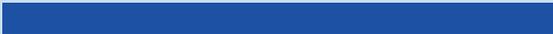
**Выполнил: \_\_\_\_\_**

**Проверил: \_\_\_\_\_**

# Актуальность и роль проектно-исследовательской деятельности

Проектно-исследовательская деятельность является актуальным трендом в современном образовании, ставящим целью формирование у учащихся навыков самостоятельного анализа, критического мышления и решения реальных проблем. Эта педагогическая парадигма активно внедряется в различные предметы, включая естественные и гуманитарные науки. Однако её применение на уроках физкультуры остается не настолько широко распространённым, хотя потенциал здесь огромен. Традиционные методы преподавания физкультуры, основанные на заранее определенных упражнениях и четко структурированных занятиях, далеко не всегда могут привлечь внимание и интерес учащихся. Многие из них часто воспринимают физкультуру как что-то обязательное, но не интересное. В связи с этим возникает необходимость обновления подходов и методик.

Проектно-исследовательская деятельность на уроках физкультуры может стать не просто «дополнением», но и кардинальным обновлением преподавания этого предмета. Этот подход позволяет не только разнообразить уроки, но и сделать их более интерактивными и динамичными, что в свою очередь способствует более глубокому и всестороннему развитию учащихся.

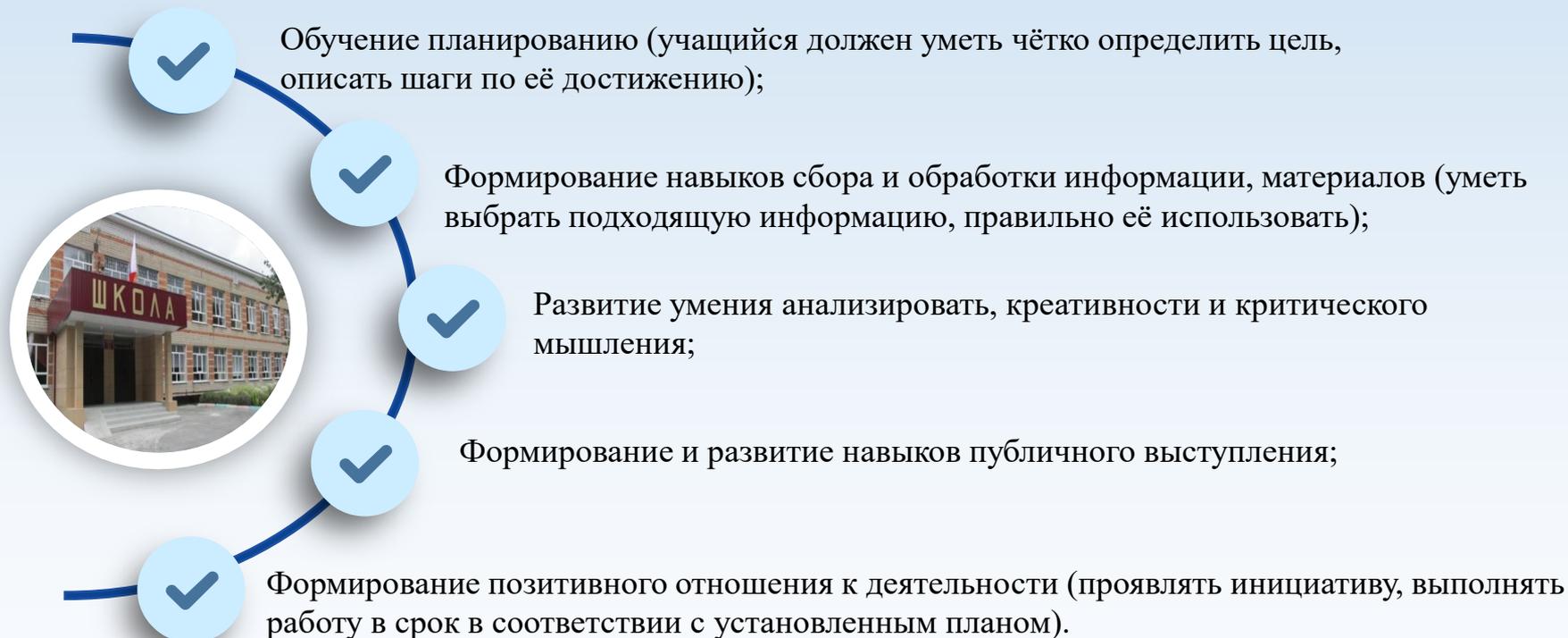


# Индивидуальный проект: цели и задачи

**Индивидуальный проект** - это форма итоговой аттестации обучающихся по физической культуре, которая предполагает решение конкретной проблемы и достижение заранее запланированного результата.

**Цели индивидуального проекта:** для обучающихся - продемонстрировать свои достижения в самостоятельном освоении избранной области; для педагогов - создать условия для формирования УУД учащихся, развития их творческих способностей и логического мышления.

## Задачи индивидуального проекта



# Примеры проектов на уроках физкультуры

## Сравнительный анализ различных видов спорта.

В этом проекте ученики могут изучать, как различные виды спорта влияют на определённые группы мышц и общую физическую подготовленность. Задачей будет собрать статистические данные, провести анализ и сделать выводы о том, какой вид спорта является наиболее эффективным для развития определенных физических качеств.

## Разработка индивидуальных программ тренировок.

Учащиеся могут создать индивидуальные программы физических упражнений для разных возрастных групп, учитывая их физиологические особенности и потребности. После разработки программ, они могут быть протестированы на добровольцах, с последующим анализом эффективности.

## Исследование влияния регулярных физических нагрузок на уровень стресса.

В этом проекте целью является изучение взаимосвязи между регулярным выполнением физических упражнений и уровнем стресса у учащихся. Ученики могут использовать различные методы сбора данных, такие как анкетирование, наблюдение или даже медицинские тесты, для подтверждения или опровержения гипотезы.

## Педагогические игры как элемент физического развития.

Педагогические игры могут быть интегрированы в уроки физкультуры как метод обучения и развития физических навыков.

Здесь можно разработать серию игр, направленных на развитие координации, силы, скорости и других физических качеств, а затем провести анализ их эффективности.

# Методы исследования в индивидуальном проекте

**Физические тесты:** Измерение физических показателей, таких как сила, выносливость, гибкость, скорость и др. Учащиеся могут провести тесты до начала проекта и после его завершения, чтобы оценить изменения.

**Анкетирование:** Сбор информации с помощью вопросников или опросов. Например, ученики могут опросить своих одноклассников о их физической активности и отношении к ней.

**Наблюдение:** Описание и анализ поведения и результатов деятельности. Например, наблюдение за уровнем энергии и активности, учащихся после проведенных тренировок.

**Сбор данных из существующих источников:** Анализ статистики, научных исследований и других доступных данных, связанных с выбранной темой.

**Эксперименты:** Проведение контролируемых экспериментов для проверки гипотезы. Например, учащиеся могут провести эксперимент, изменяя частоту и интенсивность физических занятий, чтобы определить их влияние на определенные физические показатели.

# Процесс реализации индивидуального проекта

После того как учащиеся выбрали тему, сформулировали гипотезу и определили методы исследования, начинается процесс реализации проекта. Этот этап включает в себя несколько ключевых шагов.

## Этапы реализации индивидуального проекта

№ п/п	Этапы	Описание
1	<b>Планирование и организация</b>	Учащиеся должны разработать детальный план выполнения проекта, который включает в себя расписание проведения исследований, бюджет, список необходимых ресурсов и материалов.
2	<b>Сбор данных</b>	В соответствии с выбранными методами исследования, учащиеся собирают данные. Это может включать в себя проведение физических тестов, анкетирование, наблюдение и другие действия, необходимые для получения информации.
3	<b>Анализ данных</b>	После сбора данных учащиеся проводят их анализ. Это включает в себя обработку статистики, визуализацию результатов и сравнение с гипотезой.
4	<b>Интерпретация результатов:</b>	Учащиеся оценивают полученные результаты и пытаются интерпретировать их с точки зрения гипотезы. Они пытаются понять, подтвердились ли их ожидания, и если нет, какие выводы можно сделать.
5	<b>Создание отчета</b>	Важной частью процесса является создание отчета или презентации, в котором учащиеся представляют свои результаты и выводы. Отчет должен быть структурированным и легко понимаемым, чтобы донести информацию до аудитории.
6	<b>Дискуссия и обсуждение</b>	Учащиеся представляют свой проект и результаты перед классом или аудиторией. Это открывает возможность для обсуждения и задавания вопросов.
7	<b>Внесение коррективов</b>	Иногда результаты проекта могут привести к новым вопросам или идеям. В таком случае учащиеся могут решить внести коррективы в проект и продолжить исследование.

# Выводы

**Защита проекта** проводится на школьной конференции, обычно в мае. Процедура состоит в 6–8-минутном выступлении учащегося, который раскрывает актуальность, поставленные задачи, суть проекта и выводы. Далее следуют ответы на вопросы комиссии.



Проектная деятельность является уникальным инструментом развития личности обучающихся, действенным фактором образовательного процесса, способствующим развитию педагога и ребенка, формирующим высокий уровень общественной культуры и образования. Общеизвестно, что нельзя человека научить на всю жизнь, его надо научить учиться всю жизнь. Этому и способствует проектная и учебно-исследовательская деятельность, которая нацелена на формирование у школьников и студентов основных ключевых компетентностей. А задачей всего педагогического коллектива и администрации образовательного учреждения является грамотная организация и профессиональное психолого-педагогическое сопровождение исследовательской и проектной деятельности обучающихся.

# Вопросы по теме

**Задачами индивидуального проекта являются:**

- А) Обучение планированию: развитие умения анализировать, креативности и критического мышления;
- Б) Формирование и развитие навыков публичного выступления
- В) продемонстрировать свои достижения
- Г) Верны А и Б
- Д) Верны Б и В
- Ж) Верно все выше перечисленное

**Методами исследования в индивидуальном проекте являются:**

- А) Тесты, анкетирование, эксперименты
- Б) Наблюдение, сбор данных
- В) Все выше перечисленное
- Г) Верно А и Б, без наблюдения



# Список литературы

1. Индивидуальный проект как демонстрация достижения учащихся в самостоятельном освоении содержания и методов избранных областей знаний по физической культуре [Электронная версия][ Ресурс: <https://infourok.ru/individualnyj-proekt-kak-demonstraciya-dostizheniya-uchashihsya-v-samostoyatelnom-osvoenii-soderzhaniya-i-metodov-izbrannyh-obra-4953134.html>]

2. Материал на тему «Проектная деятельность на уроках физической культуры» [Электронная версия][ Ресурс: <https://videouroki.net/razrabotki/material-na-temu-proektnaya-deyatelnost-na-urokakh-fizicheskoy-kultury.html>]

3. Проектно-исследовательская деятельность на уроках физкультуры [Электронная версия][ Ресурс: <https://urok.1sept.ru/articles/699823>]



**ГЦОЛИФК**

РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**