

# МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

Тема:

**«Применение проектных технологий  
на уроках физической культуры и  
во внеурочной деятельности»**

**Выполнил:**

учитель физической культуры  
МОУ «Яблоневская ОШ»  
Фишман Аркадий Владимирович

2017 г.

## СОДЕРЖАНИЕ:

Введение .....	3
1. Метод проектов и цели проектного обучения по физической культуре .....	3
2. Виды проектов по физической культуре .....	5
3. Методика привлечения учащихся к участию в проектной деятельности .....	8
4. Проектная деятельность учащихся .....	9
Выводы .....	35
Приложения .....	36
Список использованной литературы .....	57

## Введение

Модернизация российского образования принесла в школу много значительных изменений, как для учеников, так и для учителей. Изменились цели образования; результатом обучения должен стать ученик, способный создавать собственный продукт и нести за него ответственность. В процессе школьного обучения всё больше стали применяться не использовавшиеся ранее методы (проектный, исследовательский).

Согласно требованиям ФГОС образовательная программа учреждения должна включать программу развития универсальных учебных действий, обеспечивающую «формирование у обучающихся основ культуры исследовательской и проектной деятельности и навыков разработки, реализации и общественной презентации обучающимися результатов исследования, предметного или межпредметного учебного проекта, направленного на решение научной, лично и (или) социально значимой проблемы».

Важнейшее требование современного урока – обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм. Дифференцированный и индивидуальный подходы важны для учащихся, как с низкими, так и с высокими результатами в области физической культуры. Низкий уровень развития двигательных качеств часто бывает одной из главных причин неуспеваемости ученика по физической культуре. Учащиеся делятся на основную, подготовительную и специальную группы. Ученикам с подготовительной и специальной группой можно заниматься с ограничениями. Помимо этого, учащиеся болеют, а затем их освобождают от уроков физической культуры на некоторый срок. Все временно освобожденные должны быть аттестованы по предмету физическая культура. Один из вариантов решения данной проблемы – это использование проектной деятельности на уроках.

Новые требования современное образование предъявляет и к самому педагогу – это разработка и реализация собственных проектов, руководство проектной деятельностью учащихся.

Итак, актуальность можно обосновать следующими положениями:

1. Требование ФГОС.
2. Аттестация учеников с ослабленным здоровьем.
3. Аттестация самого педагога.

### **1. Метод проектов и цели проектного обучения по физической культуре**

В ходе модернизации образования, одной из основных задач в преподавании предмета «физическая культура» становится освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в

формировании здорового образа жизни. При реализации этой задачи, мы неизбежно сталкиваемся с рядом трудностей: лишать детей столь необходимой двигательной активности в пользу изучения теории, либо изучать теоретическую часть вскользь, не акцентируя на этом большого внимания. Это заставило меня искать новые стратегии в преподавании именно теоретической части физической культуры. Практика показала, что наиболее рациональным является внедрение метода проектов. Это позволяет решать сразу несколько задач:

- развитие личностных компетентностей учащихся;
- интегрированность процесса обучения;
- экономия времени на самом уроке.

**Метод проектов** представляет собой гибкую модель организации образовательно-воспитательного процесса, способствует развитию наблюдательности и стремлению находить ответы на возникающие вопросы, проверять правильность своих ответов, на основе анализа информации, при проведении экспериментов и исследований, заставляя детей исподволь изучать теоретическую часть предмета физическая культура.

Этапы работы: выдвижение гипотезы, определение актуальности, определение темы, цели и задач проекта, выбор объекта, предмета исследования, подбор методов исследования: анкетирование, статистическая обработка данных анкетирования, сбор и изучение информации, сравнение, анализ, сравнение результатов исследований с научными знаниями, создание продукта, подведение итогов работы, оценка новизны, значимости, оформление материалов, создание презентации для защиты проекта.

Результаты работы над проектами: в ходе работы над проектом учащиеся занимаются исследовательской деятельностью, в результате которой им приходится не только учиться обрабатывать данные анкеты, строить графики и диаграммы, но и сравнивать, анализировать и делать выводы о результатах деятельности. Работа с информационными ресурсами: литературой, интернетом повышает информационную компетентность учащихся. А творческая работа над созданием продукта позволяет развивать потенциал личности, что соответствует требованиям ФГОС.

Итогами проектной и учебно-исследовательской деятельности являются не только предметные результаты, а в основном интеллектуальное, личностное развитие школьников, рост их компетентности в выбранной для исследования или проекта сфере, формирование умения сотрудничать в коллективе и

самостоятельно работать, уяснение сущности творческой исследовательской и проектной работы, которая рассматривается как показатель успешности исследовательской деятельности.

Много споров возникало именно в том, можно ли считать ли проектами работы учащихся в том или ином направлении и основным предметом спора были именно вопросы новизны и значимости. Но давайте исходить из интересов ребенка, что является именно для него новым и значимым на данном периоде обучения. Учащиеся, условно самостоятельно, работая над проектом, констатируют новый, им неизвестный факт, или анализируя полученные результаты, приходят к новому для них выводу, что само по себе повышает качество образования, т.к. они превращаются из объекта в субъект обучения, самостоятельно учатся и активно влияют на содержание собственного образования. Таким образом, в повышении активности учащихся играет большую роль применение технологий проектного обучения.

### **Цели проектного обучения:**

- Обеспечить механизм развития критического мышления ребёнка, умения искать путь решения поставленной задачи.
- Развивать у учащихся исследовательские умения, умение строить гипотезы, обобщать, развивать абстрактное и аналитическое мышление.
- Способствовать повышению самооценки учащихся.

## **2. Виды проектов по физической культуре**

Метод проектов всегда ориентирован на самостоятельную деятельность учащихся, которую они выполняют в отведенное для этой работы время, применительно к физической культуре большей частью внеурочное.

Виды проектов разнообразны. С. Хейнс выделяет следующие основные категории: информационный и исследовательский проект, обзорный проект, продукционный проект, проекты-инсценировки.

### **Информационные проекты**

Этот тип проектов изначально направлен на сбор информации о каком-то объекте, ознакомление участников проекта с этой информацией, ее анализ и обобщение фактов, предназначенных для широкой аудитории. Такие проекты требуют хорошо продуманной структуры, возможности систематической коррекции по ходу работы над проектом. Выполнение проектов данного вида

обычно не представляют затруднений у учащихся, которые с легкостью выполняют ее по предложенной структуре. Структура такого проекта может быть обозначена следующим образом:

- цель проекта – результат (статья, реферат, доклад, видеоматериалы и пр.);
- предмет информационного поиска – поэтапность поиска с обозначением промежуточных результатов
- аналитическая работа над собранными фактами
- выводы

В случае необходимости может вноситься корректировка первоначального направления, дальнейший поиск информации по уточненным направлениям, анализ новых фактов, обобщение, выводы и т. д. до получения данных, удовлетворяющих всех участников проекта,

- заключение, оформление результатов (обсуждение, редактирование, презентация, внешняя оценка).

Темами информационный проектов могут быть: «Русские народные игры и забавы», «Мой любимый вид спорта», «История Олимпийского движения в России», «Применение лыжных ходов с учетом рельефа местности» и др. Они с успехом применяются при проведении «Дня здоровья», «Дня защиты детей», при проведении вводных уроков.

## **Исследовательские проекты**

Такие проекты требуют хорошо продуманной структуры проекта, обозначенных целей, актуальности проекта для всех участников, социальной значимости, продуманных методов, в том числе экспериментальных и опытных работ, методов обработки результатов. Примерами исследовательских проектов, применяемых в практике могут служить «Мое здоровье в моих руках», «Физическая культура в повышении моей физической и умственной работоспособности» и др. Безусловно, нации нужны образованные, воспитанные, культурные люди, но главное, и с этим вряд ли можно спорить, нации нужны люди здоровые. И для родителей, не будем кривить душой, на первом месте стоит здоровье ребенка, а уж потом его успехи в математике и английском...

Совместно с врачами можно реализовывать сугубо индивидуальные проекты «Моё здоровье в моих руках», целью которых является приобщение детей с ослабленным здоровьем к адаптивной физической культуре. Здесь много положительных моментов. Дети с ослабленным здоровьем не

«отбывают наказание» во время урока физкультуры на лавочке, а работают по индивидуальному плану, выполняя посильную физическую нагрузку. Ведя журнал самочувствия, учатся анализировать, делать выводы. Данный проект растянут во времени исполнения, поэтому высока роль промежуточного контроля за его выполнением, внесением корректировок. Для ребенка очень важна заинтересованность взрослых участников: учителя, врача и конечно родителей, а положительный эффект стимулируют к дальнейшей деятельности.

### **Творческие проекты**

Такие проекты, как правило, не имеют детально проработанной структуры, она только намечается и далее развивается, подчиняясь логике и интересам участников проекта. В лучшем случае можно договориться о желаемых, планируемых результатах (совместной газете, сочинении, видеофильме, спортивной игре, экспедиции, пр.). Оформление результатов проекта может быть в виде сборника, сценария, программы праздника, видеофильма и т. д.

### **Приключенческие, игровые проекты**

В таких проектах структура также только намечается и остается открытой до окончания проекта. Участники принимают на себя определенные роли, обусловленные характером и содержанием проекта. Это могут быть литературные персонажи или выдуманные герои, имитирующие социальные или деловые отношения, осложняемые придуманными участниками ситуациями. Результаты работы могут намечаться в начале проекта, а могут вырисовываться лишь к его концу. Отмечается высокая степень творчества.

### **Практико-ориентированные проекты**

Эти проекты отличает четко обозначенный с самого начала результат деятельности участников проекта. Причем этот результат обязательно четко ориентирован на социальные интересы, интересы самих участников работы (газета, документ, видеофильм, звукозапись, спектакль, программа действий, проект закона, справочный материал, пр.). Такой проект требует хорошо продуманной структуры, даже сценария всей деятельности его участников с определением функций каждого из них, четкие выходы и участие каждого в оформлении конечного продукта. Здесь особенно важна хорошая организация координационной работы в плане поэтапных обсуждений, корректировки совместных и индивидуальных усилий, в организации презентации полученных результатов и возможных способов их внедрения в практику, организация систематической внешней оценки проекта.

На основании ежегодно проводимого мониторинга физического состояния учащихся, создаются индивидуальные «Программы действий на учебный год», а затем и задание на лето.

### **3. Методика привлечения учащихся к участию в проектной деятельности**

Командно-административными методами привлечь учащихся к участию в проекте можно, но должного эффекта это не возымеет, гораздо важнее заинтересовать детей, а для этого необходимо реализовать следующую схему:

#### **1. Подготовка к проекту**

Приступая к созданию учебного проекта, следует соблюдать ряд условий:  
– предварительно изучить индивидуальные способности, интересы, жизненный опыт каждого ученика;  
– выбрать тему проекта, сформулировать проблему, предложить учащимся идею, обсудить ее с учениками.

#### **2. Организация участников проекта**

Сначала формируются группы учащихся, где перед каждым стоит своя задача. Распределяя обязанности, учитываются склонности учащихся к логичным рассуждениям, к формированию выводов, к оформлению проектной работы. При формировании группы в их состав включаются школьники разного пола, разной успеваемости, различных социальных групп.

#### **3. Выполнение проекта**

Этот шаг связан с поиском новой, дополнительной информации, обсуждением этой информации, и ее документированием, выбором способов реализации проекта (это могут быть рисунки, постеры, презентации, кинограммы, викторины и др.). Одни проекты оформляются дома самостоятельно, другие, требующие помощи со стороны учителя, создаются в классе. Главное – не подавлять инициативу ребят, с уважением относиться к любой идее, создавать ситуацию «успеха».

#### **4. Презентация проекта**

Весь отработанный, оформленный материал надо представить одноклассникам, защитить свой проект. Для анализа предлагаемой методики обучения важны способы выполнения и представления проекта. На этом этапе ярко выражается специфика преподавания физической культуры. Защита может быть приурочена к «Дню защиты детей», или «Дню здоровья»,

либо это может быть рекомендация по организации самостоятельных занятий физической культурой, режима дня и т.п.

## **5. Подведение итогов проектной работы**

Количество шагов – этапов от принятия идеи проекта до его презентации зависит от его сложности. Начало проектной деятельности школьников обычно очень простое – то, что имеет непосредственное значение для каждого из них.

Проектная технология, применяемая в преподавании физической культуры, формирует у учащихся следующие компетенции:

- учебно-познавательные (ставится и решается проблема);
- социокультурные (выделение значимости проблемы для человека и общества);
- ценностно-смысловые (в проекте обозначается отношение ученика к проблеме, раскрывается ее ценностный смысл).

Все это превращает урок физкультуры из урока лишь двигательной активности в урок образовательного направления, ставит его в один ряд с другими основными предметами и несомненно повышает авторитет учителя физической культуры.

## **4. Проектная деятельность учащихся**

Метод проектной деятельности нашел успешное применение в работе учителей физической культуры. Учащиеся успешно осваивают этот метод и выполняют проекты индивидуальные и коллективные. Проектная деятельность позволяет пробудить в учащихся интерес к физической культуре, повысить результативность.

В работе по применению проектных технологий используется принцип от простого к сложному. На уроках дети любят задавать вопросы, на которые им можно дать возможность найти ответ самостоятельно. **Сообщение** – это небольшое исследование ответ на вопрос, заданный на уроке. С сообщениями ребята выступают в начале урока. Примеры тем сообщений: «Зачем нужна разминка?», «Чем отличается зарядка от разминки?», «Вред и польза капроновых колготок!?» и другие.

**Инструкция по выполнению двигательного действия** - помогает понять суть движения. Составление инструкций очень интересный вид деятельности. Данное задание можно применять не только с освобожденными учениками, но и с учениками, у которых что-либо не получается. Например, у ребенка не получается верхний прием и передача мяча в волейболе. Он составляет инструкцию. Задание можно дать нескольким ученикам, а затем обсудить вместе результат и исправить ошибки. Ученик по этой инструкции может научить одноклассника.

**Реферат** - подготовка к написанию проекта, элемент проекта. Реферат обычно пишут ученики, которые освобождены от урока на 2-4 недели. Это краткосрочный проект. При выполнении реферата ученикам выдается инструкция по правилам его оформления.

**Презентация** - ученики приступают к ее выполнению после освоения программы Power Point на уроках информатики. Презентации можно составлять в виде справочного материала (получение учеником знаний о себе, знаний из области физической культуры, истории спорта, правил игры и т.д.) или в виде тестовых заданий.

При написании сообщения, инструкции, реферата, презентации вместе с получением информации ученик учится правильно излагать материал, оформлять его, выступать перед одноклассниками.

За свою работу ученик получает три оценки: содержание, правильное оформление, изложение материала и ответы на вопросы.

**Кроссворды** – составленные учениками кроссворды, используются учителем как задание на уроках для освобожденных учеников.

Составление **комплексов упражнений, игры** – результаты таких заданий используются учителем для работы.

И наконец, самое трудоемкое – это написание проекта. **Проект** дает возможность формирования у учащихся основ культуры исследовательской деятельности (требование ФГОС). Заканчивается работа над проектом его защитой. Представляя свой проект, учащиеся осознают, что стало результатом их работы. Важно, чтобы ребенок, готовясь к «защите» учился анализировать свои действия, и на основе этого принимать новые решения (рекомендации по написанию проекта в Приложениях №1, №2).

Для начала работы над проектом учителями физической культуры составляются примерные темы исследовательских работ, которые разделены по видам программы по физической культуре.

## Познай себя

№ п/п	Название темы
1	Росто-весовые показатели (длина тела, масса тела)
2	Ожирение, виды и степени ожирения
3	Составить комплекс упражнений при ожирении
4	Осанка: определение, правильная, неправильная осанка, какая у вас осанка. Причины нарушения осанки
5	Составить комплекс упражнений для сохранения и поддержания правильной осанки
6	Плоскостопие: определение, степени плоскостопия, как определить у вас. Причины плоскостопия
7	Составить комплекс упражнений для укрепления мышц стопы
8	Зрение: определение, правила, снижающие риск появления болезни глаз
9	Составить комплекс упражнений – гимнастика для глаз
10	Влияние физических упражнений на основные системы организма: опорно-двигательную, пищеварительную, кровеносную, дыхательную, выделительную, нервную, эндокринную. КАЖДУЮ СИСТЕМУ можно рассмотреть отдельно или по несколько систем.
11	Здоровье и здоровый образ жизни (ЗОЖ): здоровье: определение, три уровня ценности здоровья, факторы, влияющие на здоровье; составляемые ЗОЖ (кратко), почему так важен ЗОЖ.
12	Режим дня: определение, его составляющие, составить свой режим дня
13	Утренняя гимнастика (зарядка): определение, зачем необходима. Составить комплекс упражнений зарядки
14	Сон: определение, продолжительность сна, его польза. Правила сна.
15	Личная гигиена – что такое. Гигиена – определение. Гигиена тела. Гигиена волос. Гигиена полости рта и зубов. Гигиена занятий физическими упражнениями: правила при занятиях физическими упражнениями.
16	Рациональное питание – что это? Кратко: белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, микроэлементы, витамины. Вода и питьевой режим. Режим питания при занятиях физическими

	упражнениями.
17	Закаливание: что такое? Принципы закаливания. Средства закаливания: солнцем, воздухом, водой
18	Самоконтроль при занятиях физическими упражнениями: субъективные и объективные показатели.
19	Первая помощь при травмах: ушибы, ссадины, потертости, раны, кровотечения, растяжения мышц, вывихи, переломы, переохлаждения, солнечные удары.
20	Физкультурные минутки. Составить два комплекса упражнений физкультминуток.
21	Правильное питание Калорийность питания. Рассчитайте свой энергетический баланс
22	Раздельное питание. Что такое? Преимущества. Недостатки.
23	Ожирение. Что такое? Причины ожирения. Степени ожирения. Правила правильного питания.
24	Как измерить вес без весов. Составить комплекс упражнений для снижения веса.
25	Основные питательные вещества: углеводы, белки, жиры, витамины, минеральные вещества.
26	Личная гигиена. Уход за кожей.
27	Скакалка. Польза. Составить комплекс упражнений, разновидности прыжков.

### Легкая атлетика

№ п/п	Название темы
1	Атлетика, что означает древнегреческое слово? Кратко история, интересные факты, знаменитые российские легкоатлеты. Виды легкой атлетики – перечислить.
2	Основные правила соревнований по легкой атлетике: бег, прыжки в длину с разбега и с места, прыжки в высоту, метание.
3	Чем отличается спортивная ходьба от бега? Что такое бег? Виды бега. Найти отличия.
4	Что такое: старт, стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование.
5	Высокий и низкий старт: что такое, отличия, на каких дистанциях используются, правила выполнения.

6	Эстафетный бег: что такое, правила передачи эстафетной палочки.
7	Прыжки: четыре фазы прыжка. Виды прыжков в длину с разбега – чем отличаются друг от друга.
8	Прыжки: четыре фазы прыжка. Виды прыжков в высоту с разбега в легкой атлетике – чем отличаются друг от друга.
9	Составить комплекс упражнений для улучшения прыгучести.
10	Метание мяча на дальность: как правильно удерживать мяч при метании, три фазы техники метания мяча. Техника безопасности при метании.
11	Напиши инструкцию «Обучение прыжку в длину с места».
12	Напиши инструкцию «Обучение метанию на дальность с места»
13	Опиши (составь) правила бега.
14	Многоборье в легкой атлетике.
15	Составить комплекс упражнений специальной разминки легкоатлета.
16	10 подвижных командных игр с бегом для учеников 5-9 классов.

**Развитие двигательных способностей. Умения и навыки. Нагрузка.  
Утомление.**

№ п/п	Название темы
1	<p>Двигательные способности (качества) – дать определение. Что такое гибкость? Как проверить свою гибкость? Составить комплекс упражнений для развития гибкости:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рук и плечевого пояса</li> <li>• Туловища</li> <li>• Ног и тазобедренных суставов</li> </ul>
2	<p>Двигательные способности (качества) – дать определение. Что такое сила? Как проверить свою силу? Составить комплекс упражнений для развития силы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Рук и плечевого пояса</li> <li>• Мышц туловища</li> <li>• Ног</li> </ul>

3	Двигательные способности (качества) – дать определение. Что такое быстрота? Как проверить свою быстроту и скоростно-силовые способности? Составить комплекс упражнений для развития быстроты движений (скоростных способностей); упражнения, развивающие одновременно силу и быстроту.
4	Двигательные способности (качества) – дать определение. Что такое выносливость? Как проверить свою выносливость? Упражнения для развития выносливости.
5	Двигательные способности (качества) – дать определение. Что такое ловкость? Как проверить свою ловкость? Упражнения для развития двигательной ловкости. Упражнения для развития локомоторной ловкости.
6	Двигательное действие? Что такое двигательное умение и двигательный навык? Физическое упражнение? Физические способности?
7	Что такое физическая нагрузка, как ее определить?
8	Что такое утомление, его признаки?

## ГИМНАСТИКА

№ п/п	Название темы
1	История, виды гимнастики (кратко), интересные факты, известные русские спортсмены
2	Гимнастическое упражнение – прыжки: неопорные и опорные.
3	Висы и упоры: определение, разновидности (для школьников).
4	Акробатика: перекаты, группировки, кувырки, стойки, мост, переворот боком (кратко о каждом).
5	Написать инструкцию – обучение кувырку вперед.
6	Написать инструкцию – обучение кувырку назад.
7	Написать инструкцию – обучение стойке на голове.
8	Написать инструкцию – обучение «мост».
9	Написать инструкцию – обучение переворот боком («колесо»).

10	Составить комплекс упражнений для развития гибкости.
11	Составить комплекс упражнений для развития силы.
12	Каково прикладное значение гимнастики, влияние на организм подростка.
13	Составить комплекс упражнений с гантелями.
14	10 игр (эстафет) с элементами гимнастики для учеников 6-9 классов

### Волейбол

№ п/п	Название темы
1	История зарождения. В/б в России. Интересные факты, выдающиеся игроки.
2	Волейбол – определение. Правила игры: размер площадки, название линий, высота сетки, основные правила игры.
3	Основные приемы игры: подача, прием, передача, нападающий удар, блокирование. Все они сочетаются со стойками (что это?) и перемещениями (приставные шаги, двойной шаг, бег, прыжки) игрока. Кратко о каждом.
4	Написать инструкцию по обучению элемента - прием и передача мяча сверху двумя руками.
5	Написать инструкцию по обучению элемента – прием мяча снизу над собой.
6	Написать инструкцию по обучению элемента – нижняя прямая подача.
7	Написать инструкцию по обучению элемента – верхняя прямая подача.
8	Прямой нападающий удар. Его фазы: разбег, прыжок и замах, удар по мячу, приземление.
9	Составить комплекс скоростно-силовых упражнений для волейболистов (8-10 упражнений).
10	Составить комплекс упражнений для развития силы с набивными мячами.
11	Найти (придумать) 10 подвижных игр с волейбольным мячом, в которые можно играть на уроке.

12	Составить кроссворд по теме «волейбол».
13	Игрок «либеро»: кто такой, его место на площадке, функции, замена.
14	Написать инструкцию по обучению элемента – прямой нападающий удар.

### Баскетбол

№ п/п	Название темы
1	История зарождения. Б/б в России. Интересные факты, выдающиеся игроки.
2	Баскетбол – определение. Правила игры: размер площадки, название линий, высота кольца, основные правила игры.
3	Основные приемы игры: ведение, передача, бросок по кольцу. Все они сочетаются со стойками (что это?) и перемещениями (бег лицом и спиной вперед, приставными шагами; остановки прыжком и в два шага; прыжки; повороты с мячом) игрока. Кратко о каждом.
4	Написать инструкцию по обучению элемента – ловля мяча двумя руками.
5	Написать инструкцию по обучению элемента – ведение мяча.
6	Написать инструкцию по обучению элемента – передача мяча двумя руками от груди (одной рукой от плеча) с места.
7	Написать инструкцию по обучению элемента – бросок мяча двумя руками от груди (одной рукой от плеча) с места.
8	Составить комплекс упражнений с баскетбольным мячом для развития координации («школа мяча»).
9	Составить комплекс скоростно-силовых упражнений для баскетболистов (8-10 упражнений).
10	Составить комплекс упражнений для развития силы с набивными мячами.
11	Найти (придумать) 10 подвижных игр с баскетбольным мячом, в которые можно играть на уроке.
12	Составить кроссворд по теме «баскетбол».

Данные темы являются не обязательными. Они служат неким ориентиром. У учеников, которые хотят писать проект, педагог может поинтересоваться:

«Что тебе интересно?». Затем они совместно выносят общее решение, как можно связать увлечение ребёнка или его интерес с физической культурой, здоровьем, движением.

Новые образовательные стандарты нацеливают учащихся на самостоятельное и осознанное развитие физических качеств. Использование проектной технологии позволяет совершенствовать навыки самостоятельной работы.

Наибольшее применение в практике проектной работы занимают мини-проекты, которые укладываются в один урок. В процессе урока формируется:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности, а также формируются общеучебные умения и навыки: умение осмыслить задачу;
- умение отвечать на вопросы;
- умение самостоятельно изобретать способ действия;
- умение находить варианты решения проблемы;
- умение взаимодействовать с любым партнером;
- умение отстаивать свою точку зрения;
- презентационные умения и навыки: умение уверенно держать себя во время выступления.

Примером мини-проекта является урок физической культуры в 7-ом классе по разделу “гимнастика”, целью которого является составление комплекса акробатических упражнений. Выбор проектного метода на данном уроке, обоснован тем, чтобы учебный процесс стал более увлекательным для учащихся и через целенаправленную деятельность ученика, сообразуясь с его личным интересом, решить выявленную проблему.

На данном уроке были представлены следующие этапы проекта:

1. Выявление социально-значимой проблемы, основанной на интересах самих учащихся (недостаточно хорошо развито физическое качество гибкость).

2. Формирование состава проектных групп (2 группы).
3. Распределение обязанностей в группах (консультант, который направляет работу группы и распределяет обязанности между участниками).
4. Выполнение практической части проекта (составление комплекса акробатических упражнений).
5. Презентация проекта (демонстрация комплекса акробатических упражнений).
6. Оценка работы проектных групп.

**Раздел программы:** Гимнастика.

**Тема:** Совершенствование ранее изученных элементов техники акробатических упражнений.

**Тип урока:** Проектирование.

**Проблема.**

1. Недостаточная пластичность мышечных свойств организма учащихся.
2. Отсутствие комплекса акробатических упражнений.

**Результат:** Научить самостоятельно составлять комплекс акробатических упражнений для развития гибкости и применять его в повседневной жизни.

**Цель:** Составить комплекс акробатических упражнений для развития гибкости учащихся.

**Задачи.**

1. Совершенствование техники обязательных акробатических и связующих упражнений.
2. Развитие навыков проектной деятельности.
3. Развитие самостоятельности.
4. Воспитание толерантности.

**Метод:** Фронтальный, поточный, групповой.

**Учебный метод:**

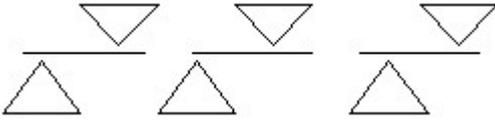
- самостоятельная работа,
- групповая совместная деятельность.

**Место проведения урока:** спортивный зал.

**Инвентарь:** гимнастические маты, гимнастические палочки, магнитофон.

**Класс:** 7 класс

<b>Части урока</b>	<b>Содержание урока</b>	<b>Дозировка</b>	<b>О. М. У.</b>
<b>Вводно-подгот.</b>	Построение. Упражнение на внимание: на 1- руки к плечам, 2 - руки вверх, 3- полуприсед	<b>1-2 мин.</b>	Следить за осанкой. Менять порядок счета. Голову держать прямо, плечи не опускать.
	Ходьба с заданием: (ОРУ) - руки за голову ходьба на носках, - руки в стороны ходьба на пятках, - руки на пояс ходьба на внешней (внутренней) стороне стопы, - руки вперед, ладонь вниз, движения внутрь - в стороны - руки в стороны, рывки назад на каждый шаг; - руки вперед, ладонь внутрь, движения прямыми руками вверх-вниз; - наклоны вперед на каждый шаг;	<b>2-3 мин.</b>	Следить за осанкой и положением рук. Рывок руками с малой амплитудой, руки прямые Махи с малой амплитудой, быстро, руки прямые. Наклон глубокий, нога вперед прямая Шаг широкий, выпады глубже

	- выпады вперед на каждый шаг, руки на пояс.		
	Бег с заданием: - приставными шагами правым боком руки на поясе; - приставными шагами левым боком с вращением рук назад; - с высоким подниманием бедра; - с захлестыванием голени назад.  Упражнения на восстановление дыхания.	<b>3-4 мин.</b>	В равномерном темпе
	ОРУ с гимнастической палкой.	<b>5-7 мин.</b>	Упражнения с большей амплитудой.
	Подвижная игра “Кто первый?”  	<b>1-2 мин.</b>	В паре (правым плечом к плечу партнера, ноги на ширине плеч) перед учащимися лежит палочка, по сигналу, не сгибая колен, необходимо наклониться и схватить палочку первым. Кто не успел, тот выходит из игры. И так со следующим партнером.
	Беседа с учащимися:	<b>2-3 мин.</b>	
	Учитель	Ученики	
<b>Основна</b>	- С помощью	- С помощью	

<b>я</b>	какого качества вам удалось быть лучшими в этой игре?	гибкости		
	- А у вас это качество хорошо развито?	- Нет		
	- Как вам кажется почему?	- Мы мало знаем комплексов упражнений для гибкости.		
	- На сегодняшнем уроке мы попробуем решить эту проблему с помощью мини-проекта.			
	- Вы должны представить мини-проект в виде комплекса упражнений из обязательных акробатических упражнений, соединяя акробатическим и соединениями, используя полученные карточки.			
	- Разделитесь на 2 группы (мал. и дев.)  Каждая группа выбирает:			

<p>а) консультанта, б) отвечающего за технику безопасности, в) фото-видео репортера.</p>			
<p>Работа в группах.</p> <p><a href="#">Рисунок 1</a> - Обязательные акробатические упражнения для девочек</p> <p><a href="#">Рисунок 3</a> - Акробатические соединения для девочек</p> <p><a href="#">Рисунок 2</a> - Обязательные акробатические упражнения для мальчиков</p> <p><a href="#">Рисунок 4</a> - Акробатические соединения для мальчиков</p>	<p><b>9-11 мин.</b></p>	<p>Выдаются карточки с обязательными упражнениями и акробатическими соединениями.</p> <p>Работа в группах под музыку.</p> <p>Напомнить о страховке.</p>	
<p>Презентация проекта.</p> <p>1 группа - выполняет комплекс, составленный самостоятельно</p> <p>2 группа - оценивает выступление (как понравились выполнение обязательных и связующих элементов, над чем еще необходимо работать)</p> <p>(Затем 2 группа показывает комплекс, а 1 группа оценивает)</p>	<p><b>7-8 мин.</b></p>	<p>Демонстрация комплекса, выполняет каждый из команды (группы). Возможны выступления синхронные в парах, всё зависти от фантазии учащихся.</p> <p>Во время выступления возможны комментарии консультантов</p>	

			группы, которая демонстрирует комплекс; фотографирования выступлений.
<b>Закл.</b>	Рефлексия.		<b>3-5 мин.</b>  В произвольной форме
	Учитель	Ученики	
	- Как вы считаете, что полезного вы получили для себя?	- Мы можем самостоятельно составить комплексы упражнений. Мы поняли, что из простых упражнений можно развивать очень важное физическое качество. Мы увидели способности своих одноклассников и по достоинству их оценили.	
	- Вам пригодятся эти упражнения?	- Конечно, пригодятся, ведь мы можем составить комплекс упражнений и дома или воспользоваться уже известными.	
	- Вы считаете, у вас все	- Получилось.	

	получилось, что задумали?			
	Спасибо.			
	Выход их зала.			

Проекты по физической культуре в рамках изучения программы могут быть как краткосрочные (например, в рамках одного урока), так и среднесрочными (в течение триместра). Темы проектов разнообразны: «Развитие выносливости», «Развитие быстроты», «Развитие гибкости», «Развитие навыков самоконтроля», «История развития спорта», «Техника выполнения легкоатлетических упражнений», «Техника спортивных игр (баскетбол, волейбол, футбол)», «Техника лыжного спорта», «Техника выполнения гимнастических упражнений», «Техника выполнения силовых упражнений», «Зачем нужна утренняя зарядка», «История Олимпийского движения» и др.

Проекты могут быть спортивно-тренировочной и оздоровительной направленности, например «Значение физической культуры для моего роста и развития организма», «Моя физическая культура. Как я это понимаю», «Отрицательное воздействие малоподвижного образа жизни на мое формирование. Что этому противопоставить», «Физическая культура в повышении моей физической и умственной работоспособности», «Физическая культура в моем самоутверждении», «Забота о своей осанке», «Комплекс физических упражнений, который предложу своим друзьям» и т.д. Темы для проектов дети предлагают сами, а также выбирают из тем предложенных педагогом. Очень интересны исследования и проекты, связанные с развитием нашего организма, с познанием самого себя. Особый интерес в проектной деятельности вызвала олимпийская тематика. Учащиеся, занимающиеся в специальной медицинской группе и подготовительной группе выбирают темы проектов, связанные с восстановлением физических функций организма: «Здоровье и здоровый образ жизни», «Физическая нагрузка при близорукости», «Осанка и здоровый образ жизни».

Даже обычный вопрос ребенка «Зачем нужна утренняя зарядка?» можно превратить в учебно-исследовательский проект. Работать над ним можно как на уроке, так и во внеурочное время, причем выполнить его по силам детям с разной физической подготовкой, и по количеству участников он может быть как индивидуальный, так и групповой.

### **Учебно-исследовательский проект «Зачем нужна утренняя зарядка».**

Каждое утро мы делаем зарядку, но многие без желания выполняют

упражнения, а кто-то даже находит причины, чтобы её не делать. Мы редко задумываемся над тем, для чего делаем зарядку и практически не знаем ничего о том, какую пользу для нашего организма она приносит.

Гипотеза: Мы знаем, что утреннюю зарядку делать полезно, делаем её, но не знаем зачем.

Актуальность: Утренняя зарядка самый простой и доступный способ поддержать и сохранить своё здоровье.

Цель работы: Расширение знаний о пользе утренней зарядки.

Объект исследования: утренняя зарядка

Предмет исследования: знания о пользе утренней зарядки

Методы исследования: анкетирование, статистическая обработка данных анкетирования, сбор и изучение информации о пользе утренней зарядки, её формах, сравнение, анализ.

Задачи:

1. Разработать и провести анкету на тему «Зачем нужна утренняя зарядка, её формы».
2. Сравнить результаты анкеты с научными знаниями.
3. Создать буклет о значении утренней зарядки и распространить его среди учащихся и педагогов школы.

Продуктом данного проекта может быть не только создание буклета, но и разработка комплекса упражнений утренней зарядки, показательное выступление с этим комплексом упражнений перед учащимися школы, а так же выступление на школьной конференции проектов.

Этапы проекта:

1. Определение темы, цели и задач проекта
2. Разработка вопросов анкеты
3. Изучение информации о пользе утренней зарядки для человека
4. Проведение анкетирования и обработка данных анкеты
5. Создание и распространение буклета
6. Создание фоторепортажа для презентации о том, как проходит утренняя зарядка
7. Подведение итогов работы
8. Оформление материалов
9. Создание презентации для защиты проекта

Результаты работы над проектом:

в ходе работы над проектом учащиеся занимаются исследовательской деятельностью, в результате которой им приходится не только учиться обрабатывать данные анкеты, строить графики и диаграммы, но и сравнивать, анализировать и делать выводы о результатах деятельности. Работа с информационными ресурсами: литературой, интернетом повышает информационную компетентность учащихся. А творческая работа над созданием продукта позволяет развивать потенциал личности.

Большое место в проектной деятельности школьников занимают интегрированные проекты. Осуществление метапредметных связей помогает

формированию у учащихся цельного представления о явлениях природы и взаимосвязи между ними и поэтому делает знания практически более значимыми и применимыми. Это помогает учащимся использовать те знания и умения, которые они приобрели при изучении одних предметов, применять при изучении других предметов, дает возможность применять их в конкретных ситуациях, при рассмотрении частных вопросов, как в учебной, так и во внеурочной деятельности, в будущей производственной, научной и общественной жизни выпускников средней школы.

В связи с этим, возникает необходимость интеграции предмета физической культуры с другими предметами. Прежде всего, это предметы естественного цикла: биология, физика, химия.

На первый взгляд, физкультура не самый подходящий предмет для постановки научных проблем. Однако мы знаем, что люди, и в первую очередь учёные, издревле ценили физические упражнения, спорт как основу "соразмерности, красоты и здоровья" (Платон) и не только не отделяли её от науки, но и находили в них точки соприкосновения. "Наука - это спорт, гимнастика ума, доставляющая мне удовольствие" - говорил Альберт Эйнштейн. И если Эйнштейн сравнивает науку со спортом, то мы поставили перед собой задачу провести обратную параллель и помочь детям увидеть тесную связь физкультуры с наукой.

Существует **проблема**: школьники не могут применить полученные знания по физике на уроках физической культуры. Общий объект изучения – природа и человек – остается расчлененным между отдельными дисциплинами. Поэтому использование метапредметных связей формирует у учащихся целостное представление о природе, о человеке как важном компоненте природы и как разумном существе, воздействующем на природу.

Содержание **исследования** является некоторым дополнением школьной программы и одновременно расширяет ранее приобретенные знания и умения.

### **Интегрированный проект: «Физика и физическая культура»**

**Цель** исследования: создать электронное приложение к учебнику физики 7 класса.

#### **Задачи:**

1. Изучить литературу.
2. Выбрать из учебника физики 7 класс тема «механика» некоторые понятия, законы, которые применяются на уроках физической культуры.
3. Создать мини задачник, задания которого связаны с легкой атлетикой и физикой.
4. Оформить работу в виде электронного приложения.

**Практическое назначение данного исследования** заключается в возможности использования его результатов педагогами на уроках физики и

физической культуры для формирования у учащихся метапредметных связей, повышения интереса школьников к учению в школе на физике и физкультуре.

### Организация исследования

Исследования проводятся на основе раздела физики «механика», который начинают изучать в школе с 7 класса и раздела физической культуры «легкая атлетика», элементы которой начинают изучать в школе с 1 класса

#### Исследование было организовано в три этапа:

*Первый этап.* Поиск точек соприкосновения двух предметов, т.е. выбрать и изучить основные понятия и законы двух наук по выбранным разделам. На закон физики необходимо было найти подтверждение, связь с физической культурой.

*Второй этап.* Подобрать или придумать задачи по физике с учетом предмета физическая культура.

*Третий этап.* Для использования полученных результатов в дальнейшем на уроках физики и физической культуры, мы представили в виде презентации.

#### Результаты исследования первого этапа

Результаты исследования представлены в виде таблицы сравнения понятий и законов раздела физики «механика (7 класс) с понятиями «легкой атлетики» - бег, ходьба

	Физика	Физическая культура
<b>Определение наук (предметов) согласно теме проекта</b>		
<b>1</b>	<b>Физика</b> – это наука, которая изучает движение тел в пространстве: прямолинейное и криволинейное движение; равномерное и неравномерное движение.	<b>Физическая культура</b> – это наука, которая изучает движение человека в пространстве: ходьбу и бег по прямой дистанции, по кругу, по пересеченной местности.
<b>Разделы «механики»</b>		
<b>2</b>	<b>Механическое движение</b> – это изменение с течением времени положения тела относительно других тел. Чтобы судить о движении тела, надо узнать, меняется ли положение этого тела среди окружающих относительно других тел.	<b>Ходьба</b> - разновидность движения, при котором опора на одну ногу циклично сменяется двуопорным периодом, а затем опорой на другую ногу. <b>Бег</b> — разновидность движения, для которого характерно тот же цикл движений, что и при ходьбе, те же действующие силы и функциональные группы мышц. При ходьбе контакт с опорой не теряется, в отличие от бега в котором присутствует фаза полета.
	Произвольно выбранное тело,	<b>Старт</b> — начальный пункт дистанции в

	<p>относительно которого рассматривают положение остальных тел, называют <b>телом отчета</b>.</p>	<p>спортивных состязаниях. <b>Линия старта</b> – это тело отсчета в беге.</p>
	<p>Тело, собственными размерами которого в данных условиях можно пренебречь, называется <b>материальной точкой</b>.</p>	<p><b>Спортсмен</b> – это человек, систематически занимающийся спортом.</p>
	<p><b>Траектория</b> – это видимая или невидимая линия, вдоль которой движется (двигалось) тело (материальная точка). <b>Траектория:</b> прямая, ломаная, кривая.</p>	<p><b>Дистанция:</b> прямая, дуга (вираж), кривая (марафон, бег по пересеченной местности – кросс) <b>Дистанция</b> - расстояние между стартом и финишем.</p>
	<p>Длина траектории, по которой движется тело в течение некоторого промежутка времени – <b>путь</b>.</p>	<p><b>Длина дистанции</b> – это путь (как в физике)</p>
<p>3</p>	<p><b>Равномерное и неравномерное движение</b> <b>Равномерное движение</b> – это такое движение, при котором тело за любые равные промежутки времени, совершает одинаковые перемещения (путь). <b>Скорость</b> – это физическая величина, равная отношению перемещения, совершенного за некоторый промежуток времени, к величине этого промежутка времени (путь в единицу времени). <math display="block">v = \frac{S}{t}</math> <b>Неравномерное движение</b> - это такое движение, при котором тело за любые равные промежутки времени совершает неодинаковые перемещения. Для характеристики неравномерного движения вводят понятие <b>средней скорости</b>: <math display="block">v_{\text{ср.}} = \frac{S}{t}</math></p>	<p><b>Двигаться в равномерном темпе</b> – это пробежать все дистанцию с приблизительно одинаковой скоростью. <b>Скорость</b> – определение как в физике. <b>Неравномерное движение (рваный бег)</b> – это движение, при котором спортсмен двигается по дистанции с неодинаковой скоростью.</p>

	$v_{\text{ср.}} = \frac{s_1 + s_2 + s_3}{t_1 + t_2 + t_3}$	
4	<p><b>Сила</b> – мера взаимодействия тел. Силу обозначают буквой <math>\vec{F}</math></p>	<p><b>Сила</b> – это физическое качество человека преодолевать внешнее сопротивление или противостоять ему за счет мышечных усилий (напряжений). <b>Силовые способности</b> – это комплекс различных проявлений человека в определённой двигательной деятельности, в основе которой лежит понятие «сила».</p>
5	<p><b>Работа</b> - физическая величина, равная произведению силы, действующей на тело, на путь, совершённый телом под действием силы в направлении этой силы.</p> $A = F \cdot s$ <p>A - механическая работа, F - сила, S - пройденный путь.</p>	<p><b>Нагрузка</b> – это величина выполняемой в процессе физических упражнений механической работы и воздействие этой работы на организм.</p>
6	<p><b>Мощность</b> – это быстрота выполнения работы.</p> $N = \frac{A}{t}$ <p>A - механическая работа, t - время</p>	<p><b>Выносливость</b> – это способность противостоять физическому утомлению в процессе мышечной деятельности.</p>

### Результаты исследования второго этапа

*Результат этапа* – это подборка задач и практических заданий по разделу «механика», которые учащиеся выполняют на уроке физики и физической культуры. Тем самым ученики увидят, что знания и умения одного предмета необходимы для изучения другого предмета. Теоретические знания применяются на практике.

### Результаты исследования третьего этапа

Презентация проекта

### Результаты работы над проектом:

1. Учащийся изучает научную литературу.

2. Из учебника физики 7 класс тема «механика» были выбраны некоторые понятия, законы, которые применяются на уроках физической культуры.
3. Создан мини-задачник, задания которого связаны с легкой атлетикой и физикой.
4. Оформлена работа в виде электронного приложения.  
Созданную презентацию можно использовать на уроках физики при изучении «Механики» и на уроках физкультуры.

Примером практико-ориентированного проекта может служить «Сказка о потерянном здоровье». Это интересный интегрированный проект, в котором прослеживаются межпредметные связи таких школьных курсов, как физическая культура, биология, физика, право и ОБЖ. В работе над проектом может участвовать команда из 10-15 учащихся 8-11 классов, относящихся по состоянию здоровья как к основной группе здоровья, так и к подготовительной и спецмедгруппе. В реализации проекта могут принимать участие и педагоги.

### **Проект: «Сказка о потерянном здоровье»**

#### **Цель проекта:**

- Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся.
- Формирование навыков работы в команде среди учащихся.
- Формирование компетентностных навыков среди учащихся.

#### **План работы над проектом:**

1. Мониторинг физического состояния учащихся.
2. Изучение нормативной базы в области охраны здоровья школьников в Российской Федерации, локальных актов и программ, действующих в гимназии.
3. Составление анкеты и проведения анкетирования учащихся 1-11 классов с целью выявления навыков здорового образа жизни среди учащихся.
4. Анализ полученной информации.
5. Подготовка к защите проекта.
6. Защита проекта.

На первом этапе совместно с сотрудниками детской поликлиники проводится мониторинг физического состояния учащихся, где устанавливается количественный состав учащихся школы, относящихся по состоянию здоровья к основной группе здоровья, подготовительной, спецмедгруппе и дети, являющиеся инвалидами.

Следующим этапом работы учащихся является составление анкеты, в которой выясняется образ жизни учащихся, режим двигательной активности во внеурочное время, режим дня, рацион питания в гимназии и дома, знания учащихся в вопросах сохранения собственного здоровья. При составлении анкеты учитываются рекомендации и школьного психолога. Проведя анкетирование учащихся начальной школы, учащихся 5- 11 классов, аналитическая группа проводит анализ полученных данных и подводит итоги.

Защиту проекта можно провести в различных формах, например приурочить к одному из праздников и показать театрализованное представление, подготовив его совместными усилиями учащихся и педагогов. Проведение защиты в форме анимированного спектакля для младших школьников способствует более эффективному восприятию учебного материала с их стороны.

Положительных результатов реализации данного проекта много, но наиболее значимыми, являются следующие:

- Повышение мотивации учащихся к самостоятельным занятиям физической культурой;
- Повышение интереса учащихся к активным формам отдыха;
- Повышение интереса учащихся к изучению теоретической части физической культуры.

Популяризация массовой физической культуры и здорового образа жизни является сегодня наиболее актуальной. Забота о здоровье граждан выдвигается в качестве главного приоритета внутренней политики государства, о чем свидетельствует Федеральный Закон об образовании, реализуемый Правительством РФ национальный проект «Здоровье», Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016 - 2020 годы».

Возрождение системы ГТО было объявлено в Указе Президента РФ от 24 марта 2014 года № 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном

комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)". Во исполнение Указа Президента РФ было издано постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 года № 540 "Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" и распоряжение Правительства РФ от 30 июня 2014 года № 1165-р «Об утверждении плана мероприятий по внедрению ВФСК «Готов к труду и обороне». В связи с этим, на первый план в современной школе выходит проектная деятельность, связанная с ВФСК «ГТО».

### **ПРОЕКТ «Моя семья за ГТО»**

Актуальность проекта состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество обучающихся школы и их родителей к участию в сдаче норм ВФСК «ГТО», а также положительно мотивировать их к увеличению двигательной активности через желание улучшить свои результаты при сдаче норм ГТО.

**Цель проекта:** организация комплекса мер по созданию для школьников и их родителей условий и стимулов, способствующих осознанному ведению здорового образа жизни, регулярным занятиям физической культурой и спортом через привлечение их к сдаче норм ВФСК «ГТО» в составе целых семей.

#### **Задачи проекта:**

1. Организация информационно-пропагандистских акций по продвижению комплекса ГТО среди школьников и их родителей. Обеспечение учащихся и их родителей необходимой достоверной информацией о содержании ВФСК «ГТО» и его истории в нашей стране.
2. Формирование механизмов вовлечения всех участников образовательного процесса школы в подготовку и сдачу норм ГТО.
3. Создание условий для сдачи норм ВФСК «ГТО» и развитию мотивации школьников и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.
4. Охват наибольшего количества семей обучающихся при внедрении ВФСК «ГТО».

#### **Участники проекта.**

В проекте принимают участие обучающиеся школ, их родители и другие члены семей.

В реализации проекта также участвуют:

- заместитель директора школы по воспитательной работе для административного контроля реализации проекта, классные руководители для координации сил и средств для выполнения проекта;
- учителя физической культуры для организации и проведения приёма нормативов комплекса «ГТО»;
- медицинский персонал школы для медицинского сопровождения, организации контроля за состоянием здоровья участников проекта, осуществления допуска к сдаче нормативов и наблюдения за проведением мероприятий;
- инициативная группа обучающихся 8-11 классов (разработка информационных материалов – стенд, мультимедийная презентация, проведение информационных мероприятий для младших классов)
- знаменитые и заслуженные спортсмены (проведение встреч с обучающимися с целью повышения у них мотивации к сдаче нормативов комплекса «ГТО» и к занятиям спортом).

### **Краткое описание сути проекта. Его структура и содержание.**

В ходе реализации проекта на подготовительном этапе проходит входное исследование информированности участников о ВФСК «ГТО», выступления инициативных групп и перед обучающимися, и перед родителями с целью повышения информированности, проходит конкурс рисунков, плакатов на тему «Я - за нормы «ГТО!» Инициативная группа учащихся под руководством учителя физкультуры оформляет стенд «Что такое «ГТО». Учителями физкультуры совместно с классными руководителями организуются встречи с известными спортсменами города и области «Я сдавал «ГТО»

На основном этапе, опираясь на принцип добровольности, проходит запись желающих обучающихся и их родителей по классам через физоргов на сдачу нормативов «ГТО» по возрастным ступеням. Администрация и учителя физической культуры составляют расписание сдачи нормативов. На 1 ступени сдачи норм «ГТО» (6-8 лет) проводится спортивный праздник с игровыми элементами для повышения мотивации у детей младшего школьного возраста.

Для повышения мотивации учеников и родителей в школе разрабатывается система поощрения классов, в которых в сдаче норм ГТО приняли участие наибольшее количество семей. Призовые классы получают золотые, серебряные и бронзовые Кубки, стенды Почета, бесплатное посещение спортивно-оздоровительного комплекса, бассейна, о них снимаются фильмы и транслируются по местному телевидению.

На заключительном этапе проходит выходное социально-психологическое исследование участников проекта на тему знания комплекса «ГТО» и желания сдавать нормативы и заниматься спортом. На итоговой линейке подводятся итоги сдачи норм и награждение заслуженных победителей грамотами и значками.

В целях стимулирования обучающихся к подготовке и сдаче нормативов Комплекса ГТО в каждом учебном заведении должно быть разработано и утверждено Положение о мерах поощрения обучающихся в школе, выполнивших нормативы и требования золотого, серебряного и бронзового знаков отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

К формам, предусмотренным решением образовательной организации, относятся:

- размещение на Досках Почета и Стендах о результатах сдачи ВФСК ГТО обучающихся,
- награждение благодарностями, грамотами и дипломами,
- награждение благодарственными письмами родителей обучающихся,
- награждение призами, подарками и иными формами материального поощрения, в том числе и бесплатными абонементом в спортивно-оздоровительный комплекс, бассейн.
- размещение информации на официальном сайте организации,
- передача информации о достижениях обучающимися в СМИ и Интернет, иные формы по усмотрению организации.

### **Сроки и этапы реализации проекта.**

- Подготовительный этап – сентябрь-октябрь;
- Основной этап – ноябрь-апрель;
- Заключительный этап – май.

### **Комплекс мероприятий для реализации проекта.**

#### **Подготовительный этап:**

1. Анкетирование «Что ты знаешь о ГТО»

2. Выпуск газеты «Мы снова сдаём ГТО», буклетов, информация на сайте школы, конкурс рисунков и плакатов, оформление стенда.
3. Проведение родительских собраний, круглых столов и дискуссий с родителями на тему «Моя семья и спорт», «Нужны ли нам нормы ГТО?» и др.
4. Спортивный праздник для учащихся с приглашением родителей.
5. Организация встреч родителей и учащихся с известными людьми города и области на тему «Я сдавал ГТО!»

### **Основной этап**

1. Организация дополнительной внеурочной деятельности, направленной на улучшение и тренировку физических качеств обучающихся (товарищеские встречи детей и родителей, социальная акция «Я выбираю спорт», спортивные соревнования).
2. Формирование групп по возрастным ступеням для сдачи норм ГТО.
3. Сдача норм ГТО

### **Заключительный этап**

1. Социологический опрос участников проекта «Я и ГТО».
2. Итоговое награждение победителей и призёров.

Проекты, вне зависимости от вида нуждаются в постоянном внимании, помощи и сопровождении со стороны взрослых на каждом этапе реализации. Особенностью проектной деятельности на занятиях по физической культуре является то, что ребенок еще не может самостоятельно сформулировать проблему, определить цель (замысел). Поэтому в процессе организации занятий по физической культуре проектная деятельность носит характер сотрудничества, в котором принимают участие дети и педагог по физической культуре, а также вовлекаются родители и другие члены семьи. Родители могут быть не только источниками информации, реальной помощи и поддержки ребенку и педагогу в процессе работы над проектом, но и стать непосредственными участниками образовательного процесса, обогатить свой педагогический опыт, испытать чувство сопричастности и удовлетворения от своих успехов и успехов ребенка. Педагог по физической культуре выступает как организатор детской двигательной деятельности, он источник информации, консультант, эксперт. Он - основной руководитель проекта и последующей исследовательской, игровой, художественной, практико-ориентированной деятельности, координатор индивидуальных и групповых усилий детей в решении проблемы

## **Выводы:**

1. Проектная деятельность превращает урок физкультуры из урока лишь двигательной активности в урок образовательного направления, ставит его в один ряд с другими основными предметами и несомненно повышает авторитет учителя физической культуры.
2. Проектные работы могут выполнять учащиеся, относящиеся к любой группе здоровья, освобожденные от уроков физической культуры, чтобы не просто получить оценку, но, прежде всего, почувствовать свою причастность к спорту, более активно использовать в своей жизни физические упражнения.
3. Материалы проектов могут использоваться для проведения Олимпийских уроков, создания стендов, подготовки различных мероприятий и др.
4. Материалы проектов могут использоваться учителями-предметниками для проведения метапредметных уроков.
5. Ученики и учитель получают опыт проектной деятельности, который пригодится им в дальнейшем.

## Приложения

### *Приложение 1.*

#### **Оформление исследовательского проекта**

Содержание исследовательского проекта постранично (ориентировочно), включает следующие составляющие:

1. Титульный лист
2. Содержание
3. Введение или Методологические характеристики исследования
4. Основная часть
5. Заключение
6. Библиография
7. Приложения.

Одна из отличительных особенностей научной деятельности – строгость в соблюдении порядка проведения и правил оформления исследовательской работы.

Следует отметить, что при оценке научного труда большое внимание уделяется качеству его оформления. Этот показатель – один из критериев оценки исследовательских проектов на научно-практических конференциях, конкурсах.

Желательно сразу оформлять работу по образцу. Но возможен вариант, когда ученик сначала делает черновик, а потом оформляет чистовик. Весь проект должен быть проверен учителем на предмет соответствия образцу оформления.

#### **Общие требования к оформлению исследовательского проекта**

1. Проект должен быть напечатан на компьютере и сохранен в электронном виде на диске.
2. Все страницы должны быть скреплены между собой.
3. Работа помещается в папку.
4. Используется белая бумага формата А4.
5. Текст должен быть напечатан только с одной стороны листа.
6. Используется черная краска.
7. Шрифт: Times New Roman, размер 14, полуторный интервал между строками, автоматический перенос слов.
8. Поля: слева 3 см, остальные 2 см.
9. Выравнивание текста по ширине страницы.
10. Номера страниц – справа, внизу страницы. Титульный лист считается первой страницей, но номер страницы на нем не ставится.

11. Каждый компонент исследовательского проекта начинается с новой страницы (титульный лист, содержание, введение, основная часть, заключение, библиография, приложения).

12. Титульный лист, содержание, библиография, сноски, цитаты и другие структурные элементы проекта оформляются по соответствующим образцам.

13. В научной работе не должно быть эпитафий.

14. Все объемные иллюстративные материалы должны быть вынесены в приложение.

15. Если выставляете свою исследовательскую работу на внешнюю защиту (конкурс, конференцию), внесите соответствующие изменения в оформление текста проекта, если правила оформления отличаются от тех, по которым вы оформляли текст проекта.

### **Оформление титульного листа**

Титульный лист – «лицо» проекта. Он всегда должен быть аккуратно оформлен. Титульный лист – это первая страница проекта, но сам номер на нем не ставится. На самой верхней строчке и самым крупным шрифтом пишется название организации, в которой выполнено исследование. Ниже справа указываются сведения об авторе. Сегодня необходимо указывать фамилию, имя, отчество учащегося так, как они написаны в свидетельстве о рождении или в паспорте. По центру титульного листа мы пишем название работы без кавычек, без слова «тема». Под темой указываем вид работы (исследовательский проект) и название науки, в области которой проведено исследование. Напомню, что названия наук не всегда совпадают с названием учебного предмета. Исследовательский проект может быть по биологии, химии, физике, географии, медицине, филологии, лингвистике, искусствоведению и др. Но по русскому языку, физической культуре, английскому языку, мировой художественной культуре и т.п. исследовательские проекты не выполняются.

Ниже справа пишутся сведения о научном руководителе /научных руководителях. Указываются: его фамилия, имя, отчество, ученая степень, звание. Сведения о том, какой учебный предмет ведет научный руководитель, его квалификационную категорию сообщать нет надобности.

На самой последней строчке титульного листа указывается город, в котором выполнена работа, и год окончания работы. Знаки препинания на этой строчке не ставятся.

На титульном листе не должно быть никаких рисунков, фотографий автора, научного руководителя

Образец оформления титульного листа

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2»**

(14, жирно, по центру, самая верхняя строчка на листе)

Иванов  
Иван Иванович,  
8 класс «А»

(14, выравнивание по правому краю)

**Связь физики и физической культуры**

(18, жирно, по центру, середина страницы, точка в конце не ставится)  
исследовательский проект по физической культуре

(14, по центру, с маленькой буквы, на следующей строчке после  
названия проекта)

**Руководитель:**

Петров  
Петр Петрович,  
учитель физкультуры

(14, выравнивание по правому краю, первая строчка – жирно)

Москва 2016

(14, по центру, без знаков препинания, на самой последней строчке  
листа)

## Оформление страницы «Содержание»

Следующая за титульным листом страница – это содержание исследовательского проекта. Номер этой страницы – 2. Номер на этой и всех других страницах ставится. Само слово «содержание» пишется заглавными буквами и смещается влево.

Содержание можно оформить в виде нумерованного списка или просто списка названий разделов проекта с указанием номеров страниц, где эти разделы начинаются.

Для того чтобы текст на странице выглядел аккуратно, ровно, мы рекомендуем вначале составить его в виде таблицы, а при печати сетку таблицы скрыть.

Опыт работы над проектами показывает, что содержание (как план написания проекта) нужно составить до начала работы над основной частью. А окончательный вариант содержания составлять тогда, когда весь проект готов и весь текст напечатан. Тогда не произойдет сбоя в нумерации страниц.

## Цитаты

Согласно Современному толковому словарю русского языка (М.: Ридерз Дайджест, 2004), цитата (от лат. *citare* – называть) – дословная выдержка из какого-либо текста.

В основной части исследовательского проекта, особенно в литературном обзоре, часто используются цитаты. Ученики должны знать: если они используют чужие мысли – надо указывать автора. Это необходимо делать, даже при пересказе чьих-то работ своими словами. То, что принадлежит другому, необходимо брать в кавычки и указывать автора. Дети часто волнуются, что в тексте их проекта много цитат, – в этом нет ничего плохого. Ведь новое знание мы получаем из анализа имеющегося.

Учащимся следует уяснить суть таких понятий, как плагиат и компиляция. *Компиляция* (от лат. *compilatio* – ограбление) – составление сочинений на основе чужих исследований или чужих произведений без самостоятельной обработки источников. *Плагиат* (от лат. *plagio* – похищаю) – умышленное присвоение авторства на чужое произведение литературы, науки, искусства, изобретение или рационализаторское предложение (полностью или частично).

## СОДЕРЖАНИЕ

(все буквы заглавные, выравнивание по левому краю, расстояние между заголовком и таблицей – 12 пт).

Введение	3
(обоснование выбора темы) <sup>14</sup>	
1. Методологич еские характеристики исследования	4
2. Влияние света на развитие растений	5
2.1. Общая характеристика растений как организмов	5
2.2. Значение света в жизни растений	8
2.3. Влияние света на развитие растений	13
2.4. Выводы	16
3. Заключение	17
4.	18
Библиография	
5. Приложения	19

Чтобы избежать компилирования и плагиата, необходимо правильно оформлять цитаты.

При полном цитировании текст переписывается полностью, точно так, как у автора, и заключается в кавычки.

7 – это номер источника информации в разделе «Библиография», 5 – номер страницы в этом источнике.

Номер источника и страницы заключаются в квадратные скобки, точка ставится за скобками.

Если цитата в первоисточнике расположена на нескольких страницах, то в квадратных скобках пишется, например, [7, с. 5–6].

Иногда необходимо использовать часть текста, предложения. Тогда отсутствующая часть (начало, середина, окончание) обозначается тремя точками.

*«В сентябре проведена установочная конференция НОУ, где были подведены итоги работы с апреля по август за прошлый учебный год» [7, с. 5].*

«...проведена установочная конференция НОУ, где были подведены итоги работы с апреля по август за прошлый учебный год» [7, с. 5].

«В сентябре проведена установочная конференция НОУ, где были подведены итоги работы... за прошлый учебный год» [7, с. 5].

«В сентябре проведена установочная конференция НОУ, где были подведены итоги работы...» [7, с. 5].

### **Оформление таблицы**

Учащиеся очень любят составлять таблицы, особенно таблицы для сравнения. Таблицы, содержащие 3–4 строки и 3–4 столбца и занимающие не более 1/3 страницы, можно размещать прямо в тексте основной части проекта. Если таблица объемная (на страницу или более), ее рекомендуется разместить в приложении, а в тексте указать в скобках

(Приложение №, таблица №). Если в проекте более одной таблицы, все они нумеруются. (Значок номера перед цифрой не ставится.) Все таблицы должны иметь название.

В таблицах для сравнения обязательно должен быть столбец, где указываются признаки для сравнения, и столбцы, обозначающие сравниваемые объекты.

### **Оформление рисунков, схем, графиков, диаграмм**

Все рисунки, схемы, графики, диаграммы желательно расположить в разделе «Приложения». Как и таблицы, все они должны быть пронумерованы (рисунки – отдельно, схемы – отдельно, графики – отдельно) и иметь названия.

При оформлении схем строения чего-либо не забывайте про условные обозначения и их расшифровку.

При оформлении графиков помните, что оси графика должны быть обозначены (названы, подписаны), указана цена деления каждой оси.

Не путайте графики с диаграммами, рисунки со схемами.

Допускаются иллюстрации в виде фотографий. Они тоже должны быть пронумерованы и иметь название. Желательно указать автора фотографии, если она не принадлежит автору проекта.

### **Ссылки на приложения**

Иногда в проекте необходимо сделать ссылку на материалы, которые расположены в приложении. Для этого в конце соответствующего предложения в скобках нужно написать, какое приложение необходимо посмотреть.

Если приложение в тексте проекта всего одно, его номер не ставится. Сам раздел «Приложение» или «Приложения» располагается в конце проекта, после раздела «Библиография». В Приложении можно разместить словарь, фотографии, таблицы, схемы, географические карты, рисунки, тексты анкет и другой объемный иллюстративный материал. Приложения – не обязательная часть исследовательского проекта. Отсутствие приложений не повлияет на его оценку. Но в обучающих целях лучше сделать хотя бы одно приложение, например «Словарь».

### **Оформление раздела «Библиография»**

Библиография - это не только название раздела исследовательского проекта, но и вид научной деятельности. Энциклопедический словарь определяет библиографию как научно-практическую деятельность по подготовке и передаче информации о произведениях печати и письменности. Этот вид деятельности включает в себя следующие этапы.

1. Выявление произведений и источников информации.
2. Отбор необходимой литературы по определенным признакам.
3. Описание источников информации.
4. Систематизация источников информации.
5. Составление списка литературы.

Рассмотрим эти этапы более подробно на практических примерах. Начиная работу над школьным исследовательским проектом, надо познакомиться с тем материалом, который есть по данной теме. Поскольку мы пишем научную работу, то и источники информации должны быть научными или научно-популярными. При работе над библиографией будет полезным совместно со школьным библиотекарем провести экскурсию в библиотеку и показать школьникам, как работать с каталогом, как подобрать и найти нужную книгу. Важно научить школьника выполнять все этапы библиографии самостоятельно. Дайте задание подобрать необходимые для работы над проектом источники информации. Если ученик не может это сделать самостоятельно, помогите ему.

Из множества источников информации отберите необходимые. Их не должно быть слишком много. Сюда могут войти, например, школьный учебник, журнал «Физическая культура в школе», 1–2 книги по теме проекта, 1–2 официальных сайта. Можно использовать источники информации на

русском и иностранных языках (при условии владения этим языком). Источники информации не должны быть устаревшими.

Все используемые источники информации должны быть зафиксированы. Можно составить простой список (перечень) и дополнять его в процессе работы. Важно знать, что необходимо записать в этот перечень. Оказывается, к *описанию книги* предъявляются определенные требования.

В нашем образце библиографии пункт № 1 – пример библиографического описания книги.

Если вы пользовались статьей в журнале, сначала напишите фамилию и инициалы автора, потом название статьи, название журнала, год издания данного номера, номер, укажите номера страниц, на которых расположена статья. В нашем образце см. пункт № 2. Статьи в сборниках оформляйте так, как показано в пунктах № 3–5 образца библиографии. Далее необходимо список пронумеровать и расположить в алфавитном порядке.

Сайты указывайте после перечисления источников информации на бумажных носителях (см. пункт № 6 библиографии). Источники информации на иностранных языках указываются после перечисления всех источников информации на русском языке.

### **БИБЛИОГРАФИЯ (образец)**

1. Афиногенов А.М., Сахарова О.П., Яценко И.В. Московская региональная олимпиада школьников 2007/2008 учебный год. – М.: МИОО, 2008. – 368 с.

2. Зверева В.И. Методические рекомендации руководителям образовательных учреждений по анализу итогов учебного года // Завуч, 2003. № 8. С.3–46.

3. Инструктивно-методические рекомендации к 2008/2009 учебному году // Серия: «Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в Москве». – М.: Центр «Школьная книга», 2008. – 512 с.

4. Модернизация московского образования: механизмы развития и обновления. Выпуск 5 // Серия: «Инструктивно-методическое обеспечение содержания образования в Москве» / Отв. редактор Л.Е. Курнешова. – М.: Центр «Школьная книга», 2006. – 240 с.

5. Московская Школа будущего: Альбом // Сост. и общ. ред. Л.В. Голубцова, канд. филол. наук, директор «Пушкинского института», М.В. Половкова, канд. психол. наук, зам. директора НИИ ИСРОО – М.: Пушкинский институт, 2007. – 360 с.

6. <http://shhg152.kros.ru/p12aa1.html>

## Требования к составлению и оформлению тезисов

Для публикации или для участия в некоторых конкурсах исследовательских проектов школьников требуется представить тезисы работы. Тезисы представляют собой краткое изложение сущности исследования. При оформлении тезисов необходимо соблюдать следующие правила.

1. Тезисы должны иметь название, совпадающее с темой исследовательского проекта.

2. Должны быть указаны автор и научный руководитель работы.

3. В тексте тезисов должны быть отражены актуальность, проблема, цель, гипотеза исследования, выводы. Основное содержание излагается кратко.

4. Тезисы могут быть проиллюстрированы схемами, таблицами, диаграммами, но их не должно быть много.

5. Требования к оформлению текста обычно указываются в рекомендациях учреждения, издающего сборник тезисов. Если эти требования не указаны, можно оформить тезисы следующим образом:

5.1. Бумага формата А4.

5.2. Печатаем только с одной стороны листа.

5.3. Черная краска.

5.4. Times New Roman, 14, полуторный интервал между строк, автоматический перенос слов.

5.5. Поля: слева 3 см, остальные 2 см.

5.6. Объем 1–2 страницы, включая схемы, таблицы.

5.7. Текст должен быть представлен на бумажном и электронном (диск) носителях.

Таковы некоторые правила оформления исследовательского проекта. Их много, и они могут стать основой для формирования умений и навыков самостоятельного оформления научной работы. Это приучает человека к порядку, это признак уважения к читателям. Можно написать хороший труд, но безграмотно его оформить, тогда и отношение к нему будет соответствующее.

Однако не следует заикливаться на оформлении. Например, напечатал ученик свой исследовательский проект не тем шрифтом или с другим межстрочным интервалом. Укажите на этот недостаток, но не заставляйте перепечатывать из-за этого всю работу. Хотя есть ряд школьных конкурсов, где оформление работы, отличающееся от принятого на данном конкурсе, может привести к отказу в участии.

## Структура и содержание исследовательского проекта

Любой исследовательский проект школьника должен иметь следующие логические части, которые при оформлении проекта следует начинать печатать с новой страницы.

1. **Введение.** Во введении раскрываются методологические характеристики исследования: актуальность, проблема, объект и предмет исследования, тема, цель, задачи, гипотеза, методы, новизна, теоретические основания. По объему эта часть проекта занимает 1–2 страницы.

**К основным ошибкам**, встречающимся во введении, можно отнести следующие: перечисление лишь некоторых методологических характеристик или их полное отсутствие, замена введения кратким содержанием основной части, многократное использование местоимений «я», «мне», «моя» вместо «мы», «наше», частое использование слова «является».

2. **Основная часть.** Здесь сосредоточено основное содержание проекта. Структура основной части может быть разной. Рекомендую основную часть первого исследовательского проекта ученика составлять по задачам. В основной части проекта должны быть отражены все задачи.

Можно пойти другим путем: разбить основную часть на теоретическую и практическую, или экспериментальную. В теоретической части дайте анализ литературы по теме (проблеме) исследования, а в практической разместите описание и результаты наблюдений, опытов, экспериментов, опросов и т.п. Каждую часть желательно завершить выводом.

**Важно помнить правило:** все задачи, определенные в методологических характеристиках, должны быть отражены в основной части. В конце основной части должны быть сформулированы выводы или вывод. Главное, чтобы выводы были сформулированы автором самостоятельно и не повторяли кратко содержание основной части. Для правильного написания вывода необходимо посмотреть, какова была цель проекта. Исходя из цели, и формулируем выводы. По объему выводы могут быть разными: от одного предложения до страницы, но помните, что выводы, растянутые на несколько страниц, скорее всего таковыми не являются. Желательно, чтобы выводы были написаны в виде нумерованного списка.

В тексте исследовательского проекта словосочетание «Основная часть» не пишется. После «Введения» с новой страницы надо написать тему исследования – это и будет означать начало основной части.

**К основным ошибкам**, встречающимся в основной части, можно отнести следующие: отсутствие собственного вывода (выводов) автора, вывод в виде

краткого пересказа основной части, наличие в тексте больших по объему таблиц, схем, рисунков и т.п., несоответствие содержания заявленной теме, рассмотрение вопроса очень «издалека», наличие большого количества маленьких (по полстранички) разделов, тезисное изложение темы, отсутствие анализа литературных источников.

**3 . Заключение.** В заключении подводим общие итоги всей работы. Примерный план содержания этой части проекта может быть в виде ответов на следующие вопросы:

- Какой теме, проблеме было посвящено исследование?
- Каковы были цель и задачи исследования? Выполнены ли они? Напомню, исследование тогда считается состоявшимся, когда все задачи решены и цель достигнута.
- Какое новое знание было получено? (Что нового вы узнали? Чему научились?)
- Каковы перспективы дальнейших исследований? Напомню, что абсолютная истина недостижима. Никогда объект не может быть изучен полностью. В процессе исследования всегда возникают новые вопросы, на которые можно ответить, проводя дальнейшие исследования.

По объему «Заключение» составляет примерно 1–2 страницы.

**4. Библиография.** Это обязательная часть исследования. Не путайте библиографию со списком используемой литературы, составление которого – только часть исследовательской работы. Хотя в тексте данного раздела представляется именно такой список. При работе над проектом можно использовать школьные учебники, научные издания (книги, журналы, газеты), сайты научных учреждений. Возможно использование научных источников информации на иностранных языках.

**5 . Приложение (приложения).** Эта часть проекта не является обязательной. Если приложений нет, это не снижает качества исследования. Однако, если мы хотим научить школьников исследовательской работе в полном объеме, лучше посоветовать сделать 1–2 приложения. В приложении могут быть размещены следующие материалы (их не должно быть в остальном тексте проекта!): рисунки, фотографии, большие таблицы, графики, схемы, диаграммы, анкеты и т.д. Если ребенок проводил опрос, анкетирование, желательно сохранить и приложить все ответы опрашиваемых.

Если рассматривать **содержание исследовательского проекта** постранично (ориентировочно), то здесь можно выделить следующие составляющие: 1. Титульный лист (с. 1).

2. Содержание (с. 2).

3. Введение или Методологические характеристики исследования (с. 3–4).10

4. Основная часть (с. 5–25).

5. Заключение (с. 26).

6. Библиография (с. 27).

7. Приложения (с. 28–29).

Многие учащиеся любят украшать свой исследовательский проект: используют в тексте необычные шрифты, цвета, многочисленные рисунки, фотографии, эпиграфы. В научной работе лучше этого не делать. А вот в работе творческого характера – пожалуйста.

**Методологические характеристики исследования** обычно начинаются на третьей странице исследовательского проекта, после содержания. Можно озаглавить этот раздел «Введение» или «Методологические характеристики исследования». В этом разделе должны быть отражены следующие параметры научной работы: актуальность, проблема, на решение которой направлено исследование, объект и предмет исследования, тема, гипотеза, цель, задачи, методы, новизна, теоретические основания. Не следует думать, что каждая характеристика существует сама по себе. Все они взаимосвязаны, дополняют и корректируют друг друга.

#### **Последовательность изложения методологических характеристик**

1. Актуальность.

2. Проблема.

3. Объект.

4. Предмет.

5. Тема.

6. Гипотеза.

7. Цель.

8. Задачи.

9. Методы.

10. Новизна.

11. Теоретические основания исследования.

#### **Актуальность исследования**

Для того чтобы обосновать актуальность выбранной темы, исследователю необходимо ответить на вопрос: **почему данную тему надо разрабатывать именно сейчас /почему данную проблему нужно решать именно сегодня?** Люди не могут позволить себе проводить исследования на неактуальные темы.

Школьникам разрешается обосновывать актуальность их исследования исходя из их знаний и опыта. Например: «Данная тема актуальна для меня,

так как я собираюсь поступать в медицинский институт и стать кардиохирургом. Как будущему врачу мне необходимо знать больше о строении сердца, поэтому тема «Взаимосвязь строения и функций сердца человека как элемента системы кровообращения» для меня актуальна».

Актуальность может быть отражена в теме исследования.

Для обоснования актуальности предлагаю давать школьникам *следующее письменное задание*, которое состоит из нескольких этапов.

1. Напишите тему вашего исследования.
2. Почему необходимо проводить исследования в данном направлении?
3. Почему вам необходимо проводить исследование по этой теме?
4. Если необходимо, внесите коррективы в формулировку темы вашего исследования.

### **Проблема, на решение которой направлено исследование**

Проблема в науке – это «белое пятно на ее карте», обозначение того, чего наука еще не знает. Формулируя проблему, исследователь отвечает на вопрос: «Что конкретно надо изучить из того, что раньше не было изучено?». Знание о незнании составляет сущность проблемы. Проблему можно формулировать в виде вопроса.

Определить проблему сложно, особенно школьнику. Как ему определить, каких знаний не хватает в науке или ему самому для того, чтобы работать по выбранной теме? С учащимися мы выполняем следующее задание (продолжаем записи, начатые по теме «Актуальность»).

1. Прочитайте тему вашего исследования.
2. Сформулируйте и запишите вопрос, ответом на который будет содержание вашей исследовательской работы.
3. Если необходимо, скорректируйте тему и актуальность вашей научной работы.

### **Объект исследования**

Объектом исследования может быть реально существующий организм, явление, какой-либо предмет и т.п. В науке биологии объектом изучения является жизнь, в физике – природа, в географии – планета Земля, в химии – вещества.

Определяя объект исследования, следует дать ответ на вопрос: что конкретно исследуется? Объект исследования должен быть обязательно указан в теме.

### **Предмет исследования**

Объект исследования бесконечен в познании. Например, кусок школьного мела может стать объектом исследования, а предметом могут быть разные аспекты его изучения: мел как физическое тело (объект – мел, предмет –

физическое тело), мел как полезное ископаемое (объект – мел, предмет – полезное ископаемое), мел как химическое вещество (объект – мел, предмет – химическое вещество) и т.д. Этот пример я привожу своим ученикам, он хорошо запоминается и понятен детям. После этого будет усвоено и определение понятия «предмет исследования» – то, в каком аспекте будет исследоваться объект, или та позиция, с которой будет изучаться объект. В одном исследовании может быть только *один* предмет исследования. Объект и предмет исследования должны быть отражены в теме.

### **Гипотеза, на доказательство которой направлено исследование**

Гипотеза – это основанное на ряде фактов научное предположение, которое необходимо доказать. Гипотеза может быть представлена последовательностью определенных высказываний, в которых каждый последующий элемент вытекает из предыдущего. Чтобы выдвинуть гипотезу, нужно уже достаточно много знать об исследуемом объекте и обладать хорошо развитыми воображением и фантазией. Начинающим исследователям рекомендую формулировать гипотезу, используя такой образец: «если ....., то .....».

Пример. Если температура окружающей среды влияет на прорастание семян фасоли, можно подобрать оптимальную температуру для их хранения и высаживания в грунт

Важно помнить, что в одном исследовании может быть только одна гипотеза.

### **Цель исследования**

В общем виде цель – это запланированный результат какой-либо деятельности. Цель любого научного исследования, по сути, состоит в доказательстве гипотезы. Цель исследовательской работы – это ее конечный результат, ответ на вопрос: «Что хочет получить исследователь в результате своей работы?». Для формулировки цели исследовательской деятельности школьников можно использовать следующие слова-подсказки: **разработать план наблюдения за ... , дать описание, сравнить, классифицировать, объяснить, установить взаимосвязь, составить ... ; определить ... .**

Одно исследование может быть направлено на достижение только *одной цели*.

### **Задачи исследования**

Задачи исследования – это те «шаги», которые нужно сделать для достижения цели. В школьном исследовании их не должно быть много, рекомендую сформулировать 3–5 задач. По задачам школьнику легко будет составить и написать план основной части исследовательского проекта. В

качестве первой задачи может быть такая: проанализировать литературу по теме исследования. Остальные задачи должны быть связаны с конкретным содержанием работы. Помните, что исследование считается состоявшимся только тогда, когда решены все поставленные в нем задачи. **Формулировку задач можно начинать со слов: проанализировать, классифицировать, пронаблюдать, описать, объяснить, сравнить, смоделировать, составить прогноз, разработать, выявить, установить, дать определение, обобщить.**

*Задание для учащихся*

1. Прочитайте цель вашего исследования.
2. Что нужно сделать, чтобы достичь цели?
3. Сформулируйте 3–5 задач для достижения цели вашего исследования.

### **Методы исследования**

Методы исследования связаны с тем, какими средствами будет проводиться исследование. Существует несколько классификаций методов: теоретические (например, анализ, объяснение) и эмпирические (например, опыт, наблюдение); общенаучные (например, описание, сравнение) и частные (например, метод световой микроскопии) и др. Обычно ученику сложно полностью самостоятельно подобрать адекватные методы, поэтому здесь необходима совместная с научным руководителем работа. Перечислю некоторые методы, используемые в исследовательских проектах биологической направленности (биология, экология, психология): наблюдение, описание, объяснение, тестирование, опыт, эксперимент, анкетирование, интервьюирование, мониторинг.

### **Новизна исследования**

Новизна – главная и важнейшая методологическая характеристика. Ведь именно для получения чего-то нового и проводятся научные работы. Необходимости получения нового знания подчинены весь ход исследования и все его методологические характеристики. Если в исследовательском проекте нет новизны, значит, нет и результата исследования. Конечно, новизну мы определяем для ученика. Вряд ли школьнику удастся открыть что-то новое для науки, хотя этот вариант исключать нельзя.

Эта методологическая характеристика исследования – новизна предполагает определение того нового знания, которое получит исследователь в результате научной работы. Для формулировки новизны можно использовать ответы на следующие вопросы. Что нового я узнаю в ходе исследования? Чему научусь? Где можно использовать полученные знания и умения.

### **Тема исследования**

Тема исследования – это начало научной работы школьника, но в нашей лекции она находится в заключительной части только потому, что в

ней интегрируются все методологические характеристики. Тема исследования пишется на титульном листе и в методологических характеристиках после актуальности и проблемы. Из темы должно быть понятно, чему посвящена работа, о чем она.

Оказывается, сформулировать тему не так-то просто. Существуют правила, помогающие правильно это сделать.

1. Тема исследования формулируется в виде одного назывного предложения.

2. В конце темы не должно быть никаких других знаков препинания, кроме точки. Например, исследовательский проект не может называться так: «Легко ли быть молодым?». Правильное название, например, «Проблемы современной молодежи и пути их решения».

3. В теме должны быть отражены объект и предмет исследования.

4. В теме может быть отражена проблема, на решение которой направлено исследование.

5. Повторы слов в теме, объекте и предмете исследования, проблеме не являются ошибкой.

6. Количество слов в теме от 5 до 12.

*Приложение 4.*

### **Анкета**

Ученика \_\_\_\_\_ «\_\_\_\_\_»

класса \_\_\_\_\_

**1. Здоровый образ жизни – это способ жизненной активности, направленный на:**

- А) Развитие физических качеств людей;
- Б) Сохранение и улучшение здоровья;
- В) Подготовка к профессиональной деятельности;
- Г) Поддержание высокой работоспособности;
- Д) Отказ от вредных привычек.

**2. Что вы делаете чтобы сохранить свое здоровье:**

- А) рационально и регулярно питаешься;
- Б) соблюдаешь личную и общественную гигиену;
- В) закаливаешь организм;
- Г) соблюдаешь двигательный режим;
- Д) соблюдаешь режим дня;
- Е) регулярно посещаешь врача.

**3. Какие активные формы отдыха вы предпочитаете, как часто вы занимаетесь:**

	ежедневно	2-3 раза в неделю	1 раз в неделю	1 раз в месяц	Редко
Туризм (походы)					
Пешие прогулки 1-2 часа					
Посещение бассейна					
Посещение фитнес-клуба					
Посещение катка					
Другое указать _____					
—					

\* поставь крестик или галочку в таблице

**4. Имеешь ли ты вредные привычки?**

Да

Нет

**5. Как ты соблюдаешь гигиенические нормы?** Поставь крестик или галочку напротив ответа, если ты выбрал вариант «Другое» - укажи свой вариант.

	1-2 раза в день	1 раз в неделю	Другое
Умываешься, чистишь зубы			
Моешь с мылом руки			
Принимаешь душ			
Ходишь в баню			
Меняешь одежду			
Сушишь и чистишь обувь			
Стираешь спортивную			

форму после занятий физической культурой и спортом			
Как часто ты делаешь влажную уборку в своей комнате (квартире)			

**6. Режим питания.**

**А) Завтракаешь ли ты?** Да Нет

Если да, то, что обычно ты ешь на завтрак \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Б) Обедаешь ли ты?** Да Нет

Если да, то, что обычно ты ешь на обед \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**В какое время ты обедаешь?**

\_\_\_\_\_

**В) Ты полдничаешь?** Да Нет

**Г) Во сколько часов ты ужинаешь?**

\_\_\_\_\_

**Д) Сколько времени у тебя занимает один прием пищи?**

а) до 5 мин в) 30 мин.

б) 5-15 мин г) приведи свой вариант \_\_\_\_\_

**Е) Питаешься ли ты в школьной столовой?** А) да Б) нет

В) иногда



- А) позволяет избегать неоправданных физических напряжений;
- Б) обеспечивает ритмичность работы человеческого организма;
- В) позволяет правильно планировать дела в течение дня;
- Г) изменяется величина нагрузки на центральную нервную систему.

**11. Наиболее часто целью вашего визита в поликлинику является?**

- А) Болезнь;
- Б) Получение справок;
- В) Прохождение профилактического осмотра;
- Г) Я туда не хожу;

**12. Кто обычно ходит вместе с тобой на визит к врачу?** А) мама Б) папа  
В) бабушка, дедушка В) хожу один

**13. Как ты считаешь, твое состояние здоровья соответствует твоему идеалу здорового человека?**

- А) да                      Б) нет                      В) частично                      Г) я затрудняюсь  
ответить на этот вопрос

**14. Сколько дней в этом учебном году ты болел?**

\_\_\_\_\_

**15. Сколько уроков физической культуры в неделю по твоему мнению необходимо?**

- А) 1                      Б) 2                      В) 3                      Г) 4                      Д) свой  
вариант \_\_\_\_\_

**16. Что тебе нравится на уроках физической культуры?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**17. Что тебе не нравится на уроках физической культуры?**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**18. Чему новому ты хотел бы научиться на уроках физической культуры?** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



2. Ястребцева Е.Н. «Как рождается проект: Из опыта внедрения методических и организационно-педагогических нововведений». М., 1995.
3. Чуракова О.В., И.С. Фишман Компетентностно-ориентированный подход к образованию: образовательные технологии., выпуск1, Самара, 2002.
4. Полат Е.С. Современные педагогические и информационные технологии в системе образования [Текст]: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений /Полат Е.С, Бухаркина М.Ю. – М.:Академия. 2007. – С.120.
5. Бурмакина В.Ф., Фалина И.Н. ИКТ-компетентность учащихся. - Режим доступа: <http://www.sitos.mesi.ru/Default.aspx?id=6>
6. Селевко Г. К. Современные образовательные технологии. М., “Народное образование”, 1998. – С. 235.
7. Чечель И.Г. Метод проектов, или попытка избавить учителя от обязанностей всезнающего оракула [Текст] / Чечель И.Г. // Директор школы. - № 3. – 1998.
8. Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года // <http://www.philipov.ru/news/27/224>
9. Падикова М.В. «Проектная деятельность в школе». Статья. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». <http://festival.1september.ru/articles/624317/>
10. Стратегия модернизации содержания общего образования: Материалы для разработки документов по обновлению общего образования. – М., 2001, 101 с.
11. Хуторской А.В. Современная дидактика: Учебник для вузов. / А.В. Хуторской. – СПб: Питер, 2001. – 544 с.
12. <http://ru.wikipedia.org/wiki/%CF%F0%EE%E5%EA%F2>