**Системы оценивания образовательных достижений**

Достижения в обучении физической культуре во многом зависят от заинтересованности учеников, физических способностей и их активности. А залогом этого, в свою очередь, служат конкретные и посильные цели, достижение которых поощряется тем или иным образом, как правило – оценками.

**1. Метод оценивания по пятибалльной шкале.**

Система контроля знаний и оценивания уровня физической подготовленности школьников направлена на решение важной воспитательной задачи урока — мотивировать школьников к формированию осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни.

На уроках физической культуры оцениваются:

- теоретические знания,

- практические умения и навыки,

- навыки организации физкультурно-оздоровительной деятельности,

- физическая подготовленность,

- динамика (прирост) оцениваемых параметров по сравнению с исходными или предшествующими промежуточными значениями (учитывается базовый уровень здоровья, физической подготовленности).

Методика оценки успеваемости.

По теоретическим знаниям.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Средний | Низкий |
| Оценка | «5» | «4» | «3» | «2» |
| Знания | За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя примеры из практики или своего опыта | За ответ, если в нем содержаться небольшие неточности и незначительные ошибки | За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике  | За непонимание и незнание материала программы |

По технике владение двигательными умениями и навыками

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Средний | Низкий |
| Оценка | «5» | «4» | «3» | «2» |
| Знания | Двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), четко, легко, в надлежащем ритме.Ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив | При выполнении двигательного действия ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок.Двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движения | Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности | Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка, приведших к неуверенному или напряженному выполнению |

По владению способами и умению осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Уровни | Высокий | Средний | Низкий |
| Оценка | «5» | «4» | «3» | «2» |
| Знания | Учащийся умеет:самостоятельно - организовать место занятий;- подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;- контролировать ход выполнения заданий и оценивать итоги;- демонстрировать полный и разнообразный комплекс упражнений, направленный на развитие конкретной физической (двигательной) способности или комплекса упражнений, утренней или гимнастической гимнастики | Учащийся:- организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;- допускает незначительные ошибки в подборе средств;- контролирует ход выполнения заданий и оценивает итоги | Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов.Ученик испытывает затруднения в организации мест занятий и подборе инвентаря. Удовлетворительно контролирует ход и итоги занятия | Учащийся не владеет умениями осуществлять различные виды физкультурно-оздоровительной деятельности |

**2. Рейтинговая система оценивания**

К вопросу оценивания нужно подходить очень ответственно. Если оценивать учащихся только по контрольным нормативам, то дети со слабыми физическими возможностями обречены, быть неуспевающими; если оценивать только за прилежание, то теряется мотивация повышению своих результатов. Поэтому в начале учебного года я объясняю учащимся, по каким критериям ставится итоговая оценка. К ним относится: сдача учебных нормативов и усвоение теоретического материала; повышение уровня физической подготовки; выполнение домашних заданий; активное занятие в спортивных секциях; участие в соревнованиях. Таким образом, ученики сами могут определять свои слабые стороны и знать, почему они получили ту или иную оценку, и даже физически не очень сильный ученик может получить высокую отметку. Рейтинговая система позволяет решать и воспитательные задачи. Штрафные баллы за нарушение правил безопасности, пропуски занятий, опоздание, за отсутствие спортивной формы, снижение за неактивность на уроке призваны дисциплинировать учащихся, воспитывать волю. Поощрительные (бонусные) баллы стимулируют учащихся к проявлению организаторских способностей, бережное отношение к своему здоровью и интерес к занятиям физической культурой, к самостоятельности. Предполагается, что у учащихся повысится интерес к урокам физической культуры. Желание набрать наибольшее количество баллов повысит их активность на уроках и поспособствует к активному участию в спортивных мероприятиях вне уроков.

Показатели получения отметки:

1. Оценка физических возможностей:

a) Измерение показателей физической подготовленности (предварительный и итоговый контроль);

b) Динамика уровня физической подготовленности;

c) Анализ уровня овладения двигательными действиями.

2. Оценка знаний по предмету:

- Опрос;

- Беседа;

- Тестирование;

- Самостоятельная работа.

Показатели накопления баллов:

1. Баллы со знаком «плюс»:

a) Тестирование по номинациям;

b) Положительная динамика уровня физической подготовленности;

c) Входные и итоговые проверочные работы;

d) Участие в соревнованиях.

2. Баллы со знаком «минус»:

a) Отрицательная динамика уровня физической подготовленности;

b) Пропуск без уважительной причины;

c) Нарушение техники безопасности на уроке

Отметку я выставляю в классный журнал, а для сбора, обработки и хранения данных по набранным баллам использует электронные таблицы, в которые вносит результаты индивидуальных достижений обучающихся.

Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья. Оценивая физическую подготовку обучающихся, анализирую их уровень развития, умение школьников на достаточном уровне выполнять физические упражнения и учебные нормативы. Дважды в учебный год (в сентябре и мае) провожу тестирование. По итогам анализа результатов мониторинга я разработала систему поощрений лучших учеников, имеющих положительную динамику уровня знаний и показателей здоровья:

- дети с высоким уровнем физической подготовленности отбираются для участия в соревнованиях различных рангов, вовлечения в различные спортивные секции,

- по итогам учебного года определяется «Лучший по предмету»

- для учащихся с низким и ниже среднего уровнем физической подготовленности на летний период разработаны комплексы упражнений по развитию двигательных качеств.

Учитывая, что физическая нагрузка для учащихся недостаточна, я большое внимание уделяю самоподготовке учащихся. Это выражается в виде домашних заданий, которые я даю в конце каждого урока. Эти задания включают в себя простые физические упражнения, которые можно выполнять в домашних условиях (сгибание и разгибание рук, в упоре лежа, подтягивание на низкой или высокой перекладине, поднимание туловища, лежа на спине, приседания на одной ноге и т. д.). Контроль над выполнением домашних заданий и самоподготовки учащихся осуществляется на контрольных уроках.

Данная система помогла обеспечить:

- Бесконфликтность общения, комфортность, доброжелательную атмосферу урока;

- Рост сознательности, повышение активности учащихся;

- Наглядное отражение каждого, даже маленького, шага в росте результатов;

- Улучшение общего физического и психического состояния обучающихся;

- Физическое развитие учащихся не в ущерб здоровью.

- Внедрение информационно-диагностических компьютерных технологий для сбора, обработки и хранения данных по оценке уровня физической подготовленности.

 Не менее важно это и для ребят. А значит, появляется реальная возможность для всех учащихся без исключения стать активными участниками учебного процесса на уроке. Наверное, в этом и состоит наша главная задача.

Для учащегося система:

 - Учит измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой;

- Помогает наметить для себя результаты, ради которых он с готовностью станет заниматься в школе и дома;

- Воспитывает трудолюбие и самодисциплину;

- Повышает уровень физической подготовки;

**Описание рейтинговой системы оценивания по физической культуре:**

Проработав много лет в школе и проанализировав систему оценивания учащихся, начал задумываться, над изменением в системе выставления оценок ученикам за знания, умения и навыки по своему предмету. Так как существующая система не адекватно, по моему мнению, оценивает труд школьников, не учитывая морфофункциональные особенности каждого учащегося. Набираясь опыта в педагогической деятельности, пришёл к мысли об использовании десятибалльной системы оценивания школьников. Для достижения высокой успеваемости, посещаемости, и повышения активности на уроках физической культуры в школе второй год начал использовать рейтинговую (балльную) систему оценивания обучающихся. Её сущность сводится к следующему: ученик за учебный период (четверть, полугодие) набирает в совокупности определённое количество баллов, соответствующие той или иной оценки их деятельности. Предлагаемая мною система позволяет скорректировать оценки учащихся и как следствие увеличить желание учащихся заниматься и демонстрировать свои спортивные достижения. Кроме того, сразу решается проблема выставления неудовлетворительных оценок. Такой подход в оценивании в действительности позволяет играть оценке свою стимулирующую роль, адекватно усваивать предъявляемые к обучающимся требования предметом «Физическая культура». На основании разработанных критериев обучающиеся могут объективно оценивать ход освоения разучиваемого материала, а также достижения одноклассников. Научить учащихся самооценке и взаимооценке – важное условие их подготовки к самостоятельным занятиям. Также успеваемость по предмету определяется и полнотой приобретенных теоретических знаний. Обучающимся, отнесенным по состоянию здоровья к подготовительной и медицинской группе, итоговая оценка выводится на основании сведений о посещаемости занятий и текущих отметок за знания теоретических аспектов предмета. Естественно, ни для кого из педагогов не является секретом, то, что каждый ученик индивидуален, а предрасположенность, или, если хотите, врождённые физические качества проявляются уже в раннем детстве. Задачей учителя физической культуры как раз и является всестороннее развитие не только всех двигательных навыков, но и совершенствование ученика в том виде спорта, который более всего подходит школьнику согласно его антропометрическим, физиологическим и другим данным. Чтобы добиться заинтересованности учащихся в развитии того или иного физического качества, а также, (что очень важно) адекватно оценить выполненные упражнения, я разработал представленную ниже систему оценки труда школьников.

Оценка «5» приравнивается к 9-10 очкам (баллам)

Оценка «4» приравнивается к 7-8 очкам (баллам)

Оценка «3» приравнивается к 5-6 очкам (баллам)

Оценка «2» приравнивается к- 2 очкам (баллам)

Система надбавки: Баллы со знаком «плюс»

1. Подтягивание за каждый раз сверх требуемого на «5» +1 очко,

2. Метание в цель за каждый мяч сверх требуемого на «5» +1 очко,

3. Метание на дальность за каждый метр сверх требуемого на «5» + 1 очко,

4. Прыжки в длину за 5см сверх требуемого на «5» +1 очко,

5. Челночный бег 3 x 10 м за 2 «десятки» сверх требуемого на «5» +1 очко,

6. Бег на выносливость за 15 сек сверх требуемого на «5» +1 очко,

7. Прыжки в высоту за 5 см сверх требуемого на «5» + 1 очко

8. За выступление на районных соревнованиях, если попал в первую пятерку+1 очко,

за первое, второе, третье место +10,7,5 очков соответственно.

9. Положительная динамика уровня физической подготовленности +5 очков

Выставление оценок: «5» - 90% - 100% от 100% возможных.

«4» - 75% - 89% от 100% возможных.

«3» - 60% - 74% от 100% возможных.

Баллы со знаком «минус»

а) отрицательная динамика уровня физической подготовленности; -5 очков

б) пропуск без уважительной причины; -5 очков

в) нарушение техники безопасности. -5 очков

Результаты подсчитываются по формуле среднего арифметического. Зачётная оценка имеет большее значение, чем оценка на рабочем уроке. Преимущество системы очков состоит в оптимизации результатов обучения учащихся. Например, ученик выполняет тест по бегу на 100 м, «выше» оценки «отлично» и оценивается в 14 баллов. Но бег на выносливость выполняется лишь на 6 баллов. Результат суммируется – 20 баллов, т.е. ученик занимается на «5». Обычная система такого оценивания дать не может. Кроме этого, и учитель, и ученик видят, в каком направлении следует направить работу с данным школьником, и в каком виде спорта ученик может добиться более существенных результатов. Благодаря этой системе, у ребят появилась положительная мотивация освоения предмета. Предполагаемые итоги введения балльной системы:

1. Снизится показатель пропуска уроков без уважительной причины;

2. Система позволит учащимся влиять на свою оценку через определенные стимулы и поощрения заложенные в ней;

3. Повысится заинтересованность учащихся в данном предмете;

4. Учащиеся со слабыми физическими данными могут повысить свой рейтинг через дополнительные занятия и как следствие повышение физической культуры;

5. Повышение объективности и информированности оценивания;

6. Стремление к самоконтролю физического развития;

7. Укрепление дисциплины и самодисциплины.

**3. Самоконтроль и самооценка учебно-познавательной деятельности учащихся.**

Современные требования, предъявляемые к организации учебной деятельности и проведению уроков, предполагают не только активную деятельность учащихся, но и непременное развитие самоконтроля, самоанализа и самооценки. Учителю необходимо не только донести знания и заинтересовать своим предметом, но научить ребенка ставить цели, разрабатывать планы достижения этих целей, анализировать свои поступки и действия. То есть ребенок должен научиться ставить перед собой учебную задачу самостоятельно и решать ее.

Формирования адекватной самооценки школьников обусловлена необходимостью сохранения и укрепления психической и физической составляющих здоровья учащихся, привития мотивации к регулярным занятиям физической культурой, творческой активности на уроках физической культуры. Под воздействием физических нагрузок происходят изменения в органах и системах организма человека. Для того чтобы занятия физическими упражнениями и спортом не оказывали негативного влияния на здоровье человека, необходимо проводить регулярный контроль за состоянием организма.

Самоконтроль — это самостоятельные, регулярные наблюдения простыми и доступными способами за состоянием своего здоровья и физического развития и их изменений под влиянием занятий физкультурой и спортом.

Задачи самоконтроля:

1. Расширить знания о физическом развитии;

2. Ознакомиться с простейшими доступными методиками самоконтроля;

3. Определить уровень физического развития, тренированности и здоровья.

Наиболее удобная форма самоконтроля – ДНЕВНИК самоконтроля. Содержание и построение дневника может быть различным, он включает в себя как субъективные, так и объективные показатели самоконтроля. Дневник самоконтроля нужен для отслеживания развития функциональных возможностей организма, укрепления здоровья, для умелого управления своим самочувствием и настроением. Дневник самоконтроля служит для:

1. Учета самостоятельных занятий физкультурой и спортом

2. Регистрации антропометрических изменений

3. Учёта показателей, функциональных проб и контрольных испытаний физической подготовленности

4. Контроля выполнения недельного двигательного режима.

Дневник самоконтроля может состоять из нескольких частей. Первая часть 2—3 странички. Здесь, например, один раз в полгода записывай свой рост, массу тела (вес) и окружность грудной клетки. По записям можно следить за ростом и развитием организма.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Число, месяц, год измерения | Длина тела в см | Вес тела в кг | Окружность грудной клетки |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |
| 6 |  |  |  |  |
| 7 |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |
| 9 |  |  |  |  |
| 10 |  |  |  |  |
| 11 |  |  |  |  |

Вторая часть - данные о своём самочувствии и пульсе в дни тренировок или самостоятельных занятий физическими упражнениями, сне, аппетите и т. д.

|  |  |
| --- | --- |
| Показатели | Дата |
| 01.09.2018 | 02.09.2018 | 03.09.2018 | 04.09.2018 | 05.09.2018 | .. | .. | .. |
| Самочувствие  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сон |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Аппетит |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Желание заниматься физкультурой |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Пульс |  |  |  |  |  |  |  |  |

Желательно записывать в дневник и свои спортивные результаты. Они тоже отражают состояние организма. А как убедиться, что занятия физическими упражнениями улучшают двигательные качества? Для этого надо выполнить специальные контрольные упражнения (тесты):

|  |  |
| --- | --- |
| Физические способности | Контрольное упражнение (тест) |
| Скоростные | Бег 30м, с |
| Координационные | Челночный бег 3×10 м, сМетание мяча на точность, кол-во попаданий |
| Скоростно-силовые | Прыжки в длину с места, смМногоскоки (8 прыжков), мМетание мяча на дальность, мПрыжки на скакалке за 15 с, кол-во раз |
| Выносливость | Бег 6 минут, мБег 500м , 1000 м, 1500м, 2000м мин.с |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, см |
| Силовые | Подтягивание на высокой перекладине из положения виса (мальчики), кол-во разПодтягивание на низкой перекладине из положения виса лежа (девочки), кол-во разПодъем туловища за 60 с, кол-во разСгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз |
| Силовая выносливость | Упражнение на пресс лежа на полу за 1 мин. кол-во раз |

Мои показатели

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Физические способности | класс | класс | класс |
| Начало учебного года | Конец учебного года | Начало учебного года | Конец учебного года | Начало учебного года | Конец учебного года |
| Скоростные |  |  |  |  |  |  |
| Координационные |  |  |  |  |  |  |
| Скоростно-силовые |  |  |  |  |  |  |
| Выносливость |  |  |  |  |  |  |
| Гибкость |  |  |  |  |  |  |
| Силовые |  |  |  |  |  |  |
| Силовая выносливость |  |  |  |  |  |  |

Дневник следует периодически показывать учителю физической культуры с целью консультации по возникающим проблемам, корректировки двигательного режима и физических нагрузок. Дневник самоконтроля следует сохранять на все годы учебы в школе и записывать в ней свои результаты каждого контрольного испытания.

**4. Мониторинг физической подготовленности и физического развития для оценивания учащихся по приросту показателей с учетом их способностей.**

Для определения уровня физической подготовленности в начале (сентябрь, октябрь) и в конце (апрель, май) учебного года я ежегодно провожу тестирование по определению уровня общей физической подготовленности учащихся. Мною выбраны упражнения из методических пособий: «Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы» (серия «Текущий контроль»). В.И. Лях,

«Физическая культура. Тестовый контроль. 10-11 классы (серия «Текущий контроль»)» В.И. Лях. Также использована государственная программа по физической культуре В.И. Лях, А.А. Зданевич. При оценивании учащихся уровня физического развития использую разработанные мною на основе рекомендуемых примерных нормативов в программе «Физического воспитания» под редакцией В.И. Ляха. Оцениваются такие физические качества как выносливость, быстрота, гибкость, сила, скоростно-силовая показатели, силовая выносливость, координация.

|  |  |
| --- | --- |
| Физические способности | Контрольное упражнение (тест) |
| Скоростные | Бег 30м, с |
| Координационные | Челночный бег 3×10 м, сМетание мяча на точность, кол-во попаданий |
| Скоростно-силовые | Прыжки в длину с места, смМногоскоки (8 прыжков), мМетание мяча на дальность, мПрыжки на скакалке за 15 с, кол-во раз |
| Выносливость | Бег 6 минут, мБег 500м , 1000 м, 1500м, 2000м мин.с |
| Гибкость | Наклон вперед из положения сидя, см |
| Силовые | Подтягивание на высокой перекладине из положения виса (мальчики), кол-во разПодтягивание на низкой перекладине из положения виса лежа (девочки), кол-во разПодъем туловища за 60 с, кол-во разСгибание-разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз |
| Силовая выносливость | Упражнение на пресс лежа на полу за 1 мин. кол-во раз |

Результаты уровня физической подготовленности учащихся свожу в таблицы в программе «Автоматическое определение СУФП учащихся» <https://galina-sport.ru/programma-raschyota-sufp/>

Данная программа была переработана, модернизирована и адаптирована для учителей физической культуры. Программа "Автоматическое определение СУФП учащихся" является авторской разработкой учителя физической культуры МАОУ СОШ №17 Астраханцевой Г. В., (разработка выполнена с участием Астраханцева В. Л.) Применение программы даёт возможность используя информационные технологии значительно облегчить труд учителя физической культуры при обработке данных уровня физической подготовленности по каждому ученику, классу, параллели. Отметка по физической культуре будет играть стимулирующую и воспитывающую роль только в том случае, если преподаватель будет оценивать показатели физической подготовленности, достигнутые учеником не в данный момент, а за определённое время. Иначе говоря, ориентироваться надо не на личный уровень развития физических качеств, а на темп (динамику) изменения их за определённый период. Оценивая успехи по физической культуре, учитель должен принимать во внимание индивидуальные особенности учащихся, значимость которых в физическом воспитании особенно велика. Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.