ХРОНОМЕТРИРОВАНИЕ

Хронометрирование- метод оценки качества распределения педагогически оправданных действий учителя и учеников в ходе проведения урока.

- *Сущность метода анализа* – определение времени, затраченного на выполнение различных видов учебной деятельности учителя и учащихся на уроке физической культуры, и на этой основе определение и оценка его плотности.
- Показателями **хронометрирования** являются **общая и моторная плотность урока**.

Общая плотность урока физической культуры(ОП) отношение педагогически оправданного времени к общему времени урока.
Показатель всегда должен стремиться к 100%.

Расчетная формула

ОП=Т(п/о):Т(у) х100%

Т(п/о) – педагогически оправданное время урока (в сек.)
Т(у) – время урока (в сек.)

К педагогически оправданному времени относится время, затраченное учителем на объяснение учебного материала, коррекцию движений, подачу команд, установок, указаний; время, используемое учеником на выполнение упражнений и заданий учителя; организованные педагогом интервалы отдыха между выполнениями упражнений, время, определенное учителем для вспомогательных действий

Моторная(двигательная) плотность (МП) – отношение времени, затраченное учеником на выполнение упражнений и заданий учителя к общему времени урока.

Расчетная формула

МП=Т(дв):Т(у)х100%

Ориентировочные показатели МП при решении задач обучения двигательным действиям:

- Первоначальное разучивание – 40%-50%
- Углубленное разучивание – 50%-60%
- Закрепление и совершенствование двигательного действия – до 70%

Ориентировочные показатели при решении задач развития физических качеств:

- Быстрота и гибкость – до 40%;
- Скоростно-силовые способности и специальные виды выносливости - 60%-70%;
- Общая выносливость – 70%-80%;
- Координационные способности – 55%-75%

Технология хронометрирования

1. Подготовить форму протокола и секундомер.
2. Включить секундомер со звонком на урок.
3. В ходе урока заполнять только первые три графы, при этом в графе №2 (вид деятельности) подробно записывать все виды деятельности учащихся. В графе №3 (показатели секундомера) фиксировать окончание каждого вида деятельности – СЕКУНДОМЕР НЕ ВЫКЛЮЧАТЬ.
4. Выключить секундомер с фактическим окончанием урока (когда учитель скажет до свидания).
5. При обработке протокола надо от нижнего показателя вычесть верхний и занести в соответствующую графу (обработку начинать с начала урока).
6. Суммировать время каждого вида деятельности учащихся отдельно по частям урока и в уроке в целом.
7. Построить круговую диаграмму и дать письменный анализ.

Примерный протокол определения плотности урока ФК путем хронометрирования.

ФИО практиканта проводящего урок _____

ФИО учащегося, за которым ведется хронометраж _____

Класс _____ Дата _____ Время _____

Место проведения_____

Задачи урока

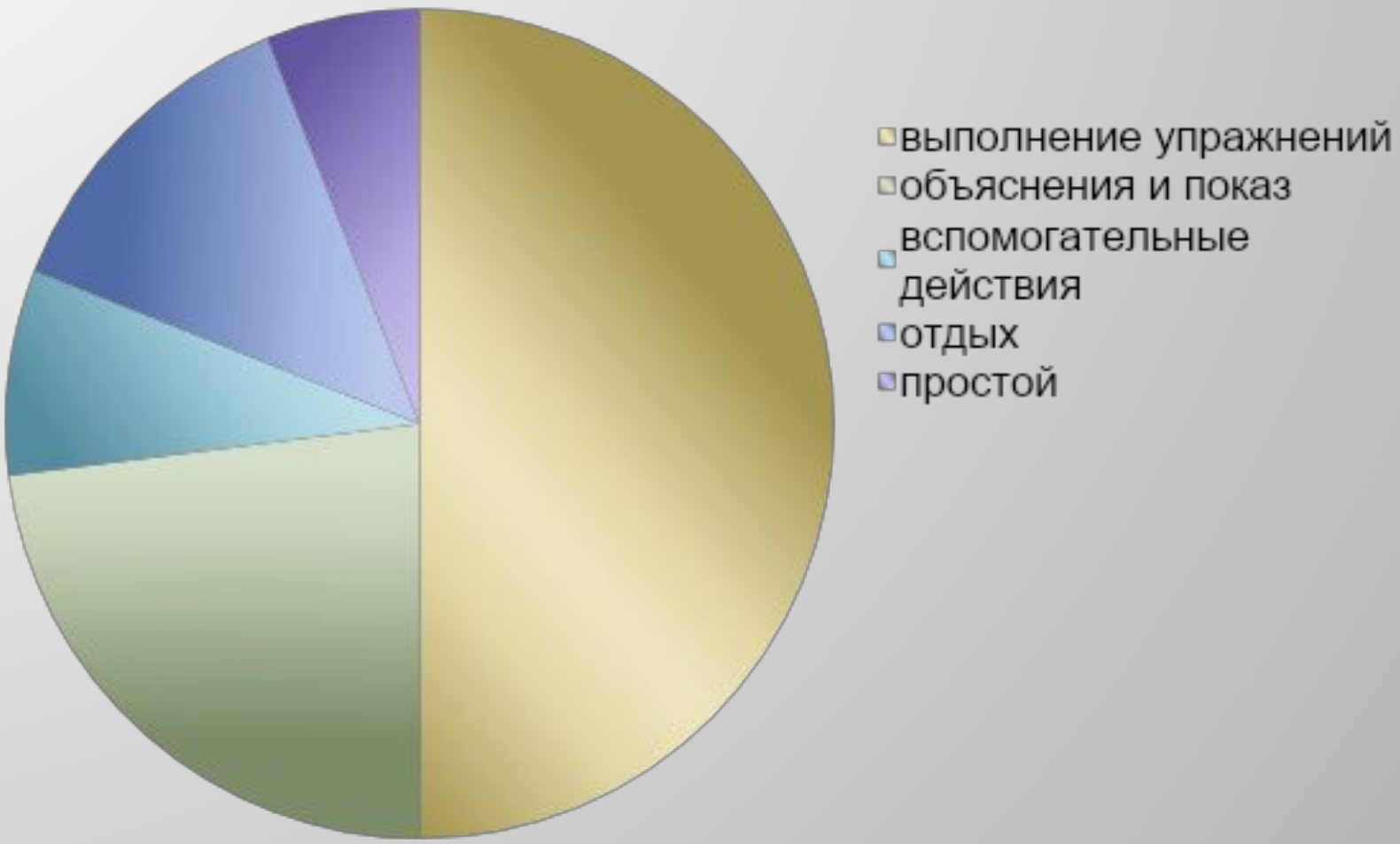
_____

_____Оборудование и инвенатрь

_____

Виды деятельности	Показатели секундомера	Объяснения и показ учителя	Выполнение упражнений	Вспомогат. действия	отдых	простой
Итого:						

Круговая диаграмма



Анализ плотности урока.

1. Дать оценку % моторной (двигательной) плотности в разных частях урока. Назвать причины повлиявшие на снижение показателей и указать пути их устранения. (см. графа №5)
2. Необходимо дать свою оценку, доказать ее, характеризуя вид деятельности и тип данного урока (причины см. в протоколе, в графах №4,6,7,8, указать сколько времени потерянно и что надо сделать, чтобы сохранить время).
3. Дать оценку % моторной (двигательной) плотности в уроке в целом. Необходимо помнить об оценках во всех частях урока (вводно-подготовительной, основной, заключительной).
4. Дать оценку % общей плотности отдельно по частям и в уроке в целом (см. графу №2). Необходимо обратить внимание на соотношение показателей в графе №4 и №5.

Практическое задание:

- Заполните протокол хронометрирования, имея следующие данные наблюдения:
- Урок физкультуры проводился в 7 классе и в этот день был первым. Наблюдали за мальчиком 13 лет среднего уровня физической подготовленности Ивановым Ваней. В классе по списку 27 человек, на уроке присутствовало – 22.
- Задачи урока: закрепить технику ведения и передачи мяча в баскетболе; способствовать развитию игровой выносливости и координации движений, воспитывать волю к победе в командной игре.
- Выполните расчет времени, затраченного на объяснение и показ учителем заданий, выполнение учеником упражнений по установке педагога, вспомогательные действия, отдых и простой.
- Определите отношение рассчитанных показателей к общему времени урока.
- Определите общую и моторную плотность урока каждой части урока и урока в целом. Выполните графическое отображение плотности урока физкультуры.
- Проанализируйте плотность урока, выявив ошибки в деятельности преподавателя, и внесите коррективы в педагогический процесс.

Вид деятельности	Показания секундомера	Вид деятельности	Показания секундомера
Подготовительная часть урока:		**Основная часть урока:**	
Звонок на урок	0 мин 0 сек	Раздает б/больные мячи	13 мин 26 сек
Входит в зал	40 сек	Слушает учителя	14 мин 12 сек
Строится в шеренгу	1 мин	Передача мяча в парах	15 мин 00 сек
Слушает учителя	1 мин 30 сек	Слушает учителя	15 мин 30 сек
Строевые упр-я	2 мин 30 сек	Ведение мяча в ходьбе	18 мин 09 сек
Ходьба строевым шагом	3 мин 17 сек	Слушает учителя	20 мин 00 сек
1-е упр-е в ходьбе	3 мин 36 сек	Ведение мяча в беге	21 мин 00 сек
2-е упр-е в ходьбе	4 мин 04 сек	Слушает учителя	23 мин 00 сек
3-е упр-е в ходьбе	4 мин 26 сек	Бегает за одноклассником	23 мин 36 сек
4-е упр-е в ходьбе	4 мин 50 сек	Передача мяча с отскока	25 мин 17 сек
5-е упр-е в ходьбе	5 мин 20 сек	Переход к б/больным кольцам	26 мин 39 сек
6-е упр-е в ходьбе	5 мин 43 сек	Слушает учителя	27 мин 00 сек
Равномерный бег	6 мин 12 сек	Броски мяча в б/бол. кольцо	27 мин 17 сек
1-е упр-е в беге	6 мин 31 сек	Ждет своей очереди	27 мин 34 сек
2-е упр-е в беге	6 мин 43 сек	Повторяет упражнение	27 мин 40 сек
Завязывает шнурок	7 мин 30 сек	Ждет своей очереди	27 мин. 52 сек
4-е упр-е в беге	7 мин 37 сек	Повторяет упражнение	27 мин 56 сек
Легкий бег	7 мин 58 сек	Ждет своей очереди	28 мин 04 сек
Восстанавливает дыхание	8 мин 30 сек	Повторяет упражнение	28 мин 18 сек
Перестроение в шеренги	8 мин 57 сек	Ждет своей очереди	28 мин 32 сек
Слушает учителя	9 мин 15 сек	Повторяет упражнение	28 мин 37 сек
ОРУ на месте: 1-е упр-е	9 мин 24 сек	Убирает мячи	29 мин 30 сек
2-е упр-е	9 мин 37 сек	Слушает учителя	30 мин 51 сек
Слушает учителя	9 мин 50 сек	Играет в баскетбол	35 мин 30 сек
3-е упр-е	10 мин 10 сек	Наблюдает за игрой сидя	40 мин 12 сек
Слушает учителя	10 мин 17 сек.	Играет в баскетбол	43 мин 43 сек
4-е упр-е	10 мин 26 сек	**Заключительная часть урока:**	
5-е упр-е	10 мин 48 сек	Строится в шеренгу	44 мин 11 сек
Слушает учителя	11 мин 00 сек	Слушает учителя	46 мин 18 сек
Сидит на полу	12 мин 52 сек	Выход из зала. Окончание урока	46 мин 28 сек
8-е упр-е	13 мин. 04 сек		