

Влияние критериальной системы оценивания достижений на уроках физической культуры на тревожность, мотивацию, самооценку и уровень притязаний учащихся 7–8 классов

Елена Андреевна Селищева,

педагог-психолог АНО «Школа «Премьер», кандидат психологических наук

Мария Анатольевна Ступницкая,

доцент кафедры адаптивной физической культуры и медико-биологических проблем

ПИФКиС МГПУ, педагог-психолог АНО «Школа «Премьер», кандидат психологических наук, marstu@bk.ru

• критериальная система оценивания • школьная тревожность • мотивация учения • самооценка • уровень притязаний •

Проблема оценки и оценочной деятельности — одна из наиболее актуальных как в педагогической теории, так и в педагогической практике. Возможность измерить уровень обученности и воспитанности школьников, а главное — выразить результат этих измерений в каких-либо единицах всегда вызывала живой интерес у педагогов и руководителей образования.

В результате оценивания появляется знаковое выражение его результата в виде отметки. Однако во что она превратится в дальнейшем, что она принесёт ученику — это уже не зависящая от оценивания деятельность. Отметка, которой приписывается невинная роль простого отражения и фиксатора результатов оценивания, на практике становится для ребёнка источником радости или серьёзных потрясений. Не замечать этого факта — значит допустить серьёзный психологический просчёт в анализе оценочной деятельности учителя

и всей системы обучения в школе.

Ряд российских школ уже применя-

ют альтернативные формы оценивания учебных достижений учащихся. Среди них — критериальная система оценивания, которая, на наш взгляд, является оптимальной и эффективной для применения, в том числе и на уроках физической культуры.

«Целью физического воспитания в современной школе является содействие разнообразному, гармоническому развитию личности. Эта установка предполагает наличие крепкого здоровья, хорошего физического развития, оптимального уровня двигательных способностей, знаний и навыков в области физической культуры, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, мотивацию на здоровый образ жизни. Являясь частью общей культуры, физическая культура представляет собой специфическую сферу социальной деятельности, обособленной от физического труда. При этом важно понимать, что в зарождении физических упражнений важную роль сыграла и объективная биологическая предпосылка — двигательная активность, которая является естественной потребностью человека»¹.

¹ Родионов В.А. Критериальное оценивание как здоровьесберегающий фактор школьной среды // Школа здоровья. 2003. № 3.

Физическая культура направлена на преобразование биологически заданных движений, что обусловлено не столько естественной потребностью, сколько нормами и ценностями, то есть тем социальным значением, которое имеет этот вид культуры в современном обществе. При этом мнение об ориентации физкультурных занятий на такую ценность, как здоровье, не является мотивом для большинства здоровых детей, подростков и молодых людей, которые зачастую занимаются физической культурой для того, чтобы внешне походить, например, на известного киноактера, спортсмена или другого популярного человека. Физическая культура является не только средством и способом «оздоровления» нации, но и средством и способом социализации подрастающего поколения.

Занятия физической культурой отличаются от других видов деятельности (в том числе и трудовой) прежде всего тем, что они направлены на развитие физического потенциала человека, его двигательных умений, физических качеств, функциональных возможностей. Важным является тот факт, что физическая культура всегда обеспечивает процесс становления личности человека, формируя определённые личностные качества и социально значимый опыт.

Эти аспекты становятся особенно важными в подростковом возрасте, который является переходным от детства к взрослости. В этот период как раз и происходит становление многих личностных качеств (самооценки, уровня притязаний и др.) «Возраст 13–14 лет характеризуется «взрывом» изменений в самых различных физиологических системах подростков, что объясняется, главным образом, их половым развитием. В это время у семи-восьмиклассников возникает необходимость в социальном признании и социальном утверждении, ведущей деятельностью становится интимно-личностное общение. Рамки различных видов деятельности подростков, в том числе их физическая активность, объективно ограничены возрастными возможностями и условиями, в которых протекает жизнь школьников. Возраст 13–14 лет — чувствительный период для развития силовых способностей и способностей к длительному выполнению работы»².

Л.С. Выготский считал центральным и специфическим новообразованием подростничества чувство «взрослости» — возникающее представление о себе как об уже не ребёнке. Подросток начинает чувствовать себя взрослым, стремится быть и считаться взрослым. Этот возраст характеризуется перестройкой мотивационной сферы, интеллектуальной сферы (в частности, появляются элементы теоретического мышления и профессиональная направленность интересов и жизненных планов), сферы взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, но более всего — личностной сферы. «Стремление к самопознанию, осуществляемое подростками через физическую активность обусловлено наличием теснейшей связи между деятельностью мышц и психическим состоянием. Процесс физического воспитания оказывает непосредственное воздействие на внутренний мир человека, на его сознание и поведение. В процессе физического воспитания подросток учится регулировать свои действия на основе зрительных, осязательных, мышечно-вестибулярных ощущений и восприятий, у него развивается двигательная память, мышление, воля, способность к саморегуляции психических состояний».

Ни для кого не секрет, что именно в подростковом возрасте, в 7–8-х классах посещаемость уроков физической культуры в школе заметно снижается. У этого обстоятельства среди прочего есть причина, связанная с применяемой системой оценивания. Оценивание является одной из наиболее важных составляющих любого урока, в том числе и потому, что оно оказывает огромное влияние на учащихся: на их активность, эмоциональное состояние, самооценку, мотивацию и другие характеристики. Очень часто это влияние оказывается отрицательным не из-за реальных учебных достижений учащихся, а из-за несовершенства системы оценивания. Урок физкультуры при этом имеет особое значение, особенно, когда речь идёт о подростках. Это связано с тем, что в подростковом возрасте физический облик человека претерпевает стремительные и кардинальные изменения, которые большинство подростков воспринимают негативно. На уроке физичес-

² Родионов В.А. Критериальное оценивание как здоровьесберегающий фактор школьной среды // Школа здоровья. 2003. № 3.

кой культуры, как ни на одном другом, именно физический облик может стать предметом сторонней оценки окружающих. Часто учащиеся воспринимают школьную отметку, полученную на уроках физической культуры, как оценку своего физического «Я». Это обстоятельство способно оказать серьёзное негативное влияние на тревожность учащегося, его мотивацию, самооценку и уровень притязаний.

Сотрудниками кафедры психолого-педагогических дисциплин ПИФКиС МГПУ совместно с учителем физической культуры АНО «Школа «Премьер» А.И. Машковцевым проведено комплексное сравнительное исследование учебной мотивации, тревожности, самооценки и уровня притязаний учащихся школ с критериальной и с нормативной системами оценивания учебных достижений на уроках физической культуры.

Для справки: нормативная система оценивания, традиционная для российских школ, принимает в качестве нормы, тот уровень результатов, который фактически достигают большинство учащихся за определённый период изучения какой-либо дисциплины, например, за учебный год (четверть/полугодие). Такой подход позволяет «снижать планку», если по какой-то причине результаты большинства учащихся оказались ниже, чем предполагалось изначально. Нередко в этой ситуации достижения одного ученика сравниваются с достижениями другого, что вызывает тревожные переживания учащихся в ситуации проверки знаний, снижает самооценку и негативно влияет на учебную мотивацию.

В отличие от этого критериальная система оценивания подробно описывает эталон посредством критериев оценивания. В дальнейшем учебные достижения школьников сравниваются только с этим эталоном (а не с достижениями других детей) и оцениваются с помощью этих же критериев. В такой ситуации снизить требования к результату обучения невозможно, так как этот результат ясно представлен в виде критериев. Кроме того, результаты обучения, выраженные критериально, показывают не только проблемы, но и сильные стороны каждого ученика. При применении критериальной системы оценивания пред-

ставления об эталоне имеются не только у учителя, но и доводятся до сведения ученика и его родителей ещё до начала изучения какой-либо дисциплины / темы. Таким образом, правила игры известны всем субъектам учебного процесса заранее. Это даёт возможность ученику видеть, как он приближается к эталонной цели обучения, по мере овладения учебным материалом; он может самостоятельно оценить свои достижения, занять активную позицию в процессе учёбы.

В результате проведённого исследования были выявлены возможности критериальной системы оценивания на уроках физической культуры как педагогической технологии, способствующей снижению **тревожности**, повышению **мотивации**, **самооценки** и **уровня притязаний** учащихся (табл. 1).

В результате проведённого исследования выявлено, что в школах, где на уроках физической культуры применяется нормативная система оценивания, большее число учащихся (чем в школах с критериальной системой оценивания) считают, что их достижения оценивают необъективно, сравнивают с другими; им непонятна причина снижения балльной отметки.

Результаты проведённого исследования показывают, что учащиеся тех школ, в которых на уроках физической культуры применяется критериальная система оценивания, имеют более низкий уровень общей школьной тревожности и таких её компонентов, как страх проверки знаний, социальный стресс, страх самовыражения. Большинство учащихся из этих школ имеют средний и высокий уровень самооценки, в отличие от учащихся из школ с нормативной системой оценивания на уроках физической культуры. У учащихся из школ с критериальной системой оценивания мотив стремления к успеху преобладает над мотивом избегания неудачи, а также более ярко выражена направленность на знания. В то время как у учащихся из школ с нормативной системой оценивания преобладает мотив боязни неудачи, а направленность на знания выражена гораздо слабее.

Интересно, что через год после введения критериального оценивания на уроках фи-

Процентное соотношение учащихся по исследуемым феноменам

Исследуемые параметры	Учащиеся (%)								
	Школа с КСО ³			Школа с НСО ⁴ (до введения КСО)			Школа с НСО (после введения КСО)		
	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
ТРЕВОЖНОСТЬ									
Общая тревожность в школе	36	54	10	12	57	31	24	60	16
Социальный стресс	27	58	15	10	59	31	12	68	20
Страх проверки знаний	38	51	11	15	41	44	29	52	19
Страх учителя	38	53	9	42	51	7	44	50	6
Страх самовыражения	32	46	12	22	55	23	29	51	20
МОТИВАЦИЯ									
Мотивация к успеху	37	50	13	16	54	30	28	55	17
Направленность на знания	2	52	46	3	71	26	2	55	43
Направленность на отметку	6	73	21	5	70	25	5	67	28
САМООЦЕНКА									
Самооценка	6	59	35	27	54	19	17	56	27
УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЙ									
Уровень притязаний (методика Дембо-Рубинштейн)	15	77	8	30	62	8	26	65	8
Уровень притязаний (моторная проба)	6	78	16	9	79	12	9	74	17

зической культуры при повторном анкетировании учащиеся отмечают, что им стал понятен механизм выставления оценок, сам процесс оценивания они стали считать более прозрачным и объективным, также у них повысился интерес ожидания отметки. По мнению самих учащихся, у них снизилось такое физиологическое проявление страха, как внутренняя дрожь, вызванная ожиданием отметки. Также выяснилось, что процент учителей, сравнивающих учащихся друг с другом в процессе выставления отметок, стал меньше, чем до введения критериально системы оценивания. У учащихся школ, в которых была внедрена критериальная система оценивания на уроках физической культуры, снизился уровень школьной тревожности, а также стали менее выражены такие её компоненты, как

страх проверки знаний, социальный стресс; мотив стремления к успеху стал преобладать над мотивом боязни неудачи, а также стал более выражен показатель направленности на знания. Было установлено, что уровень самооценки у этих учащихся стал выше.

Вот пример применения критериального оценивания на уроках физической культуры по теме «Контрольное тестирование». Учащиеся выполняют шесть президентских тестов по физической культуре: бег на короткую дистанцию, подтягивание на высокой перекладине (мальчики) и отжимание в упоре лёжа (девочки), поднимание туловища из положения лёжа за 30 сек.,

³ Критериальная система оценивания.

⁴ Нормативная система оценивания.

Критерий С «Представление» (максимум — 10 баллов)

Баллы	Дескриптор (уровень достижений)
0	Ученик не достиг ни одного из уровней, описанных ниже
1–2	Ученик допускает грубые ошибки в технике, которые не позволяют показать высокий результат
3–4	Ученик допускает ошибки и не показывает максимальных возможностей
5–6	Ученик показывает хорошие результаты, но совершает технические ошибки
7–8	Ученик демонстрирует хорошую технику выполнения упражнения, но не проявляет свои максимальные возможности
9–10	Ученик демонстрирует отличную технику и показывает свои максимальные возможности

Критерий D «Социальные навыки и личная вовлечённость» (максимум — 8 баллов)

Баллы	Дескриптор (уровень достижений)
Уровень	Дескриптор
0	Ученик не достиг ни одного из уровней, описанных ниже
1	Учащийся ухудшил свои показатели по всем видам испытаний
2	Учащийся повторил результаты прошлого тестирования
3	Учащийся добился прогресса только в одном виде испытаний
4	Учащийся добился прогресса в двух видах испытаний
5	Учащийся добился прогресса в трёх видах испытаний
6	Учащийся добился прогресса в четырёх видах испытаний
7	Учащийся добился прогресса в пяти видах испытаний
8	Учащийся добился прогресса во всех видах испытаний

наклон вперёд из положения сидя, прыжок в длину с места и кросс на 1000 м. Оценивается техника их выполнения и прогресс результатов ученика по сравнению с результатами предыдущего тестирования⁵.

Этой же рубрикой (таблицей) можно пользоваться и при оценивании достижений учащихся по лёгкой атлетике. Вместо президентских тестов используются следующие

легкоатлетические упражнения:

- бег на 30 м;
- бег на 60 м;
- бег на длинную дистанцию;

— метание мяча (или гранаты) на дальность;

— прыжок в длину с разбега;

— прыжок в высоту с разбега.

В зависимости от спортивной базы школы можно использовать другие тесты: бег с барьерами, эстафетный бег, толкание ядра и т.п. □

⁵ Машковцев А.И. Оценивание без конфликтов: критериальное оценивание на уроках физической культуры // Критериальное оценивание учебных достижений учащихся / Под ред. В.А. Родионова, М.А. Ступницкой. — М., 2010.