

**Качалов Вадим Юрьевич**

**Премет Михаил Павлович**

## **СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОЦЕНИВАНИЮ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Аннотация:** в главе рассматриваются современные подходы к оцениванию достижений обучающихся на уроках физической культуры в условиях реализации обновлённых образовательных стандартов, которые учитывают индивидуальные особенности школьников, поддерживают их учебную мотивацию и способствуют формированию осознанного отношения к физической активности. Современная педагогическая практика предлагает ряд подходов, позволяющих переосмыслить роль оценивания в процессе физического воспитания и рассматривать его как инструмент развития, а не контроля. Данное исследование посвящено анализу возможностей этих подходов и их потенциала в повышении эффективности учебного процесса по физической культуре. Глава имеет практическую значимость для учителей физической культуры, стремящихся совершенствовать систему оценивания с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

**Ключевые слова:** физическая культура, оценивание достижений, формирующее оценивание, компетентностный подход, мотивация обучающихся.

**Abstract:** the chapter discusses modern approaches to assessing the achievements of students in physical education lessons in the context of the implementation of updated educational standards that take into account the individual characteristics of schoolchildren, support their learning motivation and contribute to the formation of a conscious attitude to physical activity. Modern pedagogical practice offers a number of approaches that allow us to rethink the role of assessment in the process of physical education and consider it as a tool for development, not control. This work is devoted to the analysis of the possibilities of these approaches and their potential in improving the effectiveness of the educational process in physical education. The chapter is of

*practical importance for physical education teachers who strive to improve the assessment system taking into account the individual characteristics of students.*

**Keywords:** *physical education, assessment of achievements, formative assessment, competence approach, motivation of students.*

### *Введение.*

Актуальность исследования определяется необходимостью совершенствования системы оценивания достижений обучающихся на уроках физической культуры в условиях реализации современных образовательных стандартов [2]. В настоящее время перед педагогами стоит задача не только развивать физические качества обучающихся, но и формировать у них устойчивую мотивацию к занятиям физической культурой, умение анализировать собственные успехи и планировать пути дальнейшего развития. Однако существующая система оценивания, основанная преимущественно на нормативных показателях и количественных результатах, не в полной мере отражает индивидуальные особенности и динамику физического развития обучающихся. Это приводит к снижению интереса к занятиям и снижает воспитательный потенциал урока физической культуры. В связи с этим возникает необходимость поиска современных, более гибких и объективных подходов к оцениванию, учитывающих личностные достижения, мотивацию и степень активности обучающихся. В результате чего, исследование современных подходов к оцениванию достижений обучающихся в процессе физического воспитания является актуальным и соответствует задачам модернизации отечественного образования.

Целью исследования является аprobация современных подходов (на примере внедрения в процесс оценивания чат-бота) к оцениванию достижений обучающихся на уроках физической культуры.

Объектом исследования является процесс оценивания достижений обучающихся в системе школьного физического воспитания.

Предметом исследования являются современные методы и критерии оценивания достижений обучающихся на уроках физической культуры.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что внедрение современных подходов, основанных на комплексном учёте физических, личностных и мотивационных показателей обучающихся, способствует повышению интереса к занятиям физической культурой и улучшению результатов физического развития.

Методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы; наблюдение за учебным процессом; беседы с преподавателями и обучающимися; сравнительный анализ существующих методик оценивания; обобщение педагогического опыта.

### *Обсуждение и результаты.*

Современные подходы к оцениванию достижений обучающихся предполагают переход от оценки только физической подготовленности к комплексной характеристике личности обучающегося. Среди наиболее распространённых направлений можно выделить соедущие.

1. Дифференцированный подход. Оценивание строится с учётом пола, возраста, уровня физического развития и медицинских показаний. Это помогает созданию ситуации успеха для каждого обучающегося.

2. Компетентностный подход. Оценка строится на основе сформированности у обучающихся ключевых компетенций: двигательной, коммуникативной, когнитивной и ценностно-смысловой. Важным становится не только результат выполнения упражнения, но и понимание техники, умение сотрудничать, проявление воли и самоорганизации.

3. Формирующее оценивание. Предусматривает регулярную обратную связь и самооценку обучающегося. Педагог становится не контролёром, а наставником, помогающим осознать индивидуальные достижения и пути их улучшения.

4. Портфолио достижений с использованием интерактивных и цифровых технологий. Данный подход предполагает накопление и систематизацию индивидуальных данных обучающегося, включая результаты педагогической диагностики, участие в соревнованиях, личные достижения, элементы самооценки и рефлексии. Использование интерактивных и цифровых инструментов (электронных журналов, мобильных приложений, цифровых сервисов) обеспечивает автоматизацию

сбора данных, визуализацию динамики результатов и повышает объективность и прозрачность оценивания.

И здесь мы согласны с мнением Ямашкиной О.К., которая в своей работе акцентирует внимание на том, что «...в процесс оценивания вовлекается и пройденный учащимся путь обучения, который, помимо самих продуктов- собственно результатов обучения, – представляет комиссии – педагогам, друзьям, родителям – и то, как он работал для достижения этих результатов и даёт свою оценку тому, что ему удалось...» [11, с. 82].

В представленной работе изучалось влияние современных методов оценивания успеваемости на физическое развитие, мотивацию к учёбе и взаимодействие на уроках физической культуры. Исследование проводилось в лицее №83 города Казани, в нём участвовали 32 ученика восьмых классов. Классы были специально отобраны с разным уровнем подготовки, чтобы проверить, насколько новые методы работают в обычной школе. Исследование заняло четыре недели и состояло из трёх стадий: диагностики, внедрения и контроля.

Этап диагностики был важен. Он позволил оценить исходный уровень физической подготовки учащихся и подготовить почву для дальнейшего распределения нагрузки. Подход, предполагающий обязательный сбор объективных данных перед выбором педагогических средств, полностью соответствует требованиям современных образовательных стандартов, ориентированных на индивидуализацию процесса обучения [1].

Первичное тестирование включало пять показателей (таблица 1): бег на 30 метров, прыжок в длину с места, гибкость, силовая выносливость (отжимания за 30 секунд) и общая выносливость (бег в течение шести минут). Эти тесты относятся к числу общепринятых средств педагогической диагностики и рекомендованы в научно-методической литературе как наиболее валидные при оценке физической подготовленности школьников [6, с. 18].

Таблица 1

Исходные показатели обучающихся

Показатель	Уровень	Диапазон значений	Кол-во чел. (%)
------------	---------	-------------------	-----------------

Бег 30 м (с)	Низкий	6,6 – 7,1	9 (28%)
	Средний	5,8 – 6,5	15 (47%)
	Высокий	5,4 – 5,7	8 (25%)
Прыжок в длину (см)	Низкий	132 – 149	10 (31%)
	Средний	150 – 174	14 (44%)
	Высокий	175 – 198	8 (25%)
Гибкость (см)	Низкий	4 – 1	10 (31%)
	Средний	2 – 8	13 (41%)
	Высокий	9 – 14	9 (28%)
Отжимания (30 с)	Низкий	9 – 14	11 (34%)
	Средний	15 – 22	14 (44%)
	Высокий	23 – 31	7 (22%)
Бег 6 минут (м)	Низкий	720 – 899	8 (25%)
	Средний	900 – 1199	16 (50%)
	Высокий	1200 – 1500	8 (25%)

Данные таблицы 1 демонстрируют выраженную неоднородность исследуемой группы обучающихся. По каждому из анализируемых показателей одновременно присутствуют школьники с низким, средним и высоким уровнем физической подготовленности, при этом максимальная доля обучающихся с низким уровнем по отдельным показателям составляет 34%. Наличие чётко выраженных интервальных различий и существенная вариативность численности по уровням подтверждают необходимость применения дифференцированного подхода при планировании и реализации учебной нагрузки на уроках физической культуры.

В связи с выявленной неоднородностью в исследовании был реализован дифференцированный подход, основанный на учёте уровня физической подготовленности обучающихся. Дифференциация осуществлялась путём условного разделения обучающихся на три уровня – низкий, средний и высокий – на основе интервальных значений диагностических показателей. Данное разделение носило педагогический, а не селективный характер и использовалось как инструмент адаптации учебной нагрузки, а не как форма жёсткой фиксации уровня учащегося.

Выделение уровней физической подготовленности позволило учитывать объективные различия в функциональных возможностях, степени сформированности двигательных навыков и уровне двигательной грамотности обучающихся. Учащиеся с низким уровнем нуждались в снижении интенсивности нагрузки, увеличении времени на освоение базовых движений и дополнительной

педагогической поддержке. Для обучающихся со средним уровнем приоритетом являлась стабилизация техники выполнения упражнений и постепенное увеличение объёма нагрузки. Учащиеся с высоким уровнем физической подготовленности выполняли задания повышенной сложности, направленные на совершенствование техники, развитие скоростно-силовых качеств и повышение двигательной вариативности.

В отличие от традиционных занятий, где все школьники выполняют одинаковые задания, дифференцированный подход предполагает адаптацию нагрузки по нескольким направлениям: объёму, интенсивности, характеру движений и уровню сложности (таблица 2). Такое распределение нагрузки учитывало физиологические возможности школьников и предотвращало как перегрузку, так и недогрузку. Особое внимание уделялось технике выполнения упражнений, поскольку компетентностный подход предполагает оценивание не только количественного результата, но и качества двигательного действия [10, с. 112].

Таблица 2

## Примеры дифференциации нагрузки по физическим качествам

Физическое качество	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Скорость (бег 30 м)	Ускорения 3–4×40 м, работа над техникой старта	Повторный бег 3×30 м с контролем ритма	Укороченные ускорения 4×15–20 м с увеличенными паузами
Силовая выносливость (отжимания)	Темп 2–1–2, лёгкие утяжелители	Стандартный темп + постепенное увеличение повторов	Отжимания от возвышения или с колен
Гибкость	Продвинутые статические и динамические упражнения	Базовый комплекс растяжки	Упрощённая растяжка с поддержкой
Общая выносливость (6 мин)	Равномерный бег с контролем пульса	Интервалы: бег + быстрый шаг	Быстрый шаг с постепенным включением бега

Кроме того, адаптация нагрузки сопровождалась элементами формирующего оценивания: учащиеся фиксировали свои ощущения после выполнения упражнений, анализировали комфортность нагрузки, корректировали индивидуальные

цели (таблица 3). По нашему мнению, это вполне соответствует современным представлениям о роли самооценки и рефлексии в образовательном процессе.

Таблица 3

Распределение учащихся по уровням физической подготовленности  
после эксперимента

Показатель	Уровень	Диапазон значений	Кол-во чел.	%
Бег 30 м (с)	Низкий	6,60–7,11	4	13
	Средний	5,80–6,59	16	50
	Высокий	5,42–5,79	12	37
Прыжок в длину (см)	Низкий	132–149	5	16
	Средний	150–174	17	53
	Высокий	175–198	10	31
Гибкость (см)	Низкий	-4–1	6	19
	Средний	2–8	17	53
	Высокий	9–14	9	28
Отжимания (30 сек)	Низкий	9–14	5	16
	Средний	15–22	17	53
	Высокий	23–31	10	31
Бег 6 минут (м)	Низкий	720–899	4	13
	Средний	900–1199	16	50
	Высокий	1200–1500	12	37

Важно отметить, что эффективность дифференциации проявилась не только в улучшении физических показателей, но и в значительном снижении тревожности у обучающихся с низким уровнем подготовки, что неоднократно подчёркивается в исследованиях по психологии физического воспитания [4]. Ученики перестали бояться сравнений с более подготовленными одноклассниками, поскольку их успех измерялся индивидуальной динамикой, а не соответствием усреднённым требованиям.

Диагностический этап показал, что различия между учащимися проявляются не только в количественных результатах, но и в качестве выполнения упражнений. Наблюдение за техникой бега, прыжка и силовых действий позволило выявить неоднородность двигательной грамотности: часть школьников допускала ошибки в координации, нарушила последовательность движений или испытывала трудности в анализе собственных действий.

Компетентностный подход, использованный в нашем исследовании, позволил оценивать качество двигательных действий обучающихся комплексно, включая двигательные, когнитивные, коммуникативные и регулятивные компоненты. Для фиксации данных была разработана матрица, отражающая основные наблюдаемые параметры (таблица 4). Она использовалась на протяжении всего эксперимента и позволила выявлять динамику сформированности компетенций.

Таблица 4

## Наблюдаемые проявления компетентностей обучающихся

Компетентность	Что фиксировалось в ходе исследования
Двигательная	Точность, устойчивость и согласованность техники движений
Когнитивная	Способность выявлять собственные ошибки и объяснять их причины
Коммуникативная	Участие в обсуждении техники, умение формулировать корректные замечания
Регулятивная	Целеполагание, самоконтроль, стабильность выполнения двигательных действий

Сопоставление данных диагностического и итогового этапов показало, что компетентностный подход обеспечил заметное повышение качества выполнения двигательных действий. Увеличилось количество учеников с хорошей техникой, уменьшилось число серьёзных ошибок в упражнениях, и школьники стали лучше объяснять, почему у них возникают трудности. Это показывает, как осознание движений помогает формировать физическую культуру школьников.

Чтобы показать эти изменения, мы составили таблицу, отражающую средние показатели по каждой компетенции до и после исследования (таблица 5). Информация отобразила заметный рост в когнитивной и регулятивной сферах: ученики стали лучше анализировать технику движений, исправлять свои действия, ставить цели и обосновывать свои выводы. Коммуникативные навыки тоже улучшились: ученики стали активнее обсуждать технические детали упражнений и лучше взаимодействовать друг с другом при совместном анализе. Данные итогового этапа отражены в сводной таблице, в которой систематизированы изменения компетентностных показателей.

Таблица 5

## Динамика компетентностных показателей обучающихся

8 <https://phsreda.com>

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Компетентность	До исследований	После исследования	Характер изменения
Двигательная	Средний уровень	Уверенный средний / ближе к высокому	Повышение точности техники
Когнитивная	Низкий-средний	Устойчивый средний	Рост способности к анализу
Коммуникативная	Низкий	Средний	Повышение активности во взаимодействии
Регулятивная	Низкий	Средний	Формирование навыков целеполагания

Таким образом, компетентностный подход подтвердил свою эффективность как инструмент, позволяющий оценивать не только количественные достижения, но и качество двигательной деятельности обучающихся. В сочетании с дифференциацией он обеспечил более глубокое понимание индивидуальных особенностей школьников и позволил объективно зафиксировать положительные изменения в структуре их двигательных действий. Эти результаты согласуются с большинством современных исследовательских данных о значимости компетентностного оценивания в физическом воспитании.

Значительная часть обучающихся испытывает затруднения, связанные с пониманием критериев оценивания, что в свою очередь снижало мотивацию и вызывало тревожность перед выполнением упражнений. Анкетирование выявило, что более половины школьников не могли объяснить, за что именно они получают отметку, а 31% обучающихся отмечали страх перед проверками. Это, в свою очередь, приводит нас к пониманию того факта, что отсутствие прозрачных механизмов оценивания формирует негативное отношение к учебной деятельности в целом.

В ходе исследования была внедрена система формирующего оценивания, ориентированная на регулярное получение учащимися обратной связи, фиксацию динамики собственных результатов и постепенное освоение навыков самооценки. В отличие от традиционного оценивания, направленного на фиксацию конечного результата, формирующее оценивание позволяло школьникам отслеживать промежуточные успехи и лучше понимать индивидуальную траекторию развития, что соответствует современным представлениям о педагогической поддержке учащегося.

В начале каждого занятия учащимся предлагалось сформулировать краткую цель (например, улучшить технику старта, поддерживать равномерный темп или повысить устойчивость движений). По завершении урока школьники фиксировали в индивидуальных картах достижения, какие именно изменения они заметили и какие вопросы требовали дальнейшего внимания. Такой формат обеспечивал их включённость в процесс и развивал навыки саморегуляции, являющиеся частью современных образовательных результатов.

Для систематизации процесса возникла необходимость разработки таблицы наблюдений (таблица 6), в которую нами заносились промежуточные показатели школьников.

Таблица 6

Элементы формирующего оценивания, использовавшиеся в исследовании

Компонент	Содержание	Что отслеживалось
Целеполагание	Краткие цели обучающихся на урок	Реалистичность, осознанность, связь с техникой
Рефлексия	Краткие записи по итогам занятия	Понимание собственных трудностей
Обратная связь учителя	Комментарии по технике и динамике	Выполнение рекомендаций
Самооценка	Оценка изменений по субъективным ощущениям	Адекватность восприятия результатов

Полученные в ходе анализа данные показали, что учащиеся стали лучше понимать назначение упражнений и закономерности собственных результатов. Количество учеников, способных корректно описать свои затруднения и предложить путь их преодоления, увеличилось по сравнению с начальным этапом. Это соответствует выводам Поляковой В.В. о повышении учебной мотивации в условиях регулярного получения конструктивной обратной связи [8, с. 183].

Дополнительным эффектом стало снижение тревожности у обучающихся, ранее испытывавших дискомфорт при выполнении нормативов. Поскольку акцент сместился с сравнения с нормативами на индивидуальный прогресс, ученики стали демонстрировать более стабильное эмоциональное состояние. Рост уверенности особенно заметен у слабо подготовленных школьников, которые стали воспринимать урок как возможность улучшить личные результаты, а не как

контрольное мероприятие (таблица 7). Подобное явление подробно описано в исследованиях, посвящённых психолого-педагогическим аспектам оценивания [4].

Для визуального представления изменений была оформлена таблица, отражающая динамику ключевых показателей формирующего оценивания.

Таблица 7

Изменения мотивационных и рефлексивных показателей обучающихся

Показатель	До исследо- вания	После иссле- дования	Характер изменения
Понимание критериев оценивания	28% обучающихся	83% обучающихся	Значительный рост осознанности
Интерес к урокам физической культуры	40%	65%	Положительная динамика
Страх перед проверками и нормативами	31%	12%	Существенное снижение тревожности
Готовность анализировать собственные ошибки	Низкая	Средняя-высокая	Формирование навыков рефлексии

Формирующее оценивание стало одним из ключевых факторов повышения мотивации обучающихся и улучшения качества выполнения двигательных действий. Его внедрение позволило создать образовательную среду, в которой каждый ученик воспринимает результаты не как фиксированную оценку, а как динамическую характеристику собственного развития. Это соответствует современным подходам к модернизации оценивания в физическом воспитании [3].

В ходе исследования для повышения объективности и прозрачности оценивания был разработан и внедрён специализированный цифровой сервис – чат-бот, обеспечивающий автоматизированное формирование портфолио достижений обучающихся. Необходимость создания такого инструмента была обусловлена результатами диагностического этапа, согласно которым значительная часть обучающихся не могла полноценно продемонстрировать свои достижения из-за отсутствия единых механизмов фиксации внеурочных и спортивных результатов. Аналогичные проблемы отмечаются в ряде современных работ, подчёркивающих важность цифровизации мониторинга индивидуальных достижений обучающихся [9].

Созданный бот выполнял функции автоматизированного портфолио, объединяя цифровые технологии анализа изображений, поиск официальных протоколов соревнований и систематизацию данных в личной карточке учащегося. Такой формат соответствовал требованиям индивидуализации образовательного процесса и позволял фиксировать достижения, которые не отражаются в стандартных уроках физической культуры.

Бот принимал изображения дипломов, грамот и сертификатов, применяя алгоритмы распознавания текста и структурируя данные по типу соревнований, уровню мероприятия, месту проведения и занятым местам. Кроме того, он интегрировался с открытыми базами спортивных протоколов: после того как учащийся сообщал учителю о своём участии в соревнованиях, педагог передавал боту сведения о спортивной школе и ФИО обучающегося. Бот автоматически осуществлял поиск соответствующего протокола и добавлял в портфолио подтверждённые данные – дату мероприятия, дисциплину, занятое место, возрастную категорию и командную принадлежность.

К концу четверти цифровое портфолио каждого учащегося включало данные диагностики, динамику физической подготовленности, компетентностные показатели и автоматически собранные спортивные достижения. В ситуациях спорной итоговой оценки учитель мог обратиться к боту, который предоставлял сводную таблицу подтверждённых достижений учащегося (таблица 8). Такой механизм позволял повысить объективность принятия решений и обеспечить справедливое оценивание, ориентированное на реальные успехи обучающихся.

Структура цифрового портфолио через чат-бот была представлена в следующем виде.

Таблица 8

Основные функции бота и их значение в системе мониторинга

Функция бота	Описание работы	Значимость для исследования
Распознавание изображений	Обработка фотографий дипломов и грамот, извлечение текста	Автоматизация фиксации индивидуальных достижений

Поиск спортивных протоколов	Самостоятельный поиск официальных результатов по ФИО и школе	Повышение достоверности данных портфолио
Формирование цифровой карточки учащегося	Объединение всех данных в персональном профиле	Системность и полнота информации
Предоставление сводных данных учителю	Выгрузка достижений при спорной оценке	Объективизация оценивания
Анализ динамики активности учащегося	Оценка количества соревнований и достижений за период	Дополнительные основания для формирующего оценивания

Внедрение бота позволило значительно повысить точность и оперативность сбора данных. При анализе статистики использования сервиса было выявлено, что большинство обучающихся активно включились в процесс фиксации собственных спортивных результатов. Учителя отмечали снижение числа конфликтных ситуаций, связанных с оценкой достижений, а также повышение мотивации обучающихся демонстрировать свои успехи. Статистические данные внедрения представлены в таблице 9.

Таблица 9

## Статистика использования чат-бота за период исследования

Показатель	Значение	Интерпретация
Количество обучающихся, использовавших бота	26 из 32	Высокий уровень вовлечённости
Число загруженных дипломов и грамот	74 файла	Активная фиксация достижений
Количество автоматически найденных протоколов	41	Эффективность поиска подтверждающих данных
Случаи обращения учителя к боту при выставлении оценки	9	Рост объективности оценивания
Случаи изменения итоговой оценки после анализа портфолио	4	Подтверждение значимости накопительной системы

Бот стал ключевым элементом системы мониторинга достижений обучающихся, объединив функции цифрового анализа данных, автоматизированного портфолио и инструмента поддержки принятия педагогических решений. Его использование обеспечило более высокий уровень точности сведений, прозрачность оценивания и заметное повышение учебной мотивации обучающихся, что

согласуется с современными исследованиями в области цифровизации физического воспитания [7].

Комплексное применение дифференциации, компетентностного подхода, формирующего оценивания и цифрового портфолио позволило получить устойчивые положительные изменения как в физической подготовленности обучающихся, так и в их отношении к предмету. Итоговые данные показывают рост всех ключевых физических качеств, улучшение качества выполнения двигательных действий, повышение осознанности, а также значительное усиление мотивации (таблица 10). Кроме того, использование чат-бота дало возможность фиксировать достижения обучающихся более объективно, что повысило точность оценивания и уменьшило количество спорных ситуаций.

Таблица 10

## Итоги исследования

Направление	Было до исследования	Стало после исследования	Итоговое изменение
Физические показатели	Средние значения скорости, силы, гибкости и выносливости варьировались и нередко были низкими	Устойчивый прирост всех показателей (от +2 до +33% по различным качествам)	Улучшение общей физической подготовленности
Качество техники	Частые ошибки, слабая координация, отсутствие анализа движений	Более точное выполнение упражнений, снижение количества грубых ошибок	Рост двигательной грамотности
Осознанность и рефлексия	Недостаточное понимание критериев оценивания, низкая самооценка	Учащиеся чаще формулируют цели и анализируют собственные действия	Повышение когнитивной и регулятивной компетентности
Мотивация	Интерес к урокам проявляли менее половины обучающихся	Увеличение доли мотивированных учеников, снижение тревожности	Стабильный рост учебной мотивации
Использование цифрового портфолио	Личные достижения учитывались нерегулярно	Активная загрузка дипломов, поиск протоколов, 9 обращений учителей при спорных оценках	Повышение объективности оценивания
Отношение к физической культуре	Урок воспринимался как контроль	Урок стал рассматриваться как возможность развития	Формирование позитивного отношения

## Заключение.

Проведённое исследование показало, что современные подходы к оцениванию позволяют по-новому организовать процесс физического воспитания в школе. Результаты диагностики показали заметные различия в физической подготовке и технике учащихся, что указало на потребность в более адаптивной системе оценивания.

Применение дифференциации позволило учитывать возможности каждого ученика и обеспечивать постепенное улучшение. Компетентностный подход дал возможность сосредоточиться не только на результатах, но и на технике, понимании и анализе собственных действий. Формирующее оценивание сделало процесс понятнее для учащихся: они лучше оценивали свои успехи, меньше волновались из-за проверок и активнее участвовали в работе.

Важным инструментом стало цифровое портфолио в формате чат-бота. Оно позволило автоматически собирать информацию о достижениях, находить записи соревнований и формировать полный профиль каждого ученика. Это повысило беспристрастность и дало возможность учителю принимать более обдуманные решения в конце четверти. В целом применение этих подходов показало устойчивый рост физической подготовленности, улучшение отношения школьников к предмету и повышение их самостоятельности. Полученные результаты подтверждают, что обновлённая система оценивания делает уроки физической культуры более современными, мотивирующими и ориентированными на развитие каждого ученика.

### ***Список литературы***

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (официальное опубликование) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001201212300007> (дата обращения: 16.01.2026).
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 №287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован 05.07.2021 №64101) (официальное опубликование) [Электронный ресурс]. – Режим доступа:

<https://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202107050027> (дата обращения: 16.01.2026).

3. Бойцова Е.Г. Формирующее оценивание образовательных результатов учащихся в современной школе / Е.Г. Бойцова // Человек и образование. – 2014. – №1. – С. 171–175.

4. Землянская Е.Н. Формирующее оценивание (оценка для обучения) образовательных достижений обучающихся / Е.Н. Землянская // Современная зарубежная психология. – 2016. – Т. 5. №3. – С. 50–58. DOI 10.17759/jmfp.2016050305. EDN XRNITT

5. Кузьменко Р.Н. Инновации в физкультуре: фитнес-трекеры, мобильные приложения и VR-тренировки / Р.Н. Кузьменко. // Молодой ученый. – 2025. – №26 (577). – С. 447–452. EDN BRXCOJ

6. Организация мониторинга физического, психического здоровья и физической подготовленности обучающихся: учебно-методическое пособие / П. Панова, А.В. Чеботарев, И.А. Мищенко [и др.]. – Липецк: ЛГПУ им. П.П. Семёнова-Тян-Шанского, 2021. – 55 с.

7. Петров П.К. Цифровые тренды в сфере физической культуры и спорта / П.К. Петров // Теория и практика физической культуры и спорта. – 2021. – №12. – С. 6–8. EDN ZWSPKH

8. Полякова В.В. Пути повышения учебной мотивации у кадет (из опыта работы) / В.В. Полякова // Научные труды тувинского государственного университета: материалы ежегодной научно-практической конференции преподавателей, сотрудников и аспирантов Тувинского государственного университета, посвященной Международному году Периодической таблицы химических элементов и Году человека труда в Республике Тыва. – Вып. XVIII. – Тувинский государственный университет, 2019. – С. 182–184. EDN GGFWIP

9. Положение об электронном портфолио обучающихся Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Волгоградская государственная академия физической культуры»: локальный

---

нормативный документ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.vgafk.ru/upload/medialibrary/7cf/6mko83imwefr1e3y00yvayhjpq3ci4un/52.-Polozhenie-ob-elektronnom-portfolio-obuchayushchikhhsya-2022.pdf> (дата обращения: 16.01.2026).

10. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2003. – 480 с.

11. Ямашкина О.К. Портфолио как средство оценивания образовательных достижений обучающегося / О.К. Ямашкина // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2008. – №1. – С. 81–84. EDN RUMINJ

---

**Качалов Вадим Юрьевич** – канд. социол. наук, доцент, доцент ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», доцент Казанского кооперативного института РУК, Казань, Россия.

**Премет Михаил Павлович** – студент ФГБОУ ВО «Поволжский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», Казань, Россия.

---