



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)  
Факультет заочного обучения и дистанционных образовательных  
технологий

ФОРМИРОВАНИЕ У ШКОЛЬНИКОВ ИНТЕРЕСА К  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность программы бакалавриата  
«Физическая культура»

Выполнил:  
студент группы ЗФ-411/106-4-1А  
Васильченко Наталья Николаевна

Проверка на объем заимствований:  
42,98 % авторского текста

Васильченко  
Научный руководитель:  
к.п.н., доцент,  
Михайлова Татьяна Александровна

Работа рекомендована к защите  
рекомендована/не рекомендована

« 15 » 04 2017 г.  
декан факультета  
Иголкина Е.И. Иголкина

Челябинск  
2017

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗКУЛЬТУРОЙ.....	7
1.1. Формирования интереса к физической культуре с позиции методологического подхода.....	7
1.2. Личностный и концептуальный подход к формированию у школьников интереса к физической культуре.....	12
1.3. Формирование интереса у школьников к физической культуре в условиях работы общеобразовательных школ.....	19
1.4. Учителя физической культуры, как фактор формирования интереса школьников к занятиям физкультурой.....	26
1.5. Работа с родителями и советы по формированию интереса к физической культуре у школьников.....	29
ВЫВОД ПО I ГЛАВЕ.....	32
ГЛАВА II. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ, ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ИНТЕРЕСА ШКОЛЬНИКОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.....	34
2.1. Задачи исследования.....	34
2.2. Методы исследования.....	35
2.3. Этапы поведения исследования.....	36
2.4. Характеристика физической подготовленности и уровня физического здоровья учащихся экспериментальной и контрольной групп.....	37
2.5. Динамика стимулирующих факторов формирования интереса у школьников к занятиям физической культурой.....	41
2.6. Влияние отдельных мотивов на воспитание и рост интереса к физической культуре.....	45
ВЫВОД ПО II ГЛАВЕ.....	46
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	47
СПИСОКЛИТЕРАТУРЫ.....	51
ГЛОСАРИЙ.....	57
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	59

## ВВЕДЕНИЕ

Концепция развития социально-экономического потенциала нашего общества, реформы общеобразовательных и профессиональных школ выдвинули новые требования к всестороннему совершенствованию личности школьника, к путям и методам решения социально-педагогических задач.

Нужно взглянуть по новому и на проблемы физического воспитания школьников, поскольку здесь закладываются личностные основы физической культуры, фундамент здоровья и здорового образа жизни каждого человека. К сожалению, существует тенденция того, что школа, семья, общество не справляются с задачами физической подготовки молодежи к жизни, к производительному труду, к воинской службе. При этом недопустимо большое количество учащихся имеют не только слабую физическую подготовленность, но и отклонения в состоянии здоровья. И основная причина этого - отсутствие у школьников интереса к физической культуре.

Существенная роль в развитии личности принадлежит физическому воспитанию. В настоящее время физической культурой в стране регулярно занимаются 8-10% населения, в экономически развитых странах мира этот показатель достигает 40-60%. Актуальной остается проблема, связанная с низкой физической активностью и слабым физическим развитием учащихся. Реальный объем двигательной активности учащихся не обеспечивает полноценного развития и укрепления здоровья подрастающего поколения. Увеличивается число учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

Распространенность низкой физической активности среди школьников достигла 80%. Одной из основных задач физической культуры в настоящее время является проведение работы по формированию ценностных ориентиров на

физическое и духовное развитие личности, здоровый образ жизни, мотивов к регулярным занятиям физическими упражнениями.

Современные подходы в физическом воспитании обусловили создание новых программ, где допускается большая вариативность в деятельности учителя. Перед учителем физической культуры стоит задача обеспечить высокий уровень активности учащихся на уроках. Для этого необходимо, чтобы школьники испытывали интерес к занятиям физическими упражнениями, стремились развивать необходимые физические и психические качества и получали удовлетворение от уроков.

**Предметом исследования** является образовательный процесс в общеобразовательной школе.

**Объект исследования:** интерес к физической культуре у учащихся 1 - 11 классов общеобразовательной школы.

На основании проблемы, предмета и объекта исследования была выдвинута **гипотеза** выпускной квалификационной работы: при научно обоснованных методологическом и концептуальном подходах можно, используя традиционные средства физического воспитания, разработать систему эффективных средств, методов и методик формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре в условиях работы общеобразовательных школ. При методологическом подходе необходимо реализовать соответствующие положения философского, исторического, системного, гносеологического и социологического подходов. Теоретической основой концептуального подхода следует считать предпосылку, состоящую в том, что психологической основой интереса является внутренняя мотивация учащихся.

**Цель исследования** выпускной квалификационной работы состоит в разработке и научном обосновании системы эффективных средств, методов и методик формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре в условиях работы общеобразовательных школ.

### **Задачи** исследования выпускной квалификационной работы:

- провести анализ проблемы формирования интереса к урокам физической культуры;
- изучить формирование интереса и повышение эффективности школьного урока физической культуры;
- изучить степень разработанности проблемы формирования интереса к занятиям физической культурой школьников в теории и практике;
- выявить стимулирующие факторы формирования интереса у школьников к занятиям физической культурой;
- исследовать эффективность применения педагогических средств, методов и методик комплексного воздействия на мотивационную сферу школьников;
- обосновать методику формирования интереса к занятиям физической культурой учащихся общеобразовательных школ.

**Теоретическая значимость исследования выпускной квалификационной работы.** Работа вносит вклад в разработку теории и методики физического воспитания школьников. В теорию физической культуры, так как определены методологический и концептуальный подходы к формированию у школьников устойчивого интереса к физической культуре и научному обоснованию путей, средств, методов и методик решения этой центральной научно-практической проблемы физического воспитания подрастающего поколения.

**Практическая значимость исследования выпускной квалификационной работы.** Все выводы и рекомендации направлены на решение проблемы формирования общественно необходимого и жизненно важного для каждого человека интереса к физической культуре в условиях работы общеобразовательных школ. Они могут быть использованы при организации учебной, внеклассной и внутришкольной работы по физическому воспитанию учащихся, а также при

подготовке учителей физической культуры к этим видам работ. Исследования и эксперименты, проведенные в обычной общеобразовательной школе. Эксперименты показали возможность использования учителями физической культуры разработанных анкет, а также методик самооценки и экспертных оценок интереса с целью изучения мотивационно-потребностной сферы учащихся.

Базой исследования явилась муниципальное общеобразовательное учреждение «СОШ № 12» г. В-Уфалей.

## ГЛАВА I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗКУЛЬТУРОЙ

### 1.1. Формирования интереса к физической культуре с позиций методологического подхода.

При методологическом подходе к решению проблемы формирования у школьников интереса к физической культуре были использованы философский,

исторический, гносеологический и социологический подходы. Причем все они реализовывались во взаимосвязи, специфика которой была обусловлена особенностями отдельных сторон изучаемой проблемы (рис. 1.)

Рисунок 1



Рис. 1. Схема теоретического подхода к решению проблемы

формирования у школьников интереса к физической культуре

На основании данных, имеющих в философской, социологической, экономической, исторической, психологической и педагогической литературе (В.М. Шубкин, 1970; В.Н. Турченко. 1973; М.Х. Титма.Э.А. Саар, 1986; В.Ф. Рябов, 1987; В.В. Бовкун, 1988; А.К. Маркова, Т.А. Матис, А.Б. Орлов, 1990; В.А. Соколов, 1992 и др.) были сделаны следующие заключения.

С позиций философии интерес к физической культуре следует признать общественно необходимым и жизненно важным для каждого человека. Это признание должно быть действенным: лица, систематически занимающиеся физической культурой, должны поощряться и морально, и материально. Общественно-психологический климат, способствующий формированию интереса к физической культуре и определит нравственное отношение к ней, прежде всего у взрослых людей, а затем, естественно, у школьников, так как сознание школьника

формируется вначале под влиянием эмпирического сознания и лишь постепенно изменяется под воздействием общественного сознания.

Сам процесс формирования интереса к занятиям физической культурой у школьников должен включать воспитание у них социально значимых мотивов занятий и мотивов долженствования. Интересы школьников (субъективный фактор) должны подстраиваться, подтягиваться к интересам, потребностям и возможностям общества (к объективному фактору), а не наоборот. В связи с этим следует создать базовую программу по физическому воспитанию учащихся. Эта программа заключала бы в себе требования, а так же учитывала интересы общества. На ее основе должны разрабатываться региональные, а затем и авторские программы, которые позволят при выполнении требований общества использовать региональные, национальные особенности и традиции физического воспитания, а также климатогеографические и конкретные, специфические условия работы отдельных школ, талант и творчество педагогов. Педагоги будут играть роль объективно-субъективного (организационного) фактора.

В школьной базовой программе необходимо определить единые требования к физической подготовленности учащихся, знания по личной физической культуре, а так же поставить задачу сформировать интерес к тем видам физических упражнений, которыми выпускники смогут заниматься и после окончания школы, в том числе, будучи взрослыми и пожилыми людьми.

Свобода личности и свобода общества взаимосвязаны между собой диалектически. Свободное, правовое общество ставит целью вырастить здоровое поколение и создать реальные предпосылки для здорового образа жизни каждого человека. Свобода личности означает, что школьник вправе выбирать те занятия, которые ему нравятся. Однако свобода выбора цели и решений личности в условиях любого государства имеет свои объективно сложившиеся пределы. Верхним пределом свободы выбора личности в настоящее время у нас в стране является полное уяснение ею общественных потребностей, возможностей и учет их в своих планах и действиях. (М.Н. Руткевич, Л.Я. Рубина, 1993).

К сожалению, наше общество не может создать всех условий, которые требует каждая личность, но оно в свою очередь требует от нее самостоятельных занятий доступными видами физических упражнений в реальных условиях. Однако школьник, как личность, находится в стадии формирования, поэтому он не в состоянии понять всех этих требований, а зачастую просто не желает заниматься некоторыми видами упражнений, так как попадает под влиянием различных неблагоприятных для этого факторов. К сожалению, таких факторов становится все больше, поэтому важно в школах ввести не только зачеты, но и экзамены по физической культуре, а также вступительный экзамен по этому предмету во все высшие и средние специальные учебные заведения, так как это стало необходимо. Содержание экзамена должно охватывать теоретические, методические и практические аспекты физической культуры.

С позиций исторического подхода к решению рассматриваемой проблемы следует считать, что для успешного формирования у школьников интереса к физической культуре необходимы педагогически организованные, целенаправленные воздействия не только в школе, но в семье, по месту жительства, в среде сверстников, так как такая закономерность формирования сознания школьника выработана человечеством. До появления письменности и школьного обучения в первобытном обществе непрерывно происходило накопление эмпирических фактов на уровне обыденного сознания. Поэтому и с появлением, школы, науки эмпирический способ обогащения сознания остается и лишь постепенно подчиняется теоретическому способу познания мира.

Эта историческая закономерность плохо учитывается при формировании у школьников интереса к физической культуре. Вопросы работы с родителями, по месту жительства, в подростковых клубах и неформальных объединениях недостаточно освещены в учебниках и учебных пособиях для студентов высших и средних учебных заведений. Имеется дефицит дополнительной литературы, где бы могли уже работающие специалисты почерпнуть необходимые знания, позаимствовать имеющийся опыт.

История человечества рассказывает о том, что к обучению и воспитанию подрастающего поколения всегда привлекались как представители господствующих классов, так и подневольные люди из низших классов и сословий, то есть общество, никогда не возлагало обязанности обучения и воспитания только на работников специальных учебно-воспитательных заведений. Естественно, задача формирования у школьников интереса к физической культуре, как учебно-воспитательная задача, не может быть успешно решена только усилиями специалистов. К этой работе необходимо привлекать широкие слои общественности.

Однако и в этом вопросе педагогическая наука и практика оказываются не на высоте. Для формирования у школьников интереса к физической культуре в основном не привлекаются другие лица, помимо штатных работников сферы физической культуры. Мало имеется научных рекомендаций, методических пособий по этому поводу. Более того, к формированию этого интереса далеко не всегда привлекаются даже родители учащихся.

С гносеологических позиций процесс формирования интереса к физической культуре следует рассматривать, прежде всего, как учебно-воспитательный процесс, при этом необходимо учитывать закономерности и механизмы этого процесса, выработанные человечеством, а также унаследованные от животных предков.

Еще одним важным элементом в формировании у школьников интереса к физической культуре является наглядность. Наглядность - абсолютно необходимое условие эффективной передачи, усвоения информации и успешного формирования у школьников интереса к физической культуре. Природный механизм эффективного воздействия наглядности на интеллект школьника унаследован человечеством от животных предков. Его нельзя изменить или заменить. Наглядность должна применяться на самых первых этапах формирования интереса к физической культуре.

Затем приоритет должен отдаваться постановке целей. Цель - идеально, деятельностью мышления положенный результат, ради достижения которого предпринимаются те или иные действия; идеально-побуждающий мотив

деятельности. Эта закономерность выработана уже человечеством. И только после этого необходимо теоретическое освещение способов достижения цели, так как лишь на последней ступени развития человечества. Ведущим стало усвоение научных знаний. Но и здесь нельзя обойтись без наглядности, показа и практических действий учеников.

Названные закономерности должны лежать в основе путей, средств, методов и методик формирования у школьников интереса к физической культуре. К сожалению, в процессе физического воспитания школьников они учитываются недостаточно. В наше время много наглядных пособий, показывающих не только то, как выполнять упражнения, но и их влияние на организм, осанку, телосложение человека. А ведь сформированный интерес к физической культуре, как основополагающий фактор здорового и активного образа жизни, играет ключевую роль в жизни подрастающего поколения, это очень актуально в наше время.

## 1.2. Личностный и концептуальный подход к формированию у школьников интереса к физической культуре.

Для определения концептуального подхода к формированию у школьников интереса к физической культуре необходимо вначале выявить, что же такое интерес к физической культуре, а также педагогические и психологические факторы и условия, обеспечивающие успех в процессе его формирования. В связи с этим были проанализированы и обобщены данные отечественных авторов, изучавших и рассматривающих эту проблему непосредственно в области физического воспитания школьников. Затем нами были изучены литературные источники из области философии, социологии, специальной, общей и педагогической психологии. Кроме того, в процессе теоретических поисков проанализированы данные и зарубежных авторов.

В результате установлено, что наше понимание интереса к физической культуре принципиально отличается от изложенного в этих работах. Мы считаем, что интерес к физической культуре необходимо рассматривать как следствие, как одно из интегральных проявлений сложных процессов мотивационной сферы школьника. При этом нужно не рядопологать мотивацию и интерес, а считать мотивацию основой, источником, проявлением процессов, происходящих в ней. Это значит, что с целью формирования интереса к занятиям физической культурой нужно соответствующим образом воспитывать мотивацию школьников.

Под мотивацией занятий физической культурой следует понимать смысл занятий, мотивы, цели, эмоции. При этом мотив должен рассматриваться как направленность ученика на отдельные стороны таких занятий (учебно-познавательные мотивы, результативные, процессуальные, отметочные, мотивы благополучия, избегания неприятностей и социально-значимые мотивы: быть здоровым, готовым к жизни, к высокопроизводительному труду и обороне Родины). Смысл занятий физической культурой определяется личностным значением таких занятий. Цели это промежуточные этапы на пути реализации мотивов.

Например, спортсмены, выполняя неинтересные, с точки зрения обучающихся, упражнения, будут делать это добросовестно, с азартом, так как для них это средство достижения высокого спортивного результата, что является мотивацией для них. Школьники же в большинстве случаев отлынивают от таких упражнений, так как они не отвечают их цели посещения урока: побегать, поиграть, пообщаться с товарищами, ну на конец - избежать конфликта с учителем и родителями, а это не является для них мотивацией. Поэтому, чтобы школьники выполняли все упражнения добросовестно и заинтересовано, педагог должен их мотивировать и заинтересовать.

Главной задачей всех педагогов является формирование у школьников целеустремленности, то есть стремления достичь отдаленную по времени цель. Целеустремленность - сознательная и активная направленность личности на определенный результат. Такой человек точно знает, чего хочет, куда идет и за что борется. Целеустремленность возникает только в том случае, если цель

значима для школьника, отвечает его побуждениям и интересам и считается им достижимой.

Реальность достижения главной и определенной цели создает перспективу личности. Перспектива, или, как говорил А.С. Макаренко, «завтрашняя радость», придает целям особенно сильный побудительный характер. Но перспектива должна быть непрерывной, с постоянно возрастающими по трудности частными целями. Поэтому обязательна постановка учителем близких, промежуточных и отдаленных целей [3].

На уроках физической культуры очень важен эмоциональный фон урока. Постоянной заботой учителя физической культуры является создание и поддержание радостного настроения школьников на уроке. Наполняя их жизнь радостными переживаниями, учитель расширяет возможность управлять педагогическим процессом. Это могут быть: веселые старты, психа-регуляция, разминка под музыку, эстафеты, любые подвижные игры.

Однако радость на уроке - это не только веселье, а еще радость труда, учения. К.Д. Ушинский писал, что на уроке «должна царствовать серьезность, допускающая шутку, но не превращающая всего дела в шутку...». Урок физической культуры становится радостным для школьников, когда они двигаются, а не сидят, замерзая, на скамейках, когда они видят улыбку учителя, его шутку, когда видят результаты своего труда. Причем на первых порах не очень существенно, чем будут вызваны радостные переживания школьника - учебным трудом или обстановкой урока. Чем менее развиты и воспитаны дети, тем большее значение для них имеют побочные радости, например то, что урок ведет любимый учитель, с которым на уроке можно и побегать, и посмеяться, и поиграть.

Молодой и неопытный учитель боится радости на уроке и не позволяет себе шутить, считая, что после улыбки школьники не способны серьезно работать и в серьез воспринимать молодого учителя. Он держит детей в строгости, а порой и в страхе. Однако это не прививает школьникам любви к уроку физической культуры.

Опытный же педагог и без строгости достигает большего результата, так как знает, что при положительном настрое школьника, вызванном радостью, легче создать серьезное настроение на уроке.

Радость на уроке не надо специально и натужно придумывать. Ее не внедришь насильно в душу ребенка. Чтобы у школьника сформировалось положительное отношение к урокам физической культуры, необходимо, чтобы радостные переживания возникали у школьника многократно. Сам урок таит в себе много потенциальных возможностей для этого.

Эмоции это психические состояния, возникающие в процессе и в условиях занятий физической культуры, а также в связи с характером мотивов, целей и субъективной возможностью их реализации.

Мотивацию различают как внутреннюю, так и внешнюю по отношению к школьнику. Большой интерес к физической культуре формируется лишь в результате внутренней мотивации, которая возникает тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям школьника, то есть являются для него оптимальными (не слишком трудными и не очень легкими), и когда он понимает всю ответственность за их реализацию.

Успешная реализация мотивов и целей вызывает у школьника радость достигнутым успехом, и желание продолжать занятия по собственной инициативе и желанию, то есть внутреннюю мотивацию и интерес. Внутренняя мотивация возникает тогда, когда школьник испытывает радость и удовлетворение от самого процесса, условий занятий, и взаимоотношений с педагогом, товарищами по классу во время занятий.

Режимы внешней мотивации, как чрезмерно трудные, так и чрезмерно легкие дают противоположный эффект: внутренняя мотивация и интерес к занятиям физической культуры не формируется; в первом случае возникают эмоции тревоги, неуверенности в себе, во втором случае эмоции скуки, безразличия школьника.

Однако внешняя и внутренняя мотивации должны существовать в полном единстве. Активная, целеустремленная деятельность школьника не может мотивироваться только одними успехами или только одними неудачами. Поэтому мы считаем, что мотивация занятий физической культурой должна носить многоуровневый характер: от дальних перспектив в физическом совершенствовании до ближайших целей и задач, посильных для реализации в данный момент.

Как же педагогу определить, какими мотивами руководствуются школьники: внешними или внутренними? Для этого нужно предоставить им реальную возможность заниматься физическими упражнениями по собственной инициативе и желанию, и если они продолжают занятия - это значит, что в основе данной двигательной деятельности лежат внутренние мотивы.

Преподавателю при воспитании мотивации занятий физической культурой необходимо, чтобы школьник брал ответственность за результаты занятий на себя и смог объяснить свои неудачи не отсутствием способностей, а недостаточностью собственных усилий и возможностей. И только в этом случае успешно формируется внутренняя мотивация и интерес к занятиям физической культуры. При этом каждому школьнику, должны подбираться индивидуальные, доступные для него и в то же время прогрессирующие результаты, а также упражнения, задания, требования, то есть оптимальные для школьника режимы внешней мотивации.

Процесс формирования интереса к физической культуре - это многоступенчатый процесс: от первых гигиенических знаний и первого знакомства с физическими упражнениями до глубоких психофизиологических знаний и интенсивных занятий спортом. Занятия спортом - это лишь одна из возможных ступеней процесса формирования у школьников интереса к физической культуре. Каждый спортсмен впоследствии должен будет вновь переключиться на систематические занятия физической культурой.

Выше изложенном нами понимание интереса и процесса его формирования, а также использование литературы о психофизиологической природе основных

личностных образований: мотивации, интереса, активности, потребности, привычки и отношения к физической культуре позволили нам выявить и обосновать их иерархию (рис. 2).

Мотивация занятий физической культурой формируется на основе естественной потребности школьника в движениях, в новых впечатлениях, в новой информации. Активно-положительный интерес к физической культуре является интегральным проявлением мотивационных процессов и в результате своего развития превращается в новую, вторичную потребность в физическом совершенствовании, на основе которой формируются новые мотивы и интересы. В процессе развития интереса воспитывается активность школьника в физическом совершенствовании, формируются привычки к физическим упражнениям, гигиеническим нормам и процедурам. Интересы, мотивы, потребности и привычки определяют в целом активно-положительное отношение учащихся к физической культуре. Таким образом, интерес к физической культуре является главным, центральным звеном в системе названных личностных образований школьника.

Рисунок 2



Рис. 2. Схема иерархии личностных образований школьника и место в ней активного интереса к физической культуре.

### 1.3. Формирование интереса у школьников к физической культуре

в условиях работы общеобразовательных школ.

Формировать интерес - это значит воспитывать мотивацию у школьников. В мотивационном процессе школьников все взаимосвязано: при воспитании одних мотивов неизменно затрагиваются и воспитываются другие. Поэтому при целенаправленном формировании интереса к физической культуре педагогически оправдано как воздействие на отдельные мотивы, так и комплексное воздействие на мотивационный процесс в целом.

Особенно успешное воспитание учебно-познавательных мотивов достигается сознательностью обучения, развития физических качеств; применением средств наглядности, учебных карточек, «учебных стендов» и технических средств обучения. А так же обязательным условием является обучение школьников теоретическим сведениям по личной физической культуре. Такое обучение целесообразно осуществлять в начальных классах непосредственно в ходе всего урока, как при выполнении упражнений, так и в специально отведенное время, используя средства, методы и приемы допустимые возрастным особенностям детей. В средних и старших классах кроме этого необходимо проводить специальные теоретические уроки в помещении классной комнаты с краткими записями учащимися излагаемого учителем материалом и с последующим теоретическим зачетом в конце учебного полугодия или года (правила игр по баскетболу и волейболу и т.д.).

Воспитание процессуальных мотивов учащихся нужно начинать сразу же, с момента прихода детей в школу. Процессуальная мотивация имеет очень важное значение в формировании интереса к занятиям физической культуры и воспитывается лишь в том случае, когда эти занятия вызывают у школьника чувство удовлетворения, радости. Поэтому при воспитании ее нужно, прежде всего, учитывать уже имеющиеся желания, интересы и потребности школьников и удовлетворять их. Но и не забывать о планах занятий.

Наиболее успешному воспитанию процессуальной мотивации у школьников всех возрастов способствует разнообразное материально-техническое оснащение процесса физического воспитания, инвентарь, оборудование, соответствующие процессуальные традиции уроков. При определении эффективных видов оборудования, инвентаря педагогу следует пользоваться методом «ситуации выбора», «шкалой интереса» и экспертных оценок интереса. Например, учитель с помощью проектора может показать видео уроки и наглядно объяснить детям правила любой игры (волейбол, баскетбол и т.д.).

Важное значение имеет достаточно высокий положительно-эмоциональный фон урока, который может быть достигнут простейшими приемами воздействия на

эмоции и чувства школьников. Высокий эффект в воспитании процессуальных мотивов и интереса к занятиям физической культурой дает проведение уроков, начиная уже с пятого класса, с однополым составом учащихся. Для этого расписание должно составляться так, чтобы уроки в двух параллельных классах проводились в одно время. Один учитель занимается с мальчиками двух классов, другой - с девочками.

Воспитание результативных мотивов является обязательным условием успешного формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре. Без ориентации на результат двигательная деятельность школьника неэффективна как в плане формирования активного интереса к физической культуре, так и в плане физической и технической подготовки школьников.

Конкретный вид и уровень результата зависят от возраста, физической подготовленности, воспитанности школьника. Это может быть результат сюжетной, подвижной, спортивной игры; учебный норматив; норма спортивного разряда; определенное место в соревнованиях; конкретные показатели в тестах; должные возрастные показатели выполнения отдельных упражнений и т.д.

Каждого школьника необходимо сориентировать на доступный и подходящий для него спортивный результат, достижение которого должно восприниматься им и оцениваться учителем, товарищами по классу, родителями как успех, как победа школьника над самим собой. Что бы не потерять стремление к будущим победам надо поддерживать спортивный интерес.

Результативные мотивы должны воспитываться и в процессе обучения двигательным действиям. Для этого обучения на уроках физической культуры должно включаться в личностно значимую для каждого учащегося соревновательную деятельность, когда школьники, обучаясь, одновременно готовятся к участию в соревнованиях по данному виду упражнений на первенство школы, класса. В первенстве школы класс выступает как сплоченный, дружный коллектив: неудачи и

успехи каждого касаются всех. Однако и здесь каждому учащемуся должен быть определен индивидуальный, доступный результат, достижение которого должно расцениваться учителем, товарищами по классу как успех, как победа школьника над собой. Только в этом случае возникает внутренняя мотивация занятий физическими упражнениями, которая определяет интерес учащихся к физической культуре.

Выполнение упражнений в соревновательной форме лучше планировать на конец урока и ни в коем случае не перед разучиванием техники упражнений, так как возникающее у школьников в процессе соревнования с товарищами эмоциональное возбуждение, обладая инертностью, будет препятствовать концентрации внимания на технике движений, а сами движения сделает импульсивными, резкими. И школьник не сможет правильно сконцентрироваться на правильности выполнения упражнения. Концентрация и внимание очень важно для этого.

Для повышения организованной активности школьников на уроке можно устраивать соревнования между группами учащихся по разным дисциплинам. В этом соревновании очки начисляются не просто за послушание, а за проявленную активность, творчество, за успех, достигнутый благодаря организованности и старательности при выполнении физических упражнений. Этот прием эффективен, правда, только в младших и средних классах. В старших классах предложение о соревновании по дисциплинам встречается холодно. Это и понятно: деятельность старшеклассников более осмысленна, целенаправленна, в меньшей степени зависит от эмоций.

Побудить у учащихся соревновательный дух можно следующими приемами:

- объявить конкурс на лучшее исполнение упражнения;
- выделить лучшего по исполнению, чтобы на него равнялись другие;
- организовать заочное соревнование учащегося с эталонным исполнением упражнения;
- организовать соревнование с самим собой.

Отметочные мотивы при умелом воспитании и использовании их также могут сыграть важную роль в формировании у школьников интереса к физической культуре. Наибольший эффект дает оценивание не абсолютных показателей учащихся, а изменений в их двигательной подготовленности. Большое значение имеет использование метода отсроченной отметки, а также взаимооценка учащихся. Многие школьники на уроках физической культуры стремятся к получению максимальной отметки путем правильного исполнения упражнений.

Мотивы благополучия (желание получить одобрение учителя, родителей, классного руководителя, товарищей по классу; завоевать авторитет, доброжелательное отношение к себе и т.д.) - это естественные желания школьника. Удовлетворение их помогает успешно формировать у учащихся внутреннюю мотивацию, то есть интерес к физической культуре. Учителю необходимо постоянно видеть успехи воспитанников (положительные сдвиги в результатах обучения и развития физических качеств) и непременно отмечать их. Важно постоянно контактировать с классными руководителями, родителями школьников (особенно физически слабыми) и своевременно показывать пусть самые незначительные, но все-таки успехи школьника. Не все дети способны к высоким показателям, но все способны заметить похвалу, одобрение, все способны вдохновляться, т.е. испытывать интерес к занятиям физической культурой.

Мотивы избегания неприятностей - это отрицательные мотивы занятий физическими упражнениями. Однако в исключительных случаях и их не следует использовать, при этом постоянно актуализируя и противопоставляя им положительные мотивы. Школьники не часто пользуются этими мотивами.

Социально значимые мотивы (быть здоровым, готовым к жизни, к высокопроизводительному труду и обороне Родины) - это те мотивы, к которым учитель физкультуры должен привести своих воспитанников к окончанию школы. Так же учитель должен подготовить школьников к норме сдачи ГТО, это им поможет при поступлении в ВУЗЫ.

Для успешного формирования этих мотивов и интереса к физической культуре необходимо: подбирать средства и методы с учетом психофизиологических особенностей детей разного возраста и особенностей их мотивации; разъяснять социальное значение занятий теми или иными видами физических упражнений, реальную возможность заниматься ими после окончания школы и в течение всей жизни, а также благотворное физиологическое и психологическое влияние их на организм и личность человека (юноши, девушки, будущего защитника Родины, труженика, гражданина, будущей матери и т.д.).

Хотя мотивация школьников динамична, однако в каждый данный момент ведущая роль, как правило, принадлежит какому-либо одному мотиву (побуждению). Поэтому педагогу можно и нужно находить индивидуализированные (групповые) формы занятий, виды упражнений, а также методы работы с учетом особенностей мотивации школьников.

Комплексное воздействие на мотивационную сферу школьника успешно осуществляется рационально организованной физкультурно-спортивной работой в школе и прежде всего с рациональным учетом ее.

При учете внеклассной работы следует подводить итоги среди параллельных классов или среди смежных параллелей по следующим показателям: количество занимающихся в спортивных секциях, кружках физической культуры, в группах ОФП; количество школьников, выполняющих домашние задания и занимающихся самостоятельно; количество участвовавших в массовых спортивных соревнованиях. Это позволяет переориентировать школьные коллективы с подготовки отдельных спортсменов-разрядников на массовые занятия физической культурой и спортом. Важное значение имеет обучение школьников самостоятельным занятиям физическими упражнениями, а также активная работа с родителями.

Можно привить вкус к безделью, хулиганским выходкам, пьянству и низменным наслаждениям, а можно воспитать любовь к отдыху, интерес к здоровому

образу жизни, развивающему человеческие силы. Каждый школьник должен понимать, что в здоровом теле здоровый дух.

Одной из важнейших задач воспитания является задача научить детей отдыхать хорошо, интересно, весело, отдыхать так, чтобы отдых действительно помогал и лучше трудиться, и лучше учиться - словом, по-настоящему жить и радоваться жизни.

Внеклассная работа по физическому воспитанию представляет собой систему организованных занятий физическими упражнениями, проводимых школой во внеурочное время.

Задачи, содержание и организация внеклассной работы обусловлены целью и общими задачами физической воспитания подрастающего поколения. Они регламентируются рядом инструктивно-методических и нормативных документов Министерства Образования РФ с учетом места внеклассной работы среди других форм физического воспитания школьников, её оздоровительных и образовательно-воспитательных возможностей,

В течение ряда лет проводится работа по выявлению подходов к формированию у учащихся интереса к физической культуре через внеклассную работу.

Основные задачи этой работы заключаются в том, чтобы:

1. Выявить возможности внеклассной работы в повышении эффективности и процесса формирования интереса у учащихся к физической культуре.
2. Предложить подходы по формированию интереса к физической культуре у современных учеников.

Для этого было необходимо:

- привлечь всех заинтересованных учащихся к занятиям физической культурой и спортом.
- пропагандировать здоровый образ жизни среди всех учащихся школы.

#### 1.4. Учителя физической культуры, как фактор формирования интереса школьников к занятиям физической культурой.

На современном этапе физическое воспитание сосредоточено на личности, ее ценностных ориентациях, формировании мотивов (интересов и потребностей в наиболее значимых видах физкультурной и спортивной деятельности), развитии нравственных и волевых качеств личности. В этом направлении организуется работа по формированию знаний и практических навыков здорового образа жизни, что естественно предполагает значительное расширение сведений по истории физической культуры, основам гигиены, биомеханики, психологии и физиологии физических упражнений, обучению и методике самостоятельных индивидуальных и групповых занятий оздоровительной физической культурой и спортом. Единство профессиональной и физической подготовки является основополагающим фактором развития личности учителя.

Р. Бернс в своей работе «Развитие Я - концепции и воспитание» так сформулировал основные принципы, которым должен следовать в своей работе учитель, стремящийся к формированию интереса учащихся к учебному предмету:

«1. С самого начала и на всем протяжении учебного процесса учитель должен демонстрировать детям свое полное к ним доверие.

2. Он должен помогать учащимся в формировании и уточнении целей и задач, стоящих как перед классом, так и перед каждым учащимся в отдельности.

3. Он должен всегда исходить из того, что у учащихся есть внутренняя мотивация к учению.
4. Он должен выступать для учащихся как источник разнообразного опыта, к которому всегда можно обратиться за помощью, столкнувшись с трудностями в решении той или иной задачи.
5. Важно, чтобы в такой роли выступал для каждого учащегося.
6. Он должен развивать в себе способность чувствовать эмоциональный настрой класса и принимать его.
7. Он должен быть активным участником группового взаимодействия.
8. Он должен, открыто выражать в группе свои чувства.
9. Он должен стремиться к достижению симпатии, позволяющей понимать чувства и переживания каждого.
10. Он должен хорошо знать самого себя» [5].

Педагогическая деятельность учителя является сложным многофункциональным объектом, представляющим собой систему, интегрирующую его личность во взаимодействии с социально-профессиональной средой. Ее эффективность определяется психическим и физическим здоровьем; активностью деловых и межличностных коммуникаций; наличием жизненного самоопределения (нравственного, индивидуально-творческого, профессионального выбора, физической культуры и др.). Поэтому учителю необходимо готовиться к сложностям педагогической деятельности, повышать свой психофизический и функциональный потенциал, формировать физическую культуру, стремиться к приобретению опыта вероятностных профессиональных решений. Чем больше запас таких решений, тем адаптивнее будет поведение учителя в конкретной ситуации, выше его жизнестойкость как специалиста.

В моей работе рассмотрена структура программы по развитию интереса к физической культуре для преподавателе:

1. Основы занятий - материал, способствующих формированию у учащихся умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, подбирать средства развития двигательных качеств, организовывать подвижные игры.
2. Навыки и умения - перечень физических упражнений разной направленности, отвечающих требованиям поставленных задач физического воспитания.
3. Двигательные качества - перечень упражнений, способствующих развитию разных физических качеств.
4. Нормативы двигательной подготовленности - упражнения, которые необходимо выполнить и одновременно показать результат, соответствующий оценке по пятибалльной шкале.
5. Межпредметные связи - знания, на которые может опираться учитель при изучении, объяснении материала.
6. Самостоятельная учебная работа - знания, умения и навыки.

Такая структура может быть использована и для подготовки будущих учителей, и для повышения квалификации работающих педагогов.

#### 1.5. Работа с родителями и советы по формированию интереса к физической культуре у школьника

Важным фактором развития интереса у детей к занятиям физической культурой является работа с родителями учащихся.

Работа заключается в следующем:

- Подключение родителей к организации и проведению спортивных мероприятий, праздников в начальной школе.

- Руководство школьными кружками.
- Помощь в организации туристических поездок.
- Помощь в подготовке команд к выступлению на «Зарнице» (медицинская подготовка, пожарная подготовка, пошив формы).
- Помощь в организации подготовки команды к туристическим слётам (приобретение туристического оборудования, формы, подготовка к конкурсам художественной самодеятельности).

### Рекомендации родителям по физическому воспитанию детей

Совет 1: Поддерживайте интерес ребенка к занятиям физической культурой, ни в коем случае не выказывайте свое пренебрежение к физическому воспитанию и развитию. Пример взрослых в этом вопросе чрезвычайно важен. Как вы относитесь к физическому воспитанию, так будет относиться к нему и ваш ребенок. Часто ребенок живет под грузом запретов: не бегай, не шуми, не кричи громко. А ущемление потребности в самовыражении больше всего ударяет по самооценке и активности растущего человека. «Почему ты не делаешь зарядку? Почему так долго сидишь перед телевизором? Почему так поздно ложишься спать?» - все это пустой звук для ребенка. Родители должны хорошо знать потребности и возможности своего ребенка и как можно полнее учитывать их.

Совет 2: Высокая самооценка - один из мощных стимулов для ребенка выполнять любую работу, будь то домашние задания или утренняя гигиеническая гимнастика. Всемерно поддерживайте в своем ребенке высокую самооценку - поощряйте любое его достижение, и в ответ вы получите еще большее старание. На занятиях физической культурой необходимо выдерживать единую «линию поведения» обоих родителей - не должно быть противоположных распоряжений (мама - «хватит бегать»; папа - «побегай еще минут пять»). Если это, происходит - ни о каком положительном отношении ребенка к физкультуре просто не может быть и речи.

Совет 3: Наблюдайте за поведением и состоянием своего ребенка во время занятий физическими упражнениями. Иногда родители не могут понять, почему ребенок капризничает и не выполняет, казалось бы, элементарных распоряжений родителей. Причиной могут быть и усталость, и какое-то скрытое желание (например, ребенок хочет быстрее закончить занятие физкультурой, чтобы посмотреть интересную телепередачу). Постарайтесь понять причину его негативных реакций. Не жалейте времени и внимания на то, чтобы установить с ним душевный контакт.

Совет 4: Ни в коем случае не настаивайте на продолжении тренировочного занятия, если по каким-то причинам ребенок этого не хочет. Нужно, прежде всего, выяснить причину отказа, устранить ее и только после этого продолжить занятие.

Совет 5: Не ругайте своего ребенка за временные неудачи. Ребенок делает только первые шаги в неизвестном для него мире, а потому он очень болезненно реагирует на то, когда другие считают его слабым и неумелым. Особенно остро это проявляется, если родители не знают, как дать ребенку понять, что они уважают его чувства, желания и мнения.

Совет 6: Важно определить индивидуальные приоритеты ребенка в выборе физических упражнений. Практически всем детям нравятся подвижные игры, но бывают и исключения. Например, ребенок хочет подражать своему любимому герою книги или кинофильма, но каких-то качеств, например физической силы, ему не хватает. В этом случае не удивляйтесь, если ваш ребенок вдруг попросит купить ему гантели или навесную перекладину для подтягивания.

Совет 7: Не меняйте слишком часто набор физических упражнений ребенка. Если комплекс ребенку нравится, пусть он выполняет его как можно дольше, чтобы прочно усвоить тот или иной навык, движение.

Совет 8: Важно соблюдать культуру физических упражнений. Ни в коем случае не должно быть расхлябанности, небрежности, исполнения спустя рукава. Все должно делаться «взаправду».

Совет 9: Не перегружайте ребенка, учитывайте его возраст. Никогда не заставляйте ребенка выполнять физические упражнения, если он этого не хочет.

Приучайте его к физической культуре и воспитанию исподволь, собственным примером.

Совет 10: Три незыблемых закона должны сопровождать вас в физическом воспитании детей: понимание, любовь и терпение.

## ВЫВОД ПО I ГЛАВЕ

При методологическом подходе к решению проблемы формирования у школьников интереса к физической культуре были использованы философский, исторический, гносеологический и социологический подходы.

Для определения концептуального подхода к формированию у школьника интереса к физической культуре нами были проанализированы и обобщены данные отечественных и зарубежных авторов. Опираясь на данные анализа можно сделать вывод, что интерес к физической культуре необходимо рассматривать, как следствие, как процесс мотивации школьников.

При формировании интереса одним из самых важных является мотивационный процесс. При воспитании одних мотивов неизменно затрагиваются и воспитываются другие.

Мотивы формирования интереса у школьников бывают:

- учебно - познавательные;
- процессуальные;

- результативные;
- отметочные;
- социально значимые.

В формировании интереса к физической культуре огромную роль играют опыт и профессионализм учителя. Эффективность педагогической деятельности учителя определяется психическим и физическим здоровьем; активностью деловых и межличностных коммуникаций; наличием жизненного самоопределения (нравственного, индивидуально-творческого, профессионального выбора, физической культуры и др.). Поэтому учителю необходимо готовиться к сложностям педагогической деятельности, повышать свой психофизический и функциональный потенциал.

## ГЛАВА II. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ, ОРГАНИЗАЦИЯ И РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ИНТЕРЕСА ШКОЛЬНИКОВ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Цель исследования состоит в разработке и научном обосновании системы эффективных средств, методов и методик формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре в условиях работы общеобразовательных школ.

### 2.1. Задачи исследования.

Анализ состояния проблемы позволил сформулировать гипотезу исследования - при научно обоснованных методологическом и концептуальном подходах можно, используя традиционные средства физического воспитания, разработать систему эффективных средств, методов и методик формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре в условиях работы общеобразовательных школ.

Проверка гипотезы и достижение цели реализовывались в решении следующих задач:

1. Изучить степень разработанности проблемы формирования интереса к занятиям физической культурой школьников в теории и практике.
2. Выявить стимулирующие факторы формирования интереса у школьников к занятиям физической культурой.
3. Исследовать эффективность применения педагогических средств, методов и методик комплексного воздействия на мотивационную сферу школьников.
4. Обосновать методику формирования интереса к занятиям физической культурой учащихся общеобразовательных школ.

## 2.2. Методы исследования.

Для решения поставленных задач нами были применены следующие методы:

1. Теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы по теме исследования.
2. Проведение анкетирования - с целью определения отношения учащихся к физической культуре и уровень их знаний о физической культуре.
3. Педагогический эксперимент предусматривал использование учебных карточек с целью успешного воспитания учебно-познавательных мотивов для формирования интереса к занятиям физической культурой; обучение школьников по личной физической культуре осуществлялось на специальных теоретических уроках, проводимых в помещении класса, с последующим зачетом.

4. Многоэтапное тестирование физической подготовленности и уровня здоровья учащихся.
5. Обработка полученных данных математика-статистическими методами.
6. Анализ всех материалов исследования.

### 2.3. Этапы проведения исследования.

Базой исследования явилась муниципальная общеобразовательная школа № 12 г. В-Уфалей.

В несколько этапов было проведено исследование.

На первом этапе была изучена общепедагогическая и специальная литература по проблеме, выявлено состояние проблемы в практике общеобразовательной школы, сформулированы цели и задачи исследования.

На втором этапе определены, апробированы и уточнены основные методы исследования.

На третьем этапе осуществлены анкетирование занимающихся, педагогические наблюдения, педагогический эксперимент, что позволило получить основное количество данных.

На четвертом этапе полученные данные обрабатывались в аспекте решения задач исследования.

На разных этапах нашей экспериментальной работы в исследовании участвовали школьники среднеобразовательной школы № 12 с 1 по 11 классами. Исследование проводилось в 2016–2017 гг.

#### 2.4. Характеристика физической подготовленности и уровня физического здоровья учащихся экспериментальной и контрольной групп.

В результате тестирования физической подготовленности и показателя физического здоровья позволили объективно оценить состояние каждого школьника, привлечь внимание школьников и родителей к сильным и слабым сторонам подготовленности и здоровья, предложить планы занятий физической культурой.

Во время нашего эксперимента в соответствии с предложенными планами самостоятельно занимались 12 школьников 3-м, 4 человека – в 9-м и 3 – в 11-м классах; посещали секцию общей физической подготовки 1 школьник из 3-го, 3 – из 9-го и 4 из 11-го классов; в секции по легкой атлетике занимались 2 школьника из 9-го класса и по 1 из 3-го и 11-го классов и по 2 школьника из 9-го и 11-го классов посещали баскетбольную секцию. В контрольных группах не было отмечено учащихся, регулярно занимавшихся физической культурой самостоятельно. Спортивные секции посещали 3 школьника из 9-го и 4 из 11-го классов.

Для наиболее точных результатов выбранной программы в конце учебного года было проведено повторное тестирование физической подготовленности школьников и физического здоровья в экспериментальных и контрольных классах.

В индивидуальных занятиях физической подготовленности школьников экспериментальных классов, выполняющих предложенные планы, наблюдалось значительное улучшение показателей, при этом отрицательной динамики у школьников не выявлено. Все это подтверждается динамикой средней интегральной оценки физической подготовленности в эксперименте, так она улучшилась в экспериментальных группах 3-х классов с 431 до 455 баллов ( $p \leq 0,05$ ). В

контрольных группах произошло не большое улучшение ее с 433,5 до 440 балла. В 9-х классах интегральная оценка изменилась с 444 до 464 баллов в экспериментальной и с 445 до 455 баллов в контрольной; в 11-х классах зафиксировано повышение с 428,5 до 448,5 баллов и с 428,5 до 433,5 баллов в экспериментальной и контрольной группах соответственно.

Таблица 1

Динамика интегральной и академической оценки уровня физическогoздоровья и показателей PWC170 за время предварительногоэксперимента (в баллах)

Класс	Группа	Интегральная оценка		Академическая оценка		Уровень физического здоровья		Показатель PWC170	
		1	2	1	2	1	2	1	2
3	Э (n=22)	431*	455*	4,39*	4,52*	12,5*	14,3	330*	370*
	К (n=22)	433,5	440	4,3	4,35	12,3	12,7	324	352
9	Э (n=22)	444	464	4,42*	4,55*	13,3*	15*	680	728
	К (n=22)	445	455	4,48	4,51	13,4	13,8	705	722
11	Э (n=22)	428,5	448,5	4,34*	4,49*	12,5*	13,4	798	846
	К (n=22)	428,5	433,5	4,37	4,41	12,7	12,9	826	845

Примечания: 1 – начало эксперимента; 2 – завершение эксперимента; Э – экспериментальная группа; К – контрольная группа; n – количество испытуемых; \* - изменения носят достоверный характер ( $p \leq 0,05$ ).

Изобразим полученные данные в виде диаграммы

Рисунок 3

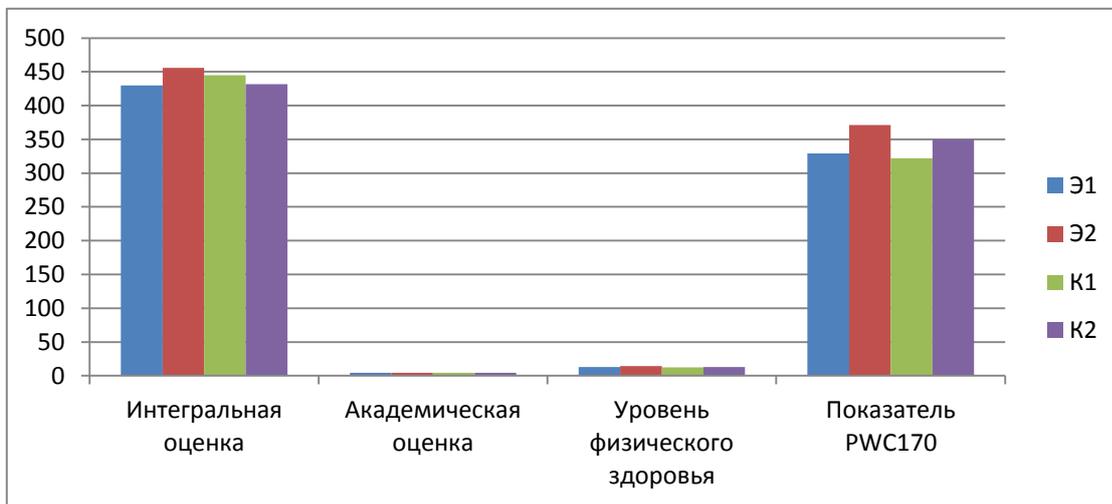


Рис.3. Результаты по 3-ему классу

Рисунок 4

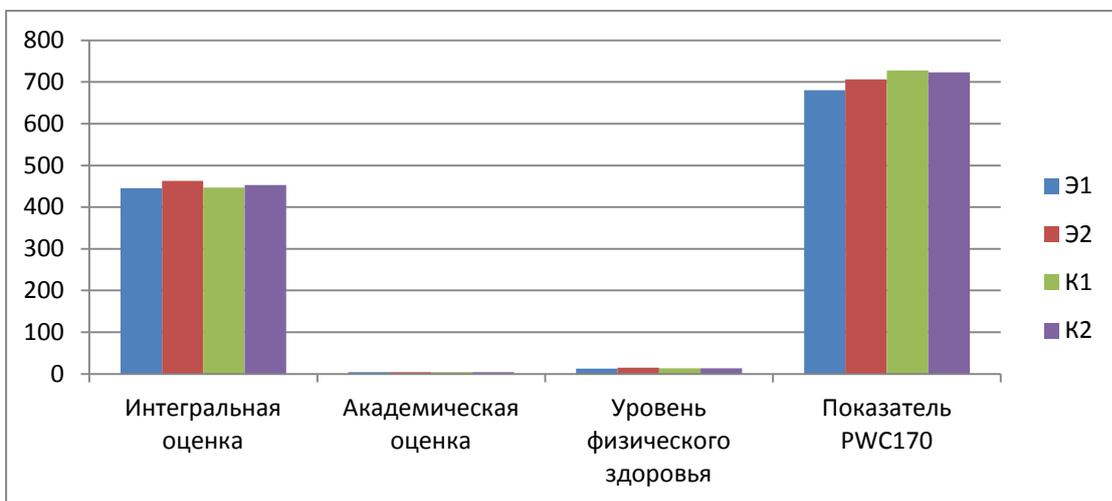


Рис.4. Результаты по 9-ому классу

Рисунок 5

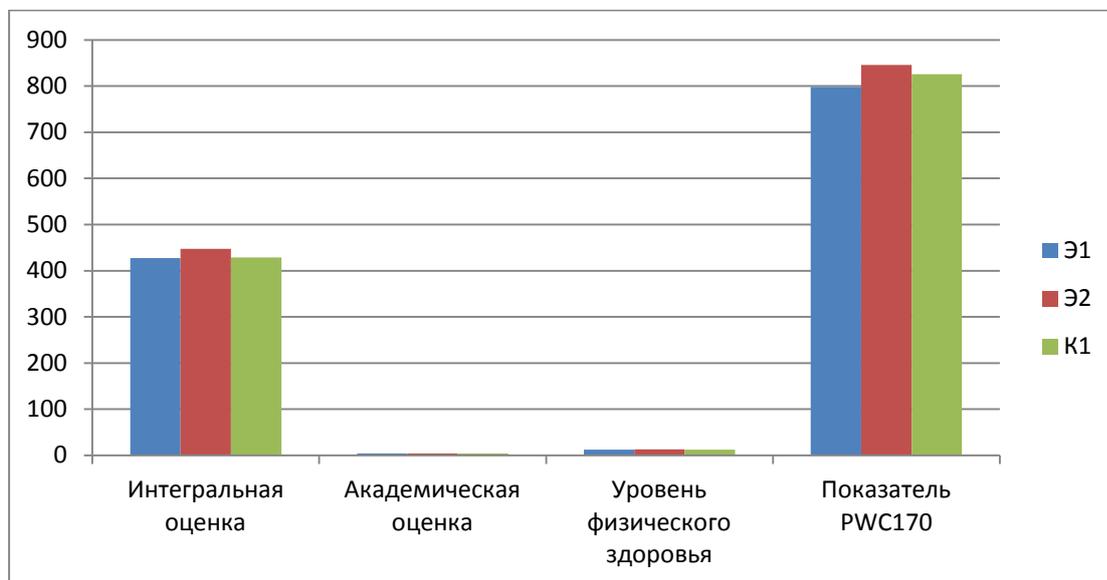


Рис.5. Результаты по 11-ому классу

Анализируя данные исследований академической оценки физического здоровья и показатель PWC170, мы отметим, что наибольший интерес участников обсуждения вызвали не сами показатели, а интерпретация показателей функционирования отдельных систем организма и общий уровень здоровья. В результате правильного построения плана по физической подготовке, школьники в течении учебного года могли заниматься самостоятельно, не обращаясь за рекомендациями к педагогу.

Вышеизложенное нам позволяет констатировать, что лучшая динамика, выявленная в экспериментальном третьем классе, обусловлена повышенным интересом к занятиям физическим упражнениями, который был вызван в начале учебного года совместными усилиями педагога, родителей и учащихся. Анализ показателей физической подготовленности и физического здоровья учащихся 9-х и 11-х классов, свидетельствующий о более значимой динамике результатов в экспериментальных группах объясняется повышением интереса учащихся к занятиям физической культурой на основе понимания старшеклассниками реальной значимости занятий физической культурой для каждого в отдельности.

## 2.5. Динамика стимулирующих факторов формирования интереса у школьников к занятиям физической культурой.

Результаты нашего анкетирования показали, что только 37,2% мальчиков и 15,5% девочек достаточно физически активны. Группу физически пассивных составили 27,5% мальчиков и 52,6% девочек. С возрастом физическая активность мальчиков менялась незначительно и только в последнем классе она заметно снижалась, в то время как среди девочек снижение активности отмечалось уже в среднем школьном возрасте.

В подсистеме образования внеурочные занятия физической культурой должны занять важное место в физическом воспитании, однако в результате анкетирования установлено, что только 39,2% мальчиков и 17,5% девочек занимаются в разных спортивных секциях. При этом учащиеся хорошо осведомлены о возможности таких занятий (67% мальчиков и 59,3% девочек знают, куда можно обратиться при желании заниматься в спортивных секциях, однако иногда возникает проблема, заключающаяся в том, что большинство спортивно-оздоровительных клубов в нашей стране платные).

Выявление нами основных мотивов, к физкультурным занятиям, показало, что среди мальчиков преобладают мотивы, связанные с желанием соперничества, увлекательного времяпрепровождения, а среди девочек - со снижением массы тела. Мало или незначительно на физкультурную деятельность школьников влияют учителя физической культуры, а влияние родителей с возрастом у школьников заметно ослабевает.

Данные получены при изучении анкетирования отношения школьников к урокам физической культуры: 68,4% опрошенных мальчиков положительно оценили уроки (особенно в 6 – 9 классах), в то время как мнение девочек с возрастом заметно менялось: от 61,2% положительно оценивавших в младшем школьном возрасте до

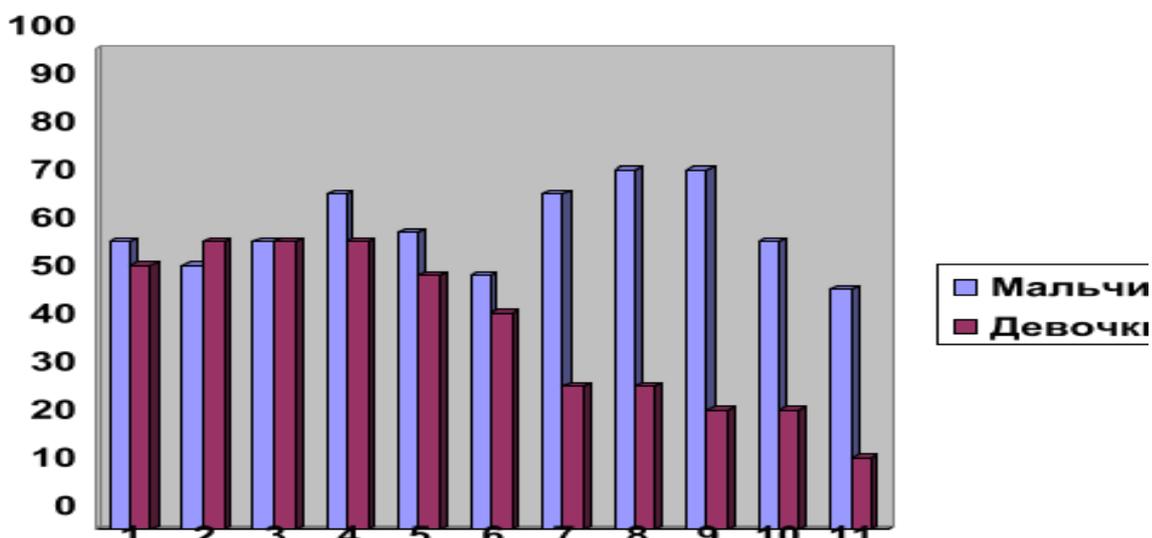
26,6% – в старшем. С возрастом повышалось число девочек как безразличных к этому школьному предмету (с 36,2% до 56,6%), так и имеющих негативное отношение (с 6,2% до 10,2%). Этому может содействовать и такой факт: что на уроках физической культуры они чувствуют себя уверенно, то есть у них все хорошо получается, а остальным, по-видимому, не хватает чувства уверенности, внутренней безопасности на уроках только (31,8% мальчиков и 46,9% девочек) имеют такое мнение.

Результаты нашего исследования выявили слабые знания, а порой и их отсутствие в области физической культуры. Так, 42,9% мальчиков и 37,2% девочек не смогли назвать ни одного физического качества, не редко их путали с волей, умениями, красотой и т.д. Всего 19,4% мальчиков и 8 % девочек знают, какие виды физических упражнений развивают те или иные физические качества. Большинство сведений о физической культуре школьники получают от учителя, а ни из средств массовой информации.

Причиной ослабления физических возможностей человека может стать снижение физической активности. Вместе с тем, меняющуюся деятельность в свободном времяпрепровождении школьников помимо негативных условий социальной среды обуславливает и потребностно-мотивационная сфера, формирование которой зависит от единства врожденных и приобретенных свойств личности. Среди них в формировании интересов постепенно повышается значение приобретенных свойств, которые с возрастом превалируют над врожденной потребностью детей к двигательной активности. В этом плане на формирование интересов более значительно влияют окружающая среда, процесс воспитания в семье и школе. Если окружающая среда не благоприятна, а процесс в семье и школе обходит стороной вопросы физкультурной активности, тогда в свободном времяпрепровождении школьников постепенно начинает формироваться физически пассивный стиль поведения личности. Это означает, что индивидуум меняет физическую активность не только на нужную ему учебу, но и на обществом навязанную (курение, употребление алкоголя и других наркотических веществ) или

другую деятельность. Полученные различия в показателях физической активности мальчиков и девочек также не могут быть объяснены только особенностями биологического порядка. Здесь, по-видимому, причина в первую очередь заключается в условиях воспитания (особенно семейного), которое как в школе, так и в семье не способствует побуждению физической активности девочек. По данным другого исследования, 19% отцов и 29% матерей опрошенных 61 старшеклассников уроки физической культуры считают ненужным предметом в школьном обучении.

Для наглядности представим динамику изменения отношения к занятиям физической культурой в виде диаграммы (рис.6)



## Рис.6. Динамика показателей отношения школьников к урокам

### физической культуры

Имеет смысл пересмотреть содержание самих уроков физической культуры, ибо данный предмет психологически не удовлетворяет школьников, часть которых (33,2% мальчиков и 43,7% девочек) чувствуют себя на них недостаточно уверенно. Не случайно, по-видимому, 46% девочек и 28% мальчиков безразлично относятся к этому школьному предмету, что особенно заметно в старших классах. При этом физическая культура, по мнению учащихся, является единственным предметом в школьном обучении, по которому знания не являются столь важными (лишь одна треть опрошенных школьников положительно оценивает учебник по физической культуре). Вместе с тем учащиеся на уроках хотели бы заниматься теми видами физических упражнений, которые им нравятся.

### 2.6. Влияние отдельных мотивов на воспитание и рост интереса к физической культуре

Педагогическими экспериментами установлено, что воспитание отдельных мотивов занятий физической культурой педагогически целесообразно и дает активного интереса к физической культуре.

С целью успешного воспитания учебно-познавательных мотивов для формирования интереса к занятиям физической культурой следует использовать анкетирование. Интерес по самооценке школьников возрастает при этом с 46% до 84%, а по экспертным оценкам (количество учащихся, проявивших интерес) – в 1,7 раза ( $p < 0,01$ ). Высокая эффективность достигается при использовании стендов и наглядных пособий – интерес возрастает с 34% до 84% и в 2 раза.

Сюжетное, игровое содержание уроков в начальных классах; соответствующее материально-техническое оснащение процесса физического воспитания; процессуальные традиции урока; специальные приемы повышения положительно-эмоционального фона урока; проведение уроков физкультуры с однополым составом учащихся двух параллельных классов - являются эффективными средствами воспитания процессуальных мотивов для формирования интересов к занятиям физической культурой. За период педагогических экспериментов, проводимых с целью выявления эффективности этих средств и методик их применения, интерес школьников возрос в среднем на 33%, а по экспертным оценкам - в 1,5 раза ( $p < 0,01$ ).

## ВЫВОД ПО II ГЛАВЕ

В нашем эксперименте лучшая динамика, выявленная в экспериментальном третьем классе, обусловлена повышенным интересом к занятиям физическим упражнениями, который был вызван в начале учебного года совместными усилиями педагога, родителей и учащихся. Анализ показателей физической подготовленности и физического здоровья учащихся 9-х и 11-х классов, свидетельствующий о более значимой динамике результатов в экспериментальных группах объясняется повышением интереса учащихся к занятиям физической культурой на основе понимания старшеклассниками реальной значимости занятий физической культурой для каждого в отдельности.

Имеет смысл пересмотреть содержание самих уроков физической культуры, ибо данный предмет психологически не удовлетворяет школьников, часть которых (33,2% мальчиков и 43,7% девочек) чувствуют себя на них недостаточно уверенно. Не случайно, по-видимому, 46% девочек и 28% мальчиков безразлично относятся к этому школьному предмету, что особенно заметно в старших классах (им не очень

интересно). При этом физическая культура, по мнению учащихся, является единственным предметом в школьном обучении, по которому знания не являются значимо важными (лишь одна треть опрошенных школьников положительно оценивает учебник по физической культуре). Вместе с тем учащиеся на уроках хотели бы заниматься теми видами физических упражнений, которые им нравятся.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. При определении путей формирования у школьников интереса к физической культуре с методологических позиций было установлено:

- признать интерес к физической культуре необходимым и жизненно важным для каждого человека. Это признание должно быть не только вербальным, но и действенным: люди, систематически занимающиеся физической культурой, должны поощряться не только морально, но и материально;

- интересы школьников должны подстраиваться, подтягиваться к интересам, потребностям и возможностям общества, а не наоборот. Следует создать базовую программу по физическому воспитанию учащихся, которая заключала бы в себе требования и интересы общества, на ее основе должны разрабатываться региональные, а затем и авторские программы, которым предстоит выполнить роль объективно-субъективного (организационного) фактора.

- у школьников необходимо формировать интерес и привычку, прежде всего, к тем видам физических упражнений, заниматься которыми сможет и будет иметь

возможность каждый выпускник после окончания школы, в том числе, будучи взрослым и пожилым человеком.

- в школах следует ввести не только зачеты, но и экзамены по физической культуре, а так же вступительный экзамен по этому предмету во все высшие и средние специальные учебные заведения. Это стало объективной необходимостью.

- следует организовывать педагогически целенаправленные воздействия не только в школе, но и в семье, по месту жительства, в среде сверстников, так как сознание школьника формируется, прежде всего, под влиянием эмпирического, обыденного сознания и лишь постепенно пропитывается научным содержанием.

2. Воспитание отдельных мотивов дает рост активного интереса к физической культуре:

- учебно-познавательных мотивов (учебные карточки, наглядные пособия, теоретические уроки);

- процессуальных мотивов (с помощью сюжетно-игровых уроков, материально-техническое оснащение и т.д.);

- результативных мотивов (включать процесс обучения в соревновательную деятельность).

- отметочных мотивов;

- социально значимых мотивов.

3. Эффективными методиками комплексного воздействия на мотивационную сферу школьников оказались следующие экспериментальные методики: обучение школьников самостоятельным занятиям физическими упражнениями; рациональной организации внеклассной и внешкольной работы по физическому воспитанию учащихся; работа с родителями учащихся; формирование интереса к физической культуре у школьников, имеющих отклонения в состоянии здоровья; пропаганды

физической культуры и спорта; формирование интереса к физической культуре в летних оздоровительных лагерях.

4. Личность учителя, его педагогическое и методическое мастерство являются главными факторами успешного формирования у школьников интереса к физической культуре.

В нашем эксперименте лучшая динамика, выявленная в экспериментальном третьем классе, обусловлена повышенным интересом к занятиям физическим упражнениями, который был вызван в начале учебного года совместными усилиями педагога, родителей и учащихся. Анализ показателей физической подготовленности и физического здоровья учащихся 9-х и 11-х классов, свидетельствующий о более значимой динамике результатов в экспериментальных группах объясняется повышением интереса учащихся к занятиям физической культурой на основе понимания старшеклассниками реальной значимости занятий физической культурой для каждого в отдельности.

Имеет смысл пересмотреть содержание самих уроков физической культуры, ибо данный предмет психологически не удовлетворяет школьников, часть которых (33,2% мальчиков и 43,7% девочек) чувствуют себя на них недостаточно уверенно. Не случайно, по-видимому, 46% девочек и 28% мальчиков безразлично относятся к этому школьному предмету, что особенно заметно в старших классах. При этом физическая культура, по мнению учащихся, является единственным предметом в школьном обучении, по которому знания не являются столь важными (лишь одна треть опрошенных школьников положительно оценивает учебник по физической культуре). Вместе с тем учащиеся на уроках хотели бы заниматься теми видами физических упражнений, которые им нравятся.

В заключении хочется произнести такие слова: не будет у учащихся интереса к предмету, если учитель формально подойдет к учету и контролю знаний. Не будет зажигать интерес к здоровью, если сам преподаватель не будет на своем личном примере показывать, какой нужно вести образ жизни. Поэтому очень важное

значение имеет каждый день, каждый час, не только словом, но и делом доказывать необходимость занятия спортом. И спорт станет неотъемлемой частью повседневной жизни школьника.

«Задачей воспитателя и учителя остается приобщить всякого ребенка к общечеловеческому развитию и сделать из него человека раньше, чем им овладеют гражданские отношения.»

Адольф Дистервег

