

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Кузнецов Валерий Иванович

учитель физической культуры

МОБУ СОШ №25

г. Сочи, Краснодарский край

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ УЧАЩИХСЯ ШКОЛЫ

Аннотация: в данной статье автором рассматривается проблема развития у школьников интереса к физической культуре. Исследователь отмечает, что мотивация – это процесс, который запускает, направляет и поддерживает усилия, направленные на выполнение учебной деятельности. Это сложная, комплексная система, образуемая мотивами, целями, реакциями на неудачу, настойчивостью и установками ученика во время занятием физической культурой на уроке.

Ключевые слова: мотивация, мотивационный процесс, интерес, учащиеся, физическая культура, школа, управление.

В настоящее время вопросы интереса учащихся к занятиям физической культурой приобретают сложный системный характер мотивационной сферы.

Мотивация связана с глубокими внутренними механизмами становления личности школьников и является длительным планомерным процессом.

Мотивация – это процесс, который запускает, направляет и поддерживает усилия, направленные на выполнение учебной деятельности. Это сложная, комплексная система, образуемая мотивами, целями, реакциями на неудачу, настойчивостью и установками ученика.

Мотивационный процесс учащихся носит дифференцированный характер. Его зависимость определяется исходя из таких факторов: материально-техниче-

ской базы школы, личности учителя физической культуры, от его педагогического мастерства, климатогеографических условий, особенностей воспитательной работы в классе, в семье, от социального окружения, от физической и технической подготовленности самих учащихся. В отношении к учащимся мотивацию следует различать, как внутреннюю, так и внешнюю. Мотивационный интерес к занятиям формируется лишь в результате внутренней мотивации. Она возникает только тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям школьника, когда они являются для него оптимальными не слишком трудными и не очень лёгкими и когда школьник понимает субъективную ответственность за их реализацию. Успешная реализация мотивов и целей вызывает у школьника вдохновение успехом, желание продолжать занятия по собственной инициативе, то есть внутреннюю мотивацию и интерес. Внутренняя мотивация возникает также тогда, когда ученик испытывает удовлетворение от самого процесса и условий занятий, от характера взаимоотношений с педагогом, членами коллектива во время этих занятий. Интерес является постоянным катализатором (усилителем) энергии человека: он либо облегчает выполнение деятельности, либо стимулирует волевое усилие, помогает проявлять терпение, упорство, настойчивость, способствует целеустремлённости. На занятиях физической культурой необходимо, чтобы школьник брал ответственность за результаты занятий на себя и объяснял свои неудачи не отсутствием у него определённых способностей, а недостаточностью собственных усилий.

Только в этом случае успешно формируются внутренняя мотивация и интерес к занятиям.

Но, безусловно, школьнику надо подбирать индивидуальные, доступные ему и в то же время прогрессирующие показатели и, конечно же, посильные упражнения, задания, требования и есть оптимальные режимы мотивации. Каждого школьника необходимо сориентировать на доступный и подходящий для него результат, достижение которого должно восприниматься им и оцениваться учителем, товарищами по классу, родителями как успех, как победа школьника над собой.

Например, при обучении технике выполнение кувырка назад задача максимум – овладеть техникой. И на это отводиться несколько уроков. Но на каждом уроке у детей стоят также свои минимальные задачи. У ученика, освоившего это движение, задача на уроке более сложная, чем у слабого ученика. Сильному ученику предлагается после овладения техникой выполнения кувырка, совершенствовать его из различных исходных положений или, наоборот, приходить после кувырка в различные конечные положения. При этом всегда просим сильного ученика помочь более слабому учащемуся в освоении техники выполнения изучаемого движения и постараться и объяснить своему подопечному, почему у него это движение не получается. А выполнив своё задание, все учащиеся должны с помощью учителя оценить данное выполнение. И обязательно при любом результате их должно ждать одобрение, подбадривание со стороны учителя. На всех уроках используется анализ выполненной работы и самоанализ. Предлагаю детям после выполнения задания найти совершённые ошибки, объяснить, почему что-то не получилось, что выполняющий, сделал неправильно. Сначала это делается с помощью учителя с его наводящими вопросами, а затем под его контролем. Двигательные качества более значительно у детей со слабой нервной системой, а игровая и соревновательная деятельность – у детей с сильной нервной системой. Неодинаковое влияние на обучаемость лиц с сильной и слабой нервной системой оказывают и различные методы обучения.

Внешняя мотивация школьников формируется в основном стихийно, до конца не осознанными в среде педагогов путями, средствами, методами, обстоятельствами. При работе с классом в условиях урока с максимальной настойчивостью использую реальные возможности фронтальных методов воздействия на учащихся для целенаправленного воспитания у них внутренних положительных мотивов занятий физическими упражнениями. Начинаю с применения игровых комплексов, которые каждый учитель может составить самостоятельно. Игровые комплексы могут содержать подвижные игры, эстафеты, упражнения соревновательного характера в правах и др. Игровые комплексы иногда составляют содержание целого урока. При правильной организации игр и игровых упражнений

они всегда доставляют детям удовольствие, создают хорошее настроение, дают возможность для проведения личной активности и инициативы. И это, естественно, повышает интерес к занятиям физическими упражнениями. Интересы учащихся к занятиям физической культурой бывают разными. Это и стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, это и желание развить двигательные и волевые качества. Интересы мальчиков и девочек различны: девочки часто всего думают о красивой фигуре, гибкости, изяществе движений и походки, реже о развитии быстроты, выносливости, силы. Мальчики же хотят развить силу, выносливость, быстроту, ловкость. Значимость привлекательных сторон физическими упражнениями. Уже с какой-то конкретной целью, у старшеклассников на первом месте стоят мотивы, связанные с их жизненными планами, то есть с подготовкой себя к определённой профессиональной деятельности. Поддержание интереса и целеустремлённости у школьников во многом зависит от того, испытывают ли они удовлетворение на уроке физической культуры, и формируется ли у них удовлетворённость занятиями физическими упражнениями.

Помимо удовлетворённости уроком, у школьников имеется ещё и отношение к физической культуре, как к учебному предмету, которое характеризуется, с одной стороны, пониманием значимости этого предмета, а с другой – ожиданием того, что на уроках данного предмета можно удовлетворить свои интересы, потребности в двигательной активности. Когда учащийся испытывает состояние удовлетворённости, происходит и формирование положительно-активного отношения к физической культуре.

Главными причинами падения удовлетворённости уроками физической культуры многие учёные называют отсутствие эмоциональности урока, неинтересность выполняемых упражнений, малую или чрезмерную физическую нагрузку, плохую организацию урока. Не удовлетворённые уроками учащиеся обычно ходят на них лишь ради оценки и для избежания неприятностей. А вот учащиеся, испытывающие состояние удовлетворённости на уроках, работают на них ради своего физического совершенствования.

Мотивы посещения школьниками уроков физической культуры влияют на учебную активность учащихся, в свою очередь и она в большой мере зависит от удовлетворённости школьников уроками. Удовлетворённые качеством и результатами уроков учащиеся, проявляют на них большую активность, чем не удовлетворённые.

Формирование интереса к занятиям физической культурой должно основываться на передовых методах обучения, в максимальной степени способствующих эффективному проведению занятий при высоком уровне их привлекательности.

Важную роль в процессе освоения учебного материала по физической культуре играет вид интереса, который в данном случае может быть назван познавательным. Он представляет собой избирательную направленность личности, обращённую к области познания, к её предметной стороне и самому процессу овладения знаниями.

Учитывая это, необходимо постоянно осуществлять стимуляцию познавательных интересов. Основные направления такой стимуляции: стимуляция познавательных интересов при помощи содержания изучаемого материала; стимуляция познавательных интересов организацией и характером познавательной деятельности. Для этого нужно эффективно использовать домашние задания.

Педагогические исследования показали, что интерес к физической культуре можно формировать двумя путями: воздействуя на отдельные мотивы и на мотивационную сферу в целом. Однако в мотивационной сфере школьников всё взаимно связано: при формировании одних мотивов неизменно затрагиваются и формируются другие. Поэтому при целенаправленном формировании интереса к физической культуре педагогически оправдано как воздействие на отдельные мотивы, так и комплексное воздействие на мотивационную сферу в целом, например, успешное формирование учебно-познавательных мотивов достигается сознательностью обучения и развития физических качеств.

Исключительно важно применение средств наглядности, учебных карточек и стендов, технических средств обучения. Наглядность – абсолютно необходимое условие эффективной передачи, усвоения информации и успешного формирования у школьников интереса к физической культуре. Поэтому различные средства наглядности должны применяться с самых первых этапов формирования интереса к физической культуре.

Затем постепенно приоритет должен отдаваться постановки целей. Такая закономерность уже давно выработана 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 учащихся.

Обязательным условием успешного формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре является формирование результативных мотивов. Без ориентации на результат двигательная активность школьников 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 и воспитанности школьников. Это может быть результат сюжетной, подвижной, спортивной игры; учебный норматив; норма спортивного разряда; Определённое место в спортивных соревнованиях; конкретные показатели в тестах; возрастные показатели выполнения отдельных упражнений.

Результативные мотивы необходимо формировать и в процессе обучения двигательным действиям. Для этого обучение на уроках физической культуры надо включать в личностно значимую для каждого учащегося соревновательную деятельность, когда школьники, обучаясь, одновременно готовятся к участию в соревнованиях по данному виду упражнений на первенство класса, школы. Однако и здесь каждому учащемуся должен быть определён индивидуальный до-

ступный результат, движение которого опять-таки должно расцениваться учителем, товарищами по классу, как успех, как победа школьника над собой. Только в этом случае возникает внутренняя мотивация занятий физическими упражнениями, определяющая интерес учащихся к физической культуре.

результативная мотивация и интерес к физической культуре значительно возрастают, когда учитель и ученик добиваются сдвигов в обучении двигательным действиям и развитии двигательных качеств в относительно короткий промежуток времени.

Таким образом, путь к эффективному управлению учащихся лежит через понимание их мотивации. Только зная то, что движет учащимся, что побуждает его к деятельности, какие мотивы лежат в основе его действий, можно попытаться разработать эффективную систему форм и методов управления поставленное на выполнение спортивного планового результата. Мотив – это то, что вызывает определенные действия учащегося в зависимости ситуации. Мотив находится «внутри» учащегося, имеет «персональный» характер, зависит от множества внешних и внутренних по отношению к нему факторов, а также от действия других, возникающих параллельно с ним мотивов и факторов, направленных на системное воздействие. Мотивирование составляет основу управления учащимся на уроках физической культуры. Эффективность поставленных целей и задач в большей и основополагающей степени будет зависеть от того, насколько успешно осуществляется процесс мотивирования.

Список литературы

1. Веселкова Н.В., Пряников Е.В. Социальная компетентность взросления: Учебное пособие. – Урал-Екатеринбург, 2012. – С. 12–68 с.
2. Пряникова Е.В. Социальная компетентность школьников // Социология образования: Учебное пособие. – Новосибирск, 2009. – С. 77–45.
3. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии: Учебное пособие. – М.: Народное образование, 2012. – С. 32–65 с.
4. Шаронова С.А. Компетентный подход и стандарты в образовании: Учебное пособие // Социол. исслед. – Урал-Екатеринбург, 2013. – С. 44–12.

5. Мотивация учащихся к занятиям ФКиС [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/05/25/motivatsiya-uchashchihsya-k-zanyatiyam-fkis>