

УДК 371

DOI 10.21661/r-116847

Г.И. Шамаева**ПРИВЛЕЧЕНИЕ ПОДРОСТКОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРОЙ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

Аннотация: в данной работе обосновывается необходимость привлечения учащихся подросткового возраста к занятиям физической культурой. На основе анализа психолого-педагогической литературы делается вывод о том, что традиционный подход к проведению уроков, применяемый в большинстве школ страны, является малопривлекательным для подростков: их интересуют иные виды спорта, популярные в среде сверстников. Автор приходит к заключению о том, что в сложившихся условиях необходимо пересматривать отношение к содержанию физического воспитания (с учетом доминирующей мотивации школьников к физической культуре и спорту, на основе гендерных предпочтений).

Ключевые слова: физическая культура, подростки, интерес, доминирующая мотивация, организационно-педагогические условия, учитель, нормативы.

G.I. Shamaeva**TEENAGERS' ENGAGING TO SPORTS AS A PSYCHOLOGICAL
AND PEDAGOGICAL ISSUE**

Abstract: the given article justifies the necessity to engage adolescent students to physical culture. Based upon the analysis of psychological and pedagogical literature, the author concludes that a traditional approach in physical culture classes, used in the majority of schools, is unattractive for teenagers. They are interested in other sports, which are popular among their age mates. The conclusion is that in the current situation it is necessary to review the content of physical education (taking into account dominant motivation of school students to physical culture and sports based on gender preferences).

Keywords: *physical education, adolescents, the interest, dominant motivation, organizational and pedagogical conditions, teacher, standards.*

Физическая культура создает фундамент для полноценного развития подростков, так как содержание предмета направлено на укрепление здоровья, совершенствование двигательных умений и навыков. При систематических занятиях физической культурой «повышаются функциональные возможности организма» [5, с. 581], поднимается «настроение благодаря выработке эндорфинов» [2, с. 73], в то время как недостаток физической активности приводит к ослаблению защитных сил организма.

Дозированные физические нагрузки, их постепенное увеличение с учетом возраста и состояния здоровья подростков способствуют развитию их волевых качеств. Это, в свою очередь, оказывает благоприятное воздействие на поведение обучающихся: они становятся «менее внушаемыми, что помогает избежать негативного влияния других людей» [5, с. 581]. Таким образом, вполне закономерно, что физическая культура – неотъемлемый компонент в воспитании, обучении и развитии школьников.

Между тем, как показывают результаты экспериментальных исследований, проведенных специалистами Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма [1], современные школьники находят множество причин объективного и субъективного характера, чтобы не посещать уроки физического воспитания. В числе причин, относимых к первой группе, они называют недостаточную материально-техническую базу учебного заведения (чрезмерная загруженность спортивного зала, недостаточное количество тренажеров, отсутствие душевых).

Причины второй группы связаны с отсутствием интереса к тем упражнениям, которые предлагает выполнять на уроке учитель. Данные исследований свидетельствуют о том, что мальчикам-подросткам интересно заниматься футболом (практически пятая часть опрошенных), легкой атлетикой, баскетболом,

плаванием и прыжками в воду, единоборствами. Девочек-подростков привлекают легкая атлетика (треть опрошенных), спортивные танцы и аэробика, плавание, теннис, единоборства [1].

Как нетрудно заметить, налицо противоречие между программными требованиями к перечню осваиваемых навыков в области конкретных видов спорта и интересом подростков к иным видам физической активности. Справедливости ради стоит подчеркнуть, что программное содержание предмета предусматривает организацию игр в футбол и баскетбол, проведение эстафет и соревнований по легкой атлетике, включение элементов единоборств в качестве упражнений. Но их количество незначительно по сравнению с тем, чего бы хотели подростки.

Обозначенное противоречие позволяет сформулировать проблему: каковы организационно-педагогические условия привлечения подростков к занятиям физической культурой? Для решения проблемы, проанализируем несколько работ, авторы которых занимались осмыслением проблемы, сходной с нашей. Так, в публикации А.В. Уколова и Т.Е. Жильцовой «К вопросу о проблеме привлечения подростков старшего школьного возраста к занятиям физической культурой и спортом» указано, что решение проблемы заключается в изучении мотивации обучающихся.

Авторы статьи убеждены в том, что привлечение к занятиям невозможно без установления побудительных мотивов личности. Организовав изучение мотивационной сферы школьников, исследователи выделили четыре мотива: 1) самосовершенствование (для девочек-подростков – коррекция недостатков фигуры, для мальчиков-подростков – развитие силовых качеств), 2) самоутверждение (сравнение себя с ровесниками), 3) подражание (поступать как сверстник или старший друг), 4) приглашение (заниматься за компанию).

Также мотивы занятий физической культурой и спортом были подразделены на два типа: по преобладанию результативной или процессуальной мотивации. Если для подростков доминирующим является первый тип, то они будут ориентированы на получение высоких результатов, хотя и не всегда способны

этого добиться по причинам субъективного характера [5, с. 582]. Если же доминирующим является второй тип, то подросткам будет интересен сам процесс занятий физической культурой и спортом, поэтому они будут стремиться к участию в различных соревнованиях.

На основе проведенной работы А.В. Уколов и Т.Е. Жильцова сделали вывод о том, что проведение уроков физической культуры с подростками будет эффективным при условии, если в учебном заведении будет разработан «алгоритм привлечения к регулярным занятиям» на основе информации о мотивации школьников [5, с. 582].

Иное условие, необходимое для привлечения подростков к урокам, названо в публикации исследователя С.П. Логуткова «Рефлексивная культура педагога как фактор мотивации учащихся к занятиям физической культурой» [3]. Автор публикации обосновывает тезис о ведущей роли учителя в этом процессе. Именно от целенаправленных усилий педагога, подчеркивается в тексте работы, будет зависеть интерес школьников к урокам. Сами усилия С.П. Логуткова связывает с умением учителя осуществлять рефлекссию.

Рефлексия – это не только способность давать качественную оценку своей профессиональной деятельности, но и совокупность других умений и навыков, образующих данную компетенцию: 1) отношение в целом к выбранной профессии, 2) убедительность действий, 3) выраженность позитивного отношения к обучающимся, 4) характер сотрудничества между учителем и его воспитанниками, 5) эмоциональность объяснения материала, 6) творческий подход к организации занятий [3, с. 128].

Сформированность рефлексии, считает С.П. Логутков, является тем важным фактором, благодаря которому возможно изменить «отношение учащихся к урокам физической культуры, и, как следствие, мотивацию к занятиям» [3, с. 129]. Автор статьи выражает уверенность в том, что благодаря педагогической рефлексии учитель сможет осуществить корректирование традиционного урока с учетом интересов каждого школьника, его возрастного развития, индивидуальных особенностей, физического потенциала.

Свой вклад в развитие научных представлений о стимулировании школьников к занятиям физической культурой внес исследователь Е.М. Ревенко. В статье «Изменение критериев оценивания учащихся как условие повышения мотивации к урокам физической культуры» [4] автор пишет о том, что существующая в настоящее время система установления соответствия учебных достижений ребенка тем требованиям, которые зафиксированы в образовательных программах, нуждается в пересмотре.

Это связано с объективным изменением уровня физического развития детей, родивших в новом тысячелетии. Ухудшение экологии, нестабильность экономики, недостаточное финансовое состояние многих семей – все это оказывает влияние на состояние здоровья детей. В этой связи «единые унифицированные требования контрольных нормативов не способствуют развитию мотивации к урокам физической культуры определенной части школьников» [4, с. 131].

В качестве выхода из ситуации Е.М. Ревенко, прежде всего, предлагает перейти к применению дифференцированного подхода к обучающимся. Это означает, что, например, в начале учебного года проводятся контрольные тесты (измерение скорости, выносливости, силы, гибкости и проч.) для всего класса. По истечении некоторого времени организуются повторные замеры. Но динамика оценивается не по существующим нормативам, а по «точкам» индивидуальной траектории каждого ребенка.

Говоря иначе, Е.М. Ревенко имеет в виду, что «контрольные нормативы нужно разумно дифференцировать, и они не должны быть определяющими в контроле успеваемости, который следует осуществлять исходя из способностей и возможностей двигательной активности учащихся» [4, с. 132].

На основе сказанного становится понятным, что не существует сходных позиций относительно создания организационно-педагогических условий привлечения подростков к занятиям физической культурой. Они будут зависеть от особенностей конкретного учебного заведения, которое, тем не менее, должно учитывать и характер мотивации школьников, и умение учителя осуществлять рефлексию, и изменение подхода к нормативным требованиям.

Список литературы

1. Акулов А.М. Спортивные интересы подростков и возможность их реализации в условиях городского муниципалитета // Физическая культура: научно-методический журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N2/p9-11.htm> (дата обращения: 26.12.2016).
2. Голубятникова М.В. Как привлечь студентов к занятиям физической культурой // Science Time. – 2014. – №9. – С. 72–76.
3. Логутков С.П. Рефлексивная культура педагога как фактор мотивации учащихся к занятиям физической культурой // Психология и педагогика: современные методики и инновации, опыт практического применения. – Липецк, 2014. – С. 125–132.
4. Ревенко Е.М. Изменение критериев оценивания учащихся как условие повышения мотивации к урокам физической культуры // Образование и наука. – 2016. – №1 (30). – С. 118–132.
5. Уколов А.В. К вопросу о проблеме привлечения подростков старшего школьного возраста к занятиям физической культурой и спортом / А.В. Уколов, Т.Е. Жильцова // Молодой ученый. – 2014. – №1 (60). – С. 581–583.

Шамаева Галина Ивановна – преподаватель ГБОУ Школа №285 им. В.А. Молодцова, Россия, Москва.

Shamaeva Galina Ivanovna – teacher SFEI V.A. Molodtsov School №285, Russia, Moscow.
