

## ИССЛЕДОВАНИЕ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

**Курбатова Т.А.**

*ФГБОУ ВПО «Мурманский государственный гуманитарный университет»*

(183720, г. Мурманск, ул. Капитана Егорова, д.15), e-mail: [Severomorck@yandex.ru](mailto:Severomorck@yandex.ru)

В статье рассматриваются возможности формирования и развития интереса младших школьников к урокам физической культуры. Обозначены основные уровни становления интереса, гендерные различия в интересах, возрастные особенности развития интереса, факторы повышения эмоциональности урока, средства и методы организации уроков физической культуры, анализируются основные ошибки учителя физической культуры при постановке задач урока, раскрывается роль средств наглядности в развитии интереса школьников к урокам, актуализируется внимание на формировании результативных мотивов.

Интерес к урокам физической культуры у младших школьников можно сформировать только в том случае, если: учебно-воспитательный процесс будет строиться с учетом возрастных особенностей; формирование интереса к урокам будет опираться на личностно-ориентированный подход; в учебно-воспитательном процессе будут активно использоваться творческие задания.

**Ключевые слова:** интерес к занятиям физической культурой, младшие школьники, мотивация, физические упражнения.

## STUDYING OF INTEREST OF YOUNGER STUDENTS TO EMPLOYMENT BY PHYSICAL TRAINING

**Kurbatova T.A.**

*Federal state budget educational institution of higher education «Murmansk State Humanities University»* (183720, Murmansk, st. Egorov, 15), e-mail: [Severomorck@yandex.ru](mailto:Severomorck@yandex.ru)

In article possibilities of formation of interest of younger students to lessons of physical training are considered. Levels of development of interest, gender distinctions in interests, age features of interest, factors of increase spirituality a lesson, means and methods of the organization of lessons of physical training, the basic mistakes of the teacher of physical training at statement of problems of a lesson are analyzed, the role of presentation in progress of interest of students to lessons reveals, the attention to formation of productive motives is staticized.

Interest to lessons of physical training at younger students can be generated if: process of training will be under construction in view of age features; formation of interest to lessons will lean on the personal approach; creative tasks will be actively used.

**Ключевые слова:** interest to employment by physical training, younger students, motivation, physical exercises.

Существенная роль в развитии личности принадлежит физическому воспитанию. В настоящее время физической культурой и спортом 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 [3, С. 104].

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 [4].

В рамках исследования изучались возможности использования творческих заданий для формирования и развития интереса младших школьников к урокам физической культуры.

Интерес – это осознанное положительное отношение к чему-либо, побуждающее человека проявлять активность для познания интересующего объекта [1]. В психологии интерес характеризуют рядом определенных качеств: широта (круг интересов), глубина (степень интереса), устойчивость (продолжительность сохранения интереса), мотивированность (преднамеренность интереса), действенность (проявление активности для удовлетворения интереса) [1, С. 111]. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом – не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых гигиенических знаний и первого знакомства с физическими упражнениями до глубоких психофизиологических знаний и интенсивных занятий спортом [6, 7].

Интерес проявляется на разных уровнях, и признаки его проявления могут быть различными в зависимости от возраста занимающихся. Можно выделить несколько уровней становления интереса [7]:

1 уровень: активное включение в выполнение заданий; жадное восприятие показа и объяснения упражнений; сильная сосредоточенность на заинтересовавшем упражнении; отсутствие отвлечений; возникновение вопросов в процессе двигательной деятельности; желание как можно дольше выполнять упражнения; оживление школьников, проявления радости; блеск глаз; напряженность и устремленность вперед, желание лучше видеть и слышать.

2 уровень (особенности поведения и деятельности учащихся вне урока): после урока ученики активно задают вопросы учителю, высказывают собственные суждения по интересующей проблеме; беседуют и спорят, добровольно берут на себя обещания самостоятельно тренироваться дома.

3 уровень (особенности образа жизни, возникающие под влиянием интереса к тем или иным видам физкультурно-спортивной деятельности): занятия физкультурно-спортивной деятельностью в свободное от школы время, посещение соответствующих кружков и спортивных секций.

Перед современным 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, получали удовлетворение от уроков.

Интересы учащихся к урокам физической культуры отличаются разнообразием: стремление укрепить здоровье, сформировать тело, развить физические и психические качества (волю и т.д.). Важно отметить, что интересы девочек и мальчиков также отличаются: девочки чаще желают формировать красивую фигуру, развивать гибкость, совершенствовать изящество движений, походку и т.п.; мальчики, как правило, хотят развивать силу, выносливость, быстроту и ловкость [9, С. 190].

Привлекательность физической культуры имеет и характерные возрастные особенности. Младшими школьниками управляет, прежде всего, интерес к двигательной активности вообще (на основе первичных мотивов). Они и без уроков физической культуры любят бегать, прыгать и играть. Активность учащихся во многом зависит от многих факторов, основными из которых являются: правильная постановка задач урока, создание положительного эмоционального фона, оптимальная загруженность школьников на уроке.

Создание положительного эмоционального фона на уроках физической культуры имеет исключительное значение. Как правило, эмоциональный фон формируется у школьников еще до начала урока и должен сохраняться на всем его протяжении. Однако, он может меняться по ходу занятия. Это зависит от самочувствия учеников, их интереса к физической

культуре как к предмету, к физическим упражнениям, конкретному уроку или личности учителя, от оценок их деятельности, настроения, поведения и самочувствия учителя.

Существует несколько основных факторов, способствующих повышению эмоциональности урока и вызывающих радость у школьников, выполняющих физические упражнения:

1. Обстановка на уроке и поведение учителя существенно влияют на эмоциональность занятий, иногда превращая все дело в шутку. Урок физической культуры всегда приносит удовлетворение и радость, если школьники двигаются, а не сидят, скучая на скамейках, если они видят учителя в хорошем настроении, понимают его шутки, знают и наглядно ощущают результаты своего труда. Излишняя возбужденность учителя (суетливость, шумливость), приводит к повышению неорганизованной активности учеников. Важно, чтобы строгость, точность и четкость действий учителя перемежались улыбками, словами поощрения учеников за их успехи, подбадриванием их при временных неудачах.

2. Использование игрового и соревновательного методов, в силу их психологических особенностей, всегда вызывает у школьников сильную эмоциональную реакцию. Сильные эмоции по своей природе долго затухают после окончания игры или соревнования, поэтому использовать эти методы на уроке следует, определив их место, форму и меру [5, С. 187].

Существует множество способов разнообразить средства и методы, используемые для организации уроков: фронтальная, групповая или круговая организация занятий; включение новых физических упражнений (например, для развития одного и того же физического качества можно использовать разные по содержанию упражнения); смена обстановки, условий урока (переход из спортивного зала на воздух, музыкальное сопровождение ходьбы, бега, общеразвивающих упражнений в вводной части урока).

Исследователи проблем, связанных с изучением проявлений активности школьников на уроках физической культуры, отмечают снижение учебной активности у учащихся из-за того, что учитель допускает ошибки при постановке задач урока. Наиболее типичными из них являются следующие: учитель перечисляет упражнения, которые будут выполнять ученики на уроке, вместо того чтобы поставить задачу, которую следует решить; задача, которая ставится учителем, значима для него, а не для учеников; учитель ставит неконкретную задачу («научиться метать», «будем учиться играть в баскетбол»); учитель ставит непривлекательные задачи для учеников; конкретная и грамотно сформулированная задача не всегда приводит к желаемому результату (важно, чтобы учебная задача была связана с интересами школьников и их потребностями); учитель ставит перед учениками задачу, недостижимую в пределах одного урока.

Это создает у школьников впечатление, что усилия, которые они затратят на данном уроке, напрасны. Оптимальная загруженность учащихся на уроке может быть достигнута рядом специальных организационно-дидактических мер, основными из которых являются:

1) устранение ненужных пауз на уроке, которое осуществляется несколькими способами: обеспечив спортивным инвентарем всех членов учебной группы; выполняя с учениками в паузах подготовительные и подводящие упражнения; поручая ученикам наблюдение за качеством выполнения упражнений одноклассниками;

2) осуществление постоянного контроля учителя за учениками в процессе всего урока (школьники предупреждены, что все их действия и поведение будут оценены, причем оценивается не только уровень знаний, умений и навыков, приобретаемых ими на уроке, но и их активность, внимательность и дисциплинированность);

3) включение в учебную деятельность всех учеников, даже тех, которые освобождены от выполнения физических упражнений.

Известно, что идеомоторная тренировка не только способствует формированию двигательных умений, но и развивает (в незначительной степени) физические качества. Освобожденных учеников следует привлекать к судейству, использовать в роли помощников-организаторов.

Поддержание интереса и целеустремленности у школьников во многом зависит от того, испытывают ли они удовлетворение на уроке физической культуры при занятиях физическими упражнениями. П. К. Дуркин считает, что формирование интереса к занятиям физической культурой должно основываться на передовых методах обучения, в максимальной степени способствующих эффективному проведению занятий при высоком уровне их привлекательности. [8]

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, обращенную к области познания, к ее предметной стороне и самому процессу овладения знаниями. Познавательный интерес многозначен и может влиять на процесс освоения учебного материала по-разному: 1) выступать как внешний стимул процесса освоения, как средство активизации всего процесса; 2) действовать как мотив познания, влияя на освоение учебного материала, соприкасаясь и взаимодействуя при этом с другими мотивами.

Учитывая это, необходимо постоянно осуществлять стимуляцию познавательных интересов. Уже в начальных классах необходимо учить детей наблюдать за своим организмом, учить их делать правильные выводы: например, после бега у человека учащается пульс, а если человек находится в покое, то пульс восстанавливается, что это

значит? При освоении новых движений полезно предлагать детям найти, где они их используют в повседневной жизни: например, лазание по гимнастической стенке – лазание по деревьям; ходьба по бревну – ходьба по бортику тротуара, когда обходим лужу; прыжок в высоту – преодоление препятствия и т.д. Если дети не справились с этим заданием, учитель вместе с ними ищет примеры в окружающем мире. Для этого подчас в начальных классах проводят уроки-экскурсии, цель которых – применить изученное движение на практике. Для таких уроков «оборудуются» полоса препятствий, лучше всего в лесу или парке, в естественных условиях (преодоление поваленных деревьев, перепрыгивание через лужи, прыжки с небольшой высоты и т.д.) Если нет возможности, то полосу препятствий можно соорудить на спортивной площадке школы и после ее прохождения предложить детям проанализировать, какие движения были ими использованы в ходе преодоления препятствий.

Исключительно важно применение средств наглядности, учебных карточек и стендов, технических средств обучения. Наглядность – 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.

Обязательным условием успешного формирования у школьников активного, устойчивого интереса к физической культуре является формирование результативных мотивов. Без ориентации на результат двигательная активность школьников неэффективна.

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; определенное место в спортивных соревнованиях; конкретные показатели в тестах; возрастные показатели выполнения отдельных упражнений и т.д.

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 определен индивидуальный доступный результат, достижение 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.

При развитии интереса младших школьников к урокам физической культуры важно иметь четкий план на весь учебный год, в котором задачи физического воспитания должны решаться в комплексе и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, трудового и эстетического воспитания. Для поддержания активного интереса к физической культуре необходимо систематически предоставлять школьнику информацию, раскрывающую важность того или иного упражнения, как при обучении движению, так и при его совершенствовании.

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.

Необходимо, чтобы занятия физической культурой доставляли детям радость, поддерживали хорошее настроение, побуждали к самостоятельности. Для поддержания и закрепления интереса младших школьников к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни нужно привлекать и родителей, которые будут помощниками своим детям на спортивных викторинах и праздниках.

Современный урок физической культуры должен обеспечивать единство обучения, воспитания и развития учащихся, ставить задачи воспитания потребности систематически заниматься физическими упражнениями. Чтобы добиться этого, мало разнообразить методы, средства и формы организации обучения, создавать игровые и соревновательные ситуации, необходимо реализовать межпредметные связи, которые подталкивают к поиску нетрадиционных форм, методов и средств проведения урока. И здесь важное значение имеет индивидуально-личностный подход.

Результаты проведенного исследования позволяют сделать вывод об уровне сформированности интереса младших школьников к урокам физической культуры: 1) младший школьный возраст является сенситивным к началу многоступенчатого процесса формирования интереса к физической культуре; 2) поддержание интереса и целеустремленности у младших школьников во многом зависит от того, испытывают ли они удовлетворение на уроке физической культуры, и формируется ли у них удовлетворенность занятиями физическими упражнениями; 3) формирование интереса к занятиям физической культурой у младших школьников должно опираться на учет индивидуальных особенностей занимающихся; 4) стимулирующий эффект оценки по предмету «физическая культура» проявляется, если она объективна, всесторонняя, дифференцирована и индивидуально обоснована; 5) формирование интереса к урокам физической культуры у младших школьников представляется значимым, так как сформированность интереса позволяет получать необходимую физическую нагрузку, преодолевать отрицательные проявления

гиподинамии и предупреждать умственное переутомление путем систематического выполнения физических упражнений; 6) уровень сформированности интереса к физической культуре у младших школьников, посещающих внеклассные спортивные мероприятия выше, чем у остальных учащихся начальной школы, не посещающих спортивные кружки.

Интерес к урокам физической культуры у учащихся младшего школьного возраста можно сформировать только в том случае, если: 1) учебно-воспитательный процесс будет строиться с учетом возрастных особенностей; 2) формирование интереса к урокам физической культуры будет опираться на личностно-ориентированный подход; 3) в учебно-воспитательном процессе будут активно использоваться творческие задания, способствующие комплексному формированию интереса к урокам физической культуры у детей младшего школьного возраста.

### Список использованной литературы

1. Бальсевич, В. К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (К проблеме развития физкультурного знания) [Текст] / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры / Под ред. В. К. Бальсевич. – М. : Новое время. – 2009. – № 7. – 120 с.
2. Бальсевич, В. К. Физическая культура : молодежь и современность / В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева / Теория и практика физ. культуры [Текст] / Под ред. В. К. Бальсевич. – М. : Новое время. – 2008. – № 4. – 198 с.
3. Выдрин, В. М. Физическая культура и ее теория [Текст] // Теория и практика физической культуры / М. В. Выдрин. – М. : Новое время. – 2007. – №5. – 139 с.
4. Гогун, Е. Н. Психология физического воспитания и спорта [Текст] : Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Е. Н. Гогун, Б. И. Мартъянов. – М. : Академия. – 2009. – 160 с.
5. Давыдова, Л. И. Настроение [Текст] / Л.И. Давыдова. – М. : Начальная школа. – 2004. – №7. – С. 187.
6. Дуркин, П. К. Интерес к занятиям физической культурой и спортом как фактор формирования ЗОЖ [Текст] / П.К. Дуркин. – М. : Физическая культура в школе. – 2009. – №2. – С. 206.
7. Дуркин, П.К. Научно-методические основы формирования у школьников интереса к физической культуре [Текст] : Автореф. дисс. д-ра наук / П. К. Дуркин // Архангельск : Трикта. – 2007. – С. 43.
8. Лебедева, Н. Т. Повышение оздоровительной направленности физического воспитания младших школьников [Текст] / Н. Т. Лебедева. – Минск : ФИЗО. – 2009. – 249 с.