

«Повышению мотивации учащихся к занятиям физической культурой»

Е.А. Базрова, преподаватель, руководитель физвоспитания
ГОБПОУ «Грязинский технический колледж»,

Грязи (Россия)

В результате научно-технического прогресса резко снизилась двигательная активность детей. Сейчас в особом почёте телевидение и компьютерные игры. Интенсивные учебные нагрузки на детский организм ухудшают здоровье. Всё это свидетельствует о том, что система образования в нынешнем её виде превратилась в мощный патогенный фактор различных заболеваний, нарушающих нормальное протекание важных психофизиологических процессов (мышления, умственной работоспособности, внимания, памяти). Очевидно то, что эффективным средством решения многих проблем выступает физическое воспитание.

Что можно сделать для оптимизации оздоровительного, развивающего и образовательного компонентов в рамках новой, многогранной роли физической культуры?

Ключевым звеном организации учебно-воспитательного процесса по физической культуре является мотивационно - ценностная сфера учащихся. Она отражает внутреннее желание и интерес обучающихся к занятиям, их активное, осознанное отношение к учению. Только при наличии глубоких побуждений и мотивов их учебная деятельность будет протекать эффективно.

Мотивация формируется на основе естественной потребности студента в движениях, в новых впечатлениях, в новой информации. Мотивацию определяют не только мотивы занятий физическими упражнениями (учебно-познавательные, результативные, процессуальные, отметочные, благополучия, должностования, социально значимые мотивы и мотивы избегания неприятностей), но и цели, эмоции, смысл занятий физическими упражнениями (общественный и личностный), а также другие интересы, выступающие в роли мотивов занятий физической культурой. Интерес при своём развитии превращается в новую, вторичную, духовную потребность - в физическом совершенствовании, на основе которой возникают новые мотивы и интересы.

Интересы различают эпизодические и постоянные. Эпизодические интересы возникают и сохраняются лишь в процессе конкретной деятельности, в конкретных условиях. После её прекращения они угасают. Постоянные интересы не зависят от конкретных условий. Они характеризуются тем, что побуждают к деятельности в интересующей человека области даже тогда, когда условия для этого неблагоприятны. Именно постоянные, устойчивые интересы играют основную роль в поддержании и развитии активности. Их называют ещё интересами действия, лежащими в основе активной, целеустремлённой деятельности, связанной с усилиями, с преодолением

препятствий. Поэтому такие интересы являются важным условием в развитии таких определяющих качеств личности, как целеустремлённость, настойчивость, трудолюбие.

Интерес же к занятиям физической культурой определяется степенью сознательного проявления двигательной активности учащихся. Активность рассматривается как проявление преобразовательного отношения субъекта к окружающим явлениям, предметам и к самому себе. Без этого признака можно говорить лишь о моторности, что отнюдь не тождественно понятию активности. Например, студент может выполнять упражнения под команду учителя или по его распоряжению, не проявляя при этом собственной активности.

Необходимо учитывать и факторы, которые оказывают преимущественное влияние на отношение учащихся к занятиям физической культурой:

- ✓ личность учителя физической культуры;
- ✓ однокурсники и друзья;
- ✓ примеры из жизни выдающихся спортсменов;
- ✓ родители.

Проанализировав изложенное, можно представить иерархию основных личностных образований школьника и место в ней потребностей, мотивов и интереса как психологических механизмов превращения общественных ценностей физической культуры в личные ценности учащихся. Есть уверенность, что высшей степенью всех описанных мотивационных процессов, является любовь к физической культуре. Для этого необходимо создать условия всем участникам образовательного процесса во главе с учителем физического воспитания.

Учитывая теоретическое обоснование данной проблемы и опыт работы, выработаны методические рекомендации по созданию условий для формирования мотивационно-ценностного отношения учащихся к физической культуре.

Методы и приёмы, применяемые в урочной деятельности:

➤ **Целеполагание и рефлексия.** Процесс целеполагания вызывает искренний интерес, подлинную увлечённость, формирует их творческое сознание. Рефлексия конкретизирует в сознании учащихся смысл их собственной деятельности и определяет направленность целевых установок.

➤ **Современные педагогические технологии** системно выполняют активизирующую и развивающую функцию.

➤ **Экспресс - обучение двигательным умениям и навыкам.** Одной из причин снижения интереса учащихся к занятиям физической культурой называют неудачное выполнение двигательного задания. Решить эту проблему можно совершенствованием методики обучения умениям и навыкам,

оптимально сочетая комплекс подготовительных и подводящих упражнений с идеомоторным представлением. Мотивы должны обязательно подкрепляться ситуацией успеха.

- **Демонстрация упражнений учителем.** Объяснение новых упражнений нужно обязательно сочетать с показом. Это вызывает положительные эмоции.
- **Соревновательно-игровой метод** необходимо системно применять на уроках. Дух состязаний и непредсказуемость результата стимулируют интерес и активизируют деятельность при выполнении физических упражнений.
- **Вариативность упражнений.** Специфика уроков физкультуры – многократные повторения, отработка двигательного навыка. Всё это снижает желание у учащихся выполнять специальные задания. Удерживать внимание и интерес ребят поможет многообразие упражнений.
- **Самостоятельная работа** на уроке воодушевляет и стимулирует студентов.

Внеурочная деятельность обладает более широким спектром положительного воздействия на отношение учеников к физической культуре. Разнообразие физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых форм занятий развивает у детей устойчивый интерес к посещению спортивных залов и площадок. Основные виды внеурочной деятельности:

- ✓ физкультминутки и игровые перемены;
- ✓ спортивные кружки и секции;
- ✓ спортивные соревнования;
- ✓ сдача тестов комплекса ГТО;
- ✓ спортивные праздники;
- ✓ дни здоровья;
- ✓ дополнительные учебные курсы.

Дополнять это должны сопутствующие организационно-воспитательные мероприятия:

1. Судейско-инструкторская подготовка физического актива колледжа.
2. Беседы и лекции на физкультурно-спортивную тему.
3. Ремонт и уборка спортивного зала. Известно, что общественно-полезный труд имеет большое воспитательное значение.
4. Вовлечение учителей и родителей в совместные соревнования, конкурсы, викторины.
5. Освещение спортивных достижений колледжа в СМИ.
6. Организация участия школьников в спортивной жизни района (города) и посещения ими соревнований высокого уровня.

7. Привлечение известных спортсменов к проведению соревнований и агитационных мероприятий.

Результат представленной системы, апробированной в профессиональной деятельности: созданы условия для развивающей образовательной среды с высоким уровнем мотивации к занятиям физической культурой.

Использованная литература.

Гелецкая Л. Н.. Физическая культура студентов специального учебного отделения / - Красноярск : Сибирский федеральный университет, 2014. - 220 с. - ISBN 978-5-7638-2997-6. <http://znanium.com/go.php?id=511522>

Виленский М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура (СПО) / - Москва :КноРус, 2015. 214. - ISBN 978-5-406-04313-4. <http://www.book.ru/book/916506>

Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физическая культура (СПО) / - Москва : КноРус, 2016. - 256. - ISBN 978-5-406-04754-5. URL: <http://www.book.ru/book/918488>