

# ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ПОЛОЖИТЕЛЬНО АКТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ УЧАЩИХСЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**Уткина Татьяна Валерьевна,**

*кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой естественно-математических дисциплин ГБУ ДПО «Челябинский институт переподготовки и повышения квалификации работников образования», г. Челябинск, e-mail: tvutkina@bk.ru*

**Васильева Надежда Ивановна,**

*преподаватель кафедры естественно-математических дисциплин, г. Челябинск, e-mail: vas-i-nad@mail.ru*

В СТАТЬЕ РАССМАТРИВАЮТСЯ СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ: ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ, ПРЕОБРАЗОВАНИЕ ОТРИЦАТЕЛЬНО-НЕГАТИВНОГО ОТНОШЕНИЯ УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ НА ПОЛОЖИТЕЛЬНО АКТИВНОЕ, БЕРЕЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К УКРЕПЛЕНИЮ СОБСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И ВЕДЕНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ. РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ АВТОРЫ ВИДЯТ В ИСПОЛЬЗОВАНИИ МЕТОДОВ И СРЕДСТВ, НАПРАВЛЕННЫХ НА РАЗВИТИЕ ПОТРЕБНОСТНО-МОТИВАЦИОННОЙ СФЕРЫ ШКОЛЬНИКА, СПОСОБСТВУЮЩИХ СОЗДАНИЮ УСЛОВИЙ ФИЗИЧЕСКОГО САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ЧЕРЕЗ ДВИГАТЕЛЬНУЮ АКТИВНОСТЬ.

- мотивация • потребность • двигательная активность • дифференцированный подход
- положительно активное отношение

Основные проблемы в области физического воспитания возникают в процессе формирования у учащихся естественной потребности в занятиях физической культурой, положительно активного отношения ко всем видам физической деятельности, к укреплению и сохранению собственного здоровья [1]. В настоящее время прослеживается тревожная тенденция к снижению уровня физической подготовленности учащихся, низкая мотивация или полное её отсутствие к урокам физической культуры, нежелание использовать ценности физической культуры для ведения здорового образа жизни на благо укрепления здоровья. Результатом этого противоречия стал очевидный факт ухудшения состояния здоровья учащихся. Многие учёные отмечают, что основными причинами снижения удовлетворённости уроками физической культуры являются: дефицит эмоциональности занятия, малоинтересные выполняемые упражнения, недостаточная либо крайне избыточная физическая нагрузка, мало-

грамотная организация занятия. Учащиеся, не получившие удовлетворения от урока, в большинстве случаев приходят на них только для того, чтобы избежать неприятностей и получить оценку. И напротив, те ученики, которые пережили состояние удовлетворённости на уроке физической культуры, работают ради личного физического совершенствования. В связи с этим перед учителями физической культуры стоит серьёзная цель — разработать новую стратегию в области преподавания учебного предмета и реализовать её. Отличительной чертой этой стратегии должны стать: адекватность содержания процесса воспитания физической культуры личности с учётом индивидуальных особенностей, соотношение показателей физического состояния, соответствие форм двигательной активности способностям и возможностям любого учащегося. Для достижения цели со всей очевидностью вытекает необходимость решения ряда задач по воспитанию у учащихся мотивационно-ценностного

отношения к физической культуре, физических качеств, развитию двигательных способностей, совершенствованию всех видов физкультурно-спортивной деятельности и формированию культуры здорового образа жизни [2]. Так как, по мнению М.Я. Виленского [3] и др., основополагающим в структуре физической культуры является мотивационный компонент.

Впервые термин «мотивация» употребил А. Шопенгауэр в своей статье «О четверояком корне закона достаточного основания» [4]. Мотивация (от лат. *movere* или от ит. *motivazione*.) — побуждение к действию, «психофизиологический процесс, который управляет поведением человека, способный задавать его направленность, организацию, активность и устойчивость; умение человека удовлетворять собственные потребности» [5]. Правильно понимая, на основании каких мотивов происходит действие или, напротив, бездействие, можно найти ключи к эффективному управлению формированию личности. При формировании мотивации к физической культуре у учащихся появляется потребность в двигательной активности и использовании ценностей физической культуры для приобретения навыков здорового образа жизни как социального явления. И, наоборот, при удовлетворении потребности формируется положительная мотивация к физической активности. Из чего вытекает, что потребностно-мотивационная область является основным фактором в воспитании и возникает на базе социально-психологического, умственного и физического (двигательного) воспитания. Г.Д. Горбунов включает в данный комплекс: потребность в деятельности, активности, потребность в движении, потребность в реализации рефлексов цели и свободы, потребность в соперничестве, соревновании, самоутверждении, потребность быть в группе, общаться, потребность в новых впечатлениях [6]. Следует отметить, что одним из наиболее важных вопросов физической культуры остаётся формирование потребности в личном физическом совершенствовании. И для достижения этой задачи наиболее целесообразно использовать дифференцированный подход, с учётом интересов и возможностей каждого ученика, с целью развития устойчивого навыка к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

Мотивация носит дифференцированный характер, в связи с тем, что находится в глубине сознания учащегося, имеет «персональный» характер и, вызывая человека к определённым действиям, может зависеть от огромного количества факторов. Ими могут быть: особенности воспитания в семье, школе; материально-техническая база школы; личность и авторитет учителя, его педагогическое мастерство, социальное окружение, физическая и техническая подготовленность самих учащихся. При успешной реализации мотивов у учащегося появляется эмоциональный подъём и желание продолжать занятия самостоятельно.

При формировании мотивации учащихся к занятиям физической культурой ясно, что интересы мальчиков и девочек различны. Предметом мечтаний девочек часто становятся красивая и стройная фигура, гибкость, изящество движений, грациозная походка. В то время как для мальчиков важны другие качества: сила, выносливость, быстрота, ловкость, прочие мужские достоинства. Интересы обычно возникают на основе мотивов и целей физкультурно-спортивной деятельности, которые связаны с:

- 1) удовлетворением процессом занятий (моторная плотность занятия, оптимальная загруженность, эмоциональность, новизна, разнообразие приёмов, общение);
- 2) результатами занятий (какие приобрёл знания, навыки, умения, получилось ли испытать себя, улучшить свой результат);
- 3) перспективой занятий (улучшение здоровья, получение новых умений, знаний).

При этом необходимо помнить, что каждый ребёнок должен быть настроен на доступный и реальный для него результат, за который выносятся оценка учителем, одноклассниками, родителями и который воспринимается как успех. Для повышения мотивации к обучению важно создать для учащихся на уроке ситуацию успеха, для этого необходимо отмечать все положительные сдвиги в развитии ребёнка, а при анализе ошибок проявить педагогический такт и избегать запугивающих высказываний. Задача сохранения здоровья детей подразумевает выбор средств и форм обучения, которые не вредят физическому, психическому и духовному здоровью детей, а способствуют его сохранению [7].

Если же учащийся не имеет определённых целей в физкультурно-спортивной деятельности, то он не может проявить интереса к ней. Для достижения более высокого уровня мотивации учащихся целесообразно использовать дифференцированный подход. Например, на уроках гимнастики при выполнении кувырка назад (обучение технике) максимальная задача — овладеть техникой. Сильному ученику, быстро освоившему движение, предлагается выполнить его из разных исходных положений или приходиться после кувырка в разные конечные положения. Причём сильный ученик всегда помогает при выполнении данного упражнения слабому. По окончании выполнения задания при любом результате учитель находит повод похвалить учащихся.

Поддержание устойчивого интереса и положительно активного отношения учащихся во многом зависит от состояния удовлетворённости, полученного во время занятий физическими упражнениями.

В качестве эффективного метода можно использовать проведение мониторинга уровня физической подготовленности не только в начале и в конце учебного года, но и, если есть возможность, показать учащимся данные на протяжении нескольких лет. Продемонстрировать положительную динамику уровня двигательной подготовленности, дать возможность сравнить, проанализировать, показать взаимосвязь с регулярными занятиями физической культурой и спортом как на уроках в школе, так и вне её стен. Состояние удовлетворённости может поддерживаться простой похвалой учителя и положительной оценкой за урок, признанием сверстников.

Для сохранения положительно активного отношения к урокам физической культуры важно постоянно обеспечивать учащихся информацией о значимости и влиянии конкретного физического упражнения на организм — как при обучении движению, так и при работе над совершенствованием движений. Нередки случаи внезапного возникновения потребности у учащихся в двигательной активности. Так, на уроке физической культуры учитель дал задание двум непоседам, имеющим освобождение от уроков, измерить силу обеих кистей динамометром. Это было сделано с одной це-

лью — занять учащихся, чтобы не отвлекали одноклассников, но неожиданно оно вызвало живой интерес у ребят. Учитель в конце урока дал им домашнее задание на неделю — упражнения с кистевым эспандером и отжимания от пола. Через неделю мальчики с нескрываемым интересом проверили свою силу на приборе, результат приятно удивил их.

Далее потребность ребят увеличивалась. Учитель предложил им закачать приложение PullUps на смартфон. С помощью этого приложения учащиеся получили возможность не только контролировать техническую правильность выполняемых упражнений, но и видеть, сколько упражнений было выполнено в течение дня, недели. Они стали анализировать личные результаты, определять сильные и слабые стороны самостоятельных занятий, для обмена информацией о достигнутых результатах создали группу в соцсетях. В течение месяца к ним присоединились ещё четверо одноклассников. Таким образом, учитель смог чутко заметить состояние удовлетворённости учащихся, моментально среагировать и создать атмосферу заинтересованности, делая ставку на результат, помог преобразовать потребность в мотивацию, т.к. интерактивные задания способствуют лучшему освоению основной образовательной программы и достижению личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся [8].

Группы, создаваемые для работы при дифференцированном подходе, как правило, нестабильны и гибки. Они формируются в зависимости от совпадающих потребностей учащихся — это спринтерский бег (лёгкая атлетика), различные упражнения с мячом (баскетбол, волейбол); при освоении другой темы состав группы в соответствии с интересами изменится. При этом мотивы, заставляющие учеников самостоятельно заниматься физическими нагрузками, могут быть самыми разнообразными: повальное увлечение модными или престижными видами спорта, недовольство своей фигурой, избыточный вес, занятия «за компанию». В этом случае выбор определяют дружеские отношения, симпатии и общие интересы в общении. Но мы считаем, что мотив «ведение здорового образа жизни» (или умение грамотно

организовать активный досуг) имеет преимущество перед всеми другими, т.к. является базой, закладывающей основы здоровья и физической активности на протяжении всей жизни, поддерживает активное, позитивное моральное состояние. А формировать эту мотивацию необходимо в период школьного возраста посредством комплексного воспитания.

По нашим наблюдениям, некоторые учащиеся, осознав потребность в физической активности, приступают к самостоятельным занятиям разными видами физической деятельности. При этом им нужны консультации и практические советы при выборе гимнастических упражнений, несложных силовых упражнений, при освоении основных шагов аэробики, приёмов самообороны. На этом этапе педагогу необходимо спроектировать мотивацию к самостоятельным занятиям в качестве домашнего задания. В данном случае как метод воздействия может быть использован захватывающий рассказ, яркие позитивные эпизоды из жизни известных людей, которые занимались самостоятельно и достигли высоких результатов, специальная литература, упражнения, тестирующие организм на подготовленность к тренировкам в определённом виде спорта. Очень важно, чтобы учащийся прочувствовал в создавшейся обстановке заинтересованность в самостоятельных занятиях. Как только он проявил особый интерес к самостоятельным занятиям физическими действиями, важно укрепить сложившуюся мотивацию и внести корректировки в выполнение домашнего задания.

Но надо признать, что мотивация «за здоровый образ жизни» прорисовывается очень редко. Очевидно, у школьников в этом возрасте нет необходимости думать о пошатнувшемся здоровье, хотя главная ошибка заключается именно в этом: многим взрослым впоследствии приходится наверстывать утраченное время и здоровье. А для того чтобы этого не случилось, необходимо мотивировать учащихся на выполнение самостоятельных упражнений с раннего возраста и на весь курс обучения в образовательных организациях.

Дифференцированный подход с учётом индивидуальных потребностей учащихся

к различным видам спорта реализовать на уроках физической культуры достаточно сложно, т.к. урочная система имеет конкретный программный характер с чётким делением на разделы. Решение этой проблемы можно перенести на занятия внеурочной деятельности, спектр которых достаточно широк и позволяет составить программу с учётом потребностей учащихся.

Стимулом для посещения занятий по физической культуре может являться возникающая потребность в соперничестве, соревновании, во время проведения внеурочных мероприятий — состязании внутри школы по спортивным играм. Потребность в самоутверждении ведёт ребёнка дальше, он хочет играть лучше — идёт в специализированную спортивную секцию. В спортивной секции круг общения расширяется, появляется возможность удовлетворить потребность в самореализации. Постепенно ученик из сборной команды класса попадает в сборную команду школы, получает заслуженное уважение сверстников.

Следует отметить, что положительно-эмоциональный фон на занятиях физической культурой создают различные игровые технологии, применение которых остаётся актуальным на всех ступенях школьного образования при развитии физических качеств, при обучении двигательным умениям и навыкам (подвижные игры, волейбол, баскетбол, футбол и пр.). Игровые виды деятельности могут включать в себя различные подвижные и спортивные игры, упражнения соревновательного характера, эстафеты и др. Игры всегда приносят удовольствие и радость, являются источником хорошего настроения, дают возможность для снятия стресса, преодоления страха, инициативы и личной активности. Всё это ведёт к повышению интереса к занятиям физической культурой.

Следует отметить, что положительно-эмоциональный фон занятия является важным фактором при формировании двигательной активности. Чем он выше, тем больше возрастают инициативность, самостоятельность и личная активность учащихся. При этом надо учитывать, что положительно-эмоциональный фон

не может находиться на одном уровне на протяжении всего урока, он зависит от многих факторов и может меняться от состояния учащегося, его интереса к физической деятельности и оценивания этой деятельности.

Таким образом, исходя из вышеизложенного, можно с достаточной определённо-стью сказать, что повысить мотивацию к занятиям физической культурой возможно [4]:

- 1) При допустимости выбора учащимися вида спорта и возможности занятия им в процессе планового учебного процесса;
- 2) При решении задач методического плана — создание современных технологий обучения в области физической культуры, обновление учебно-методических комплексов и программ мониторинга состояния физической подготовленности учащихся с учётом современных образовательных технологий, включая цифровые, помогающие педагогу получать знания оперативно из различных источников [9].

Все обозначенные выше проблемы мотивационного характера отражены в Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура», в которой они представлены в несколько расширенной версии.

1. Несоответствие личностных интересов учащихся и содержания программ учебного предмета, где виды двигательной деятельности в большинстве случаев не удовлетворяют современным запросам молодёжи.

2. Несовершенство механизмов, позволяющих формировать у учащихся навыки самостоятельной учебной деятельности с учётом уровня их физического развития, физической подготовленности, индивидуальных особенностей здоровья и интересов.

3. Неэффективность механизмов использования сетевой формы реализации образовательных программ общего образования (в том числе во внеурочной деятельности) и образовательных программ дополнительного образования, ресурсов физкультурно-спортивных и иных организаций для осуществления обучения и воспитания учащихся. □

## Литература:

1. *Виленский М.Я.* Философско-педагогические основы формирования культуры учителя физкультуры / М.Я. Виленский // Педагогическое образование и наука. — 2018. — № 3. — С. 103–108.
2. КОНЦЕПЦИЯ преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы. Утверждена на коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г.
3. *Виленский М.Я., Масалова О.Ю.* Ценностно-смысловая характеристика образования по физической культуре в высшей школе / М.Я. Виленский // Педагогическое образование и наука. — 2010. — № 8. — С. 69–73.
4. *Schopenhauer, A.* Ueber die vierfache wurzel des satzesvomzureichendengrunde / A. Schopenhauer. — Leipzig: F.A. Brockhaus, 1864. — 151 p.
5. *Мартын И.А.* Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студенческой молодёжи / И.А. Мартын // Universum: Психология и образование: электрон. научн. журн. — 2017. — № 6(36). — URL: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/4887> (дата обращения: 27.02.2020).
6. *Гуренко Ю.В.* Формирование мотивов учебной деятельности у подростков в учреждениях дополнительного образования в сфере физической культуры: Диссертация. — Калининград, 2018. — 171 с.: ил.
7. *Коликова Е.Г.* Применение технологий инклюзивного образования для создания безбарьерного обучения детей с ОВЗ [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие по предметам естественно-математических и технологических дисциплин / Е.Г. Коликова, Н.Ю. Хафизова; под ред. Т.В. Уткиной. — Челябинск: ЧИППКРО, 2017. — 72 с.
8. *Уткина Т.В., Шайкина В.Н., Хафизова Н.Ю., Пяткова О.Б., Коликова Е.Г., Васильева Н.И.* Организация современного урока с применением электронного ресурса «Российской электронной школы». Методические рекомендации // под редакцией Уткиной Т.В. — Челябинск: ЧИППКРО, 2019.

9. *Духаева Л.Д.* Методика развития у учителей культуры концептуализации профессионального опыта в школе как самообучающейся организации / Л.Д. Духаева // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. — 2019. — № 1(38). — С. 89–96.

### Literatura

1. *Vilenskiy M.Ya.* Filosofsko-pedagogicheskiye osnovy formirovaniya kul'tury uchitelya fizkul'tury / M.Ya. Vilenskiy // Pedagogicheskoye obrazovaniye i nauka. — 2018. — № 3. — С. 103–108.
2. KONTSEPTSIYA prepodavaniya uchebnogo predmeta «Fizicheskaya kul'tura» v obrazovatel'nykh organizatsiyakh Rossiyskoy Federatsii, realizuyushchikh osnovnyye obshcheobrazovatel'nyye programmy. Uтверждена на коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г.
3. *Vilenskiy M.Ya., Masalova O.Yu.* Tsenostno-smyslovaya kharakteristika obrazovaniya po fizicheskoy kul'ture v vysshey shkole / M.Ya. Vilenskiy // Pedagogicheskoye obrazovaniye i nauka. — 2010. — № 8. — С. 69–73.
4. *Schopenhauer, A.* Ueber die vierfachewurzel des satzesvomzureichendengrunde / A. Schopenhauer. — Leipzig: F.A. Brockhaus, 1864. — 151 p.
5. *Martyn I.A.* Formirovaniye motivatsii k zanyatiyam fizicheskoy kul'turoy i sportom u studencheskoy molodozhi / I.A. Martyn // Universum: Psikhologiya i obrazovaniye: elektron. nauchn. zhurn. — 2017. — № 6(36). — URL: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/4887> (data obrashcheniya: 27.02.2020).
6. *Gurenko Yu.V.* Formirovaniye motivov uchebnoy deyatel'nosti u podrostkov v uchrezhdeniyakh dopolnitelnogo obrazovaniya v sfere fizicheskoy kul'tury: Dissertatsiya. — Kaliningrad, 2018. — 171 s.: il.
7. *Kolikova Ye.G.* Primeneniye tekhnologiy inklyuzivnogo obrazovaniya dlya sozdaniya bezbar'yernogo obucheniya detey s OVZ [Elektronnyy resurs]: uchebno-metodicheskoye posobiye po predmetam yestestvenno-matematicheskikh i tekhnologicheskikh distsiplin / Ye.G. Kolikova, N.Yu. Khafizova; pod red. T.V. Utkinoy. — Chelyabinsk: CHIPPKRO, 2017. — 72 s.
8. *Utkina T.V., Shaykina V.N., Khafizova N.Yu., Pyatkova O.B., Kolikova Ye.G., Vasil'yeva N.I.* Organizatsiya sovremennogo uroka s primeneniye elektronnoy resursa «Rossiyskoy elektronnoy shkoly». Metodicheskiye rekomendatsii // pod redaktsiyey Utkinoy T.V. — Chelyabinsk: CHIPPKRO, 2019.
9. *Dukhayeva L.D.* Metodika razvitiya u uchiteley kul'tury kontseptualizatsii professional'nogo opyta v shkole kak samoobuchayushchey organizatsii / L.D. Dukhayeva // Nauchnoye obespecheniye sistemy povysheniya kvalifikatsii kadrov. — 2019. — № 1(38). — С. 89–96.