

## ***Развитие интереса учащихся к занятиям физкультурой и спортом через традиционные игровые и соревновательные методы и современные информационные технологии***

*учитель физической культуры: Скобеев Д.С.*

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка — это основа формирования личности.

Социальная среда и реальная практика свидетельствуют об ухудшении здоровья населения нашей страны.

В чем же причины повышенной заболеваемости?

Сегодня модным стало слово «гиподинамия». Многие понимают его упрощенно — как недостаток движения. Но это не совсем верно.

Гиподинамия — своеобразная болезнь, определение которой звучит довольно угрожающе: «Нарушение функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности».

Исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают «двигательный дефицит», то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в школе, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, за компьютером и т.д.). В последние десятилетия все большее внимание ученых привлекает проблема детских стрессов, которые влекут за собой различные нервные расстройства и повышенную заболеваемость. Детские стрессы — это следствие дефицита положительных эмоций у ребенка и отрицательной психологической обстановки в семье, излишнего шума и нервозности в школьных учреждениях (из-за большой умственной нагрузки).

Общепринятая система физического воспитания не всегда может решить данные проблемы, так как:

- не учитывает конкретных условий всех учебных учреждений в разных регионах России;
- не предусматривает дифференцированного подхода к детям в соответствии с их индивидуальными способностями и здоровьем;
- недостаточно реализует потребности детей в движении.

Слабый медицинский контроль за состоянием здоровья и физического развития детей (из-за нехватки врачей и среднего медицинского персонала) также не обеспечивает должного уровня системы физического воспитания школьников.

### ***1. Цели, задачи деятельности учителя по физической культуре***

*Цели:*

1. содействие всестороннему развитию личности;
2. воспитание активно развитой личности.

*Основными задачами* в школе по физическому воспитанию являются:

1. охрана и укрепление здоровья детей;
2. формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;
3. воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха;
4. тренировки и укрепления здоровья;
5. приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
6. содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

*Решая традиционные задачи* по формированию двигательных навыков, воспитанию физических качеств и координационных способностей, многие учителя зачастую забывают о формировании положительного отношения и интереса школьников к занятиям физическими упражнениями и урокам физической культуры. Так же свой отпечаток, к сожалению, в последнее время накладывают рекомендации отдельных медицинских работников, неправильно трактующих термин «Освобождение от физической культуры». Учащиеся, получившие после перенесенных заболеваний справку из медицинских учреждений об освобождении от занятий физической культурой, часто не знают, *что освобождение от занятий может быть только временным после острого заболевания, так как полного освобождения от оздоровительной (лечебной) физической культуры не существует, и она практически показана при любых отклонениях в состоянии здоровья.* Одной из главных задач учителей физической культуры общеобразовательных школ, должна стоять задача по формированию у учащихся положительного отношения к физической культуре. Для решения этой задачи необходимо использовать все доступные средства и методы.

## ***2. Реализация гуманистического подхода на уроках физкультуры***

### *Психологический аспект удовлетворенности на уроках физкультуры*

Многokrатно испытываемое на уроках удовлетворение приводит к возникновению удовлетворенности. К сожалению, как показывает анализ педагогической литературы, этот психологический феномен не используется для изучения отношения школьников к учению. Вместе с тем, он существенно дополняет получаемую при изучении отношений с помощью интересов и мотивов картину. Дело в том, что интересы и мотивы характеризуют в значительной степени отношение, предшествующее учебной деятельности. Удовлетворенность же возникает в процессе деятельности и, следовательно, является субъективной! Оценкой этой деятельности со стороны субъекта. Н.Р.Кузьмина отмечает, что удовлетворенность характеризует силу эмоционального отношения

человека, в частности, к своей профессии. Чем больше привлекательных сторон видит человек в своей деятельности, тем более глубоким, устойчивым, положительным является его отношение к ней. И, наоборот, чем больше аспектов в деятельности не привлекает или раздражает субъект, тем более глубоко его отрицательное отношение к ней /6 /.

Удовлетворенность отличается от удовлетворения по ряду признаков. Во-первых, удовлетворенность характеризует долгосрочное отношение человека к чему-либо, а удовлетворение - краткосрочное (действие, поступок).

Во-вторых, удовлетворенность достигается после многократного достижения цели, когда человек убедится в вероятности и даже гарантированности достижения цели, удовлетворения потребности, интереса, а удовлетворение - после однократного. Например, учащиеся могут быть удовлетворенными уроками физкультуры потому, что они знают, что на них будут двигаться, испытывать азарт от игр и т.д.

В-третьих, удовлетворение - это однократно положительное переживание, эмоция, протекающая в данный момент; удовлетворенность - это отношение, базирующееся на неоднократно испытанном удовлетворении, удовольствии. Высказывая удовлетворение, человек испытывает в данный момент положительную эмоцию; выражая удовлетворенность человек в данный момент может и не испытывать положительную эмоцию, а выражает свою оценку роду деятельности, которым он занимается.

В-четвертых, к многократному переживанию удовлетворения, удовольствия человек привыкает, и эмоции ослабевают, а удовлетворенность в этих условиях возрастает.

Удовлетворение - это первичный феномен, а удовлетворенность - вторичный, возникающий на базе первого в результате перехода актуально переживаемой эмоции в эмоциональный фон (хорошего настроения) и формирования готовности выполнять понравившуюся деятельность. Отсюда видна важность формирования этого психологического феномена у учащихся (которые по физиологическому механизму близок к доминанте, а с психологической точки зрения является фиксированной установкой). Соединяясь, и тот, и другой механизмы обуславливают направленность и степень активности человека.

### *Мотивация физкультурно-спортивных занятий*

Изучение мотивов занятий физическими упражнениями и спортом является одной из наиболее трудных и специфических сторон изучения проблемы. Установлено, что в основе возникновения мотивов физкультурно-

спортивных занятий лежат как потребности и объективные условия жизни, так и внутренняя позиция самой личности. Физкультурная активность детей обусловлена, в основном, эмоциональными переживаниями привлекательности физкультурно-спортивных занятий и доставляемых им удовольствие. Не случайно, видимо, школьники в качестве мотивов таких занятий на первом месте называют получение удовольствия от самого процесса физкультурной активности .

В ряде психолого-педагогических работ указанного направления сделана попытка, раскрыть, как внешние педагогические воздействия становятся (или могут стать) реальными факторами физкультурно-спортивной активности школьников, превращаясь из объективных условий в объективный психологический ее регулятор. Следует отметить, что работ данного направления очень немного.

### *Формы и методы работы на уроках физической культуры*

Использование игрового и соревновательного методов для повышения двигательной активности и достижения удовлетворенностью уроками физической культуры.

Большинство учителей считают, что, придя в школу, дети становятся взрослыми (играть нужно было в детском саду) и на уроке они должны строго выполнять все требования выдвигаемые учителем для достижения определенной цели. Мы часто забываем, что даже взрослые любят играть, а дети, тем более, не зависимо от того возраста, в котором они находятся.

Одна из главнейших функций игры – педагогическая, она издавна является одним из основных средств и методов воспитания.

Понятие игрового метода в сфере воспитания отражает методические особенности игры. При этом игровой метод необязательно связан с какими-либо общепринятыми играми, например, футболом, баскетболом или элементарными подвижными играми. В принципе он может быть применен на основе любых физических упражнений при условии, что они поддаются организации в соответствии с особенностями этого метода.

В игре почти всегда существуют различные пути выигрыша, допускаемые правилами игры.

Играющим предоставляется простор для творческого решения двигательных задач, внезапное изменение ситуации по ходу игры обязывает решать эти задачи в кратчайшие сроки и с полной мобилизацией двигательных способностей.

В большинстве игр воссоздаются довольно сложные и ярко эмоционально окрашенные межчеловеческие отношения типа сотрудничества, взаимопомощи, взаимовыручки, а также типа соперничества, противоборства, когда сталкиваются противоположно направленные стремления.

Игровой метод, в силу всех присущих ему особенностей, вызывает глубокий эмоциональный отклик и позволяет удовлетворить в полной мере двигательную потребность занимающихся. Тем самым, способствует созданию положительного эмоционального фона на занятиях и возникновению чувства удовлетворенности, что в свою очередь создает положительное отношение детей к занятиям физическими упражнениями.

Соревновательный метод обладает такой же способностью создавать положительный эмоциональный фон и положительное отношение к занятиям физическими упражнениями так же, как игровой метод.

Соревновательный метод в процессе физического воспитания используется как в относительно элементарных формах, так и в развернутой форме. В первом случае речь идет о нем, как о подчиненном элементе общей организации занятия, во втором - о самостоятельной относительной форме организации занятий.

Первое характеризуется снижением активности, потерей интереса к деятельности, развитием скуки и ослаблением внимания. Второе наоборот, характеризуется усилением психического возбуждения, появлением отвращения, раздражительности, озлобленности.

Для повышения активности школьников на уроках физической культуры я устраиваю соревнования между группами учащихся в дисциплине, быстроте построения, подготовке и уборке мест занятий и т.д. Это дает очень хорошие результаты в младших и средних классах, поскольку деятельность старшеклассников в меньшей мере зависит от эмоций. В школе проводится достаточное количество внутришкольных мероприятий, многие из которых стали для нас традиционными:

- Золотая осень (для учащихся 1-11 классов);
- Школьный турнир по баскетболу (5-11 классов);
- «Папа, мама, я – спортивная семья!» (1-4 класс);
- «Футбол» (5-11 классы);
- «Веселые старты» (начальные классы);
- «А ну-ка, парни!» (7-11 класс);
- День здоровья(1-11 классы);

Творческий подход к применению игрового и соревновательного методов упражнения, а также соблюдение вышеназванных правил, позволяет создать

положительный эмоциональный фон на занятиях, что способствовать появлению удовлетворенности школьников уроками физической культуры.

### ***3. Информационные технологии в уроке физкультуры***

Внедрение компьютерных технологий в образовательный процесс также позволяет сделать урок физкультуры более интересным. Обязательные инструктажи, проводимые с учащимися перед каждым новым разделом программы, я, совместно с детьми старших классов, разработала в виде презентаций. Эта новинка показала, что учащиеся с интересом воспринимают ту же самую информацию, которая ранее предъявлялась в традиционной устной форме. В презентации обязательно включаются фотографии известных спортсменов-представителей данного вида спорта, что позволяет в ненавязчивой форме расширять знания учащихся по отдельным разделам программы, а также получать сведения необходимые при подготовке к экзаменам и олимпиаде по физкультуре.

В первые годы работы в школе я столкнулась с той проблемой, что с возрастом (от младших классов к старшим) двигательная активность на уроках физической культуры у девочек снижалась.

На данный момент в школе ведется кружок по баскетболу у мальчиков и юношей, девочки посещают секцию «Черлидинг». Учащиеся принимают активное участие в массовых спортивных праздниках, проводимых в городе и районе.

### ***Заключение***

1. Удовлетворенность - это необходимый компонент отношения школьников к урокам физической культуры

2. На уроках ученик должен, прежде всего, получать удовлетворение от того, что он делает. Поэтому педагогу, чтобы учебный процесс был более эффективным, необходимо знать о наличии у учащихся удовлетворенности уроками, а при её отсутствии, вскрыть причину неудовлетворенности.

3. Для повышения двигательной активности и достижения удовлетворенностью уроками физической культуры педагогу необходимо использовать игровые и соревновательные методы.

4. Сегодня уже не обойтись и без использования компьютерных технологий на уроках физкультуры, чтобы образовательный процесс стал более интересным для современного школьника.