Александрова Эльвира Васильевна,

учитель физической культуры,

МОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Кокшайск»,

Звениговский район, Республика Марий Эл

СПОСОБЫ МОТИВАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

К ЗАНЯТИМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ, В ТОМ ЧИСЛЕ ПРИМЕНЕНИЕ ИКТ

В ПРАКТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧЕТЕЛЯ И ОБУЧАЮЩИХСЯ

НА УРОКЕ И ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методическая статья

В условиях введения ФГОС второго поколения выдвигаются новые требования к педагогической теории и практике в подготовке подрастающего поколения. Актуальность в формировании мотивов к занятиям физической культурой являются привычки.

Ключевые слова: мотивация, физические упражнения, результативный мотив.

Задача учебного предмета «Физическая культура» – дать учащимся знания и помочь в выработке умений и навыков, направленных на сохранение здоровья. Для достижения поставленной задачи необходимо вызвать интерес к учебному предмету, то есть воспитать мотивацию. Его следует различать внешнюю (получить хорошую отметку) и внутреннюю (стремление развивать умения). Как бы ни была сильна внешняя мотивация, интерес формируется лишь в результате внутренней мотивации.

Обучающиеся начальных классов в основном задания выполняют для получения одобрения учителем. Волевые же действия они совершают по указанию учителя. Учебный год в первом классе я начинаю с вопроса: «Кем бы вы хотели быть?» По очереди дети отвечают: «Космонавтом, спасателем, пожарником, врачом…» На мой вопрос: «Почему?», – дети отвечают: «Космонавта показывают по телевизору, спасатель смелый», – и т.д. А каким должен быть космонавт? Из класса мало кто скажет, что он должен быть здоровым. Данный вопрос задаю для размышления на дом, прошу совместно с взрослыми написать рассказ на названного героя с условием отразить в рассказе теоретические сведения, связанные с личной практикой по физической культуре (соблюдение режима дня и т.п.). К концу учебного года ребята уже уверенно и осмысленно отвечают на мои вопросы. У них проявляется познавательный мотив. В этом возрасте хорошо развивается целеполагание в учении. Дети начинает понимать и принимать цели, удерживает их в течение длительного времени. При разучивании комплекса упражнений (мотивы сотрудничества и коллективной работы) мы сначала вместе ведём счет, далее по очереди каждый, проговариваем название упражнения, определяет окончание упражнения. От степени освоения изучаемое движение необходимо усложнять. Каждый ученик самостоятельно выполняет одно упражнение от исходного положения до команды «стой!». Для проверки выполнения задания механически или осмысленно, я намеренно даю задание для разминки ног после рук, будут ли они послушно выполнять или возразят, что это неверно. К концу начальной школы ученик приобретают способность совершать волевые акты в соответствии с собственными мотивами.

В 5 классе закрепляем и совершенствуем самостоятельное проведение комплексов упражнений, начиная с трёх на определенные части тела. К концу девятого класса – весь комплекс с методическими указаниями. В старших – проведение разминки на поставленные задачи по обучению технике двигательных действий. Вместе с проведением упражнений учимся делать анализ проводящего. Ребята, успешно освоившие организаторские навыки, становятся помощниками в проведении зарядки, игр позволяющие увеличить двигательную активность.

Важно сориентировать его на подходящий для него результат. Если задание чрезмерно трудное или, наоборот, то внутренняя мотивация к занятиям не формируется. Формирование результативных мотивов зависит от возраста, физической подготовленности и необходимо развивать в процессе обучения двигательным действиям. Для проверки определения уровня физической подготовленности и усвоения двигательных действий использую контрольные упражнения, нормативные требования к ним предусмотрены Комплексной программой по физическому воспитанию в школе. Дух соперничества в первенстве по выполнению нормативов мотивирует учащихся на дополнительные самостоятельные занятия по физической подготовке.

Для получения положительных сдвигов в обучении важно провести анализ полученных результатов совместно с ребятами. На основании анализа намечаю необходимые упражнения, направленные на развитие той или иной двигательной способности, для выполнения учащимся на уроке и для занятий в домашних условиях (домашнее задание). А для получения более эффективных сдвигов провожу мониторинг физической подготовки учащихся. Показатели оцениваются по шкалам: высокие, выше среднего, средние, ниже среднего, низкие. Например, результаты тестов учащихся 6-го класса, проведенных в конце 2021/2022 учебного года, сравниваю с результатами тестов, проведенных в 2022/2023 учебном году (Таблица 1). Результаты тестирования показывают, что во всех упражнениях произошло снижение, пусть и незначительное, числа учащихся, не выполнивших нормативные требования школьной программы.

Таблица 1 – Сравнительные результаты тестирования, 2021/2022 и 2022/2023 годы, учащиеся 8-9х классов

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тестовые показатели | Количество  учащихся | Быстрота  % | Выносливость  % | Сила, % | Гибкость, % |
| 2021/2022 8 класс | 14 | 50 | 28,5 | 35,7 | 42,8 |
| 2022/2023 9 класс | 14 | 35,7 | 21,4 | 28,5 | 28,5 |
| Разница |  | 14,3 | 7,1 | 7,2 | 14,3 |

Учителю необходимо видеть успех учеников. Ребёнок хочет получить похвалу от учителя, товарищей по классу, от родителей за положительные сдвиги в результатах обучения и развития физических качеств. Например, далеко не каждый учащийся сотрудничает с одноклассниками и, тем более, выполняет его распоряжения. На уроках гимнастики, чтобы не было простоя, делю класс на отделения. За каждым отделением закрепляется ученик, хорошо владеющий техникой выполнения разучиваемого упражнения. Каждое рабочее место оборудуется наглядно-методическим пособием, карточкой. Через определённое время происходит смена мест занятий. Проводящий выбирает на свое место другого ученика, а сам переходит со всем отделением к новому снаряду. Если не смог подготовить замену, то остается там же. Я подвожу учащихся к тому, чтобы они, независимо от своих симпатий, при равном техническом исполнении выбрали такого проводящего, который был бы доброжелательным, умел слушать, видеть и исправлять ошибки ребят. Благоприятный микроклимат во время учебы снижает чувство неуверенности.

Наряду с выполнением движений необходимо систематически давать соответствующую информацию. Учащиеся должны не только знать, чему следует научиться, но и как это следует делать и почему именно так, а не иначе.

Почти все ученики начальных классов отдают предпочтение играм. Любая игра основана на правилах. Знание правила игры приводит к успеху, незнание – к поражению. В 9-ом классе на уроке обучения кувырку вперед спрашиваю: «В чем состоит сущность выполнения движения кувырка вперед?». Выслушиваю ответы ребят, делаем выводы: сущность выполняемого движения состоит во вращательном движении через голову. Для этого надо принять правильное исходное положение, необходимо активное последовательное отталкивание руками и ногами, своевременная группировка, принятие завершающего исходного положения. Для акцентирования внимания использую наглядность, ТСО, активно использую ИКТ. Информационно-коммуникационные технологии являются одним из способов разнообразить уроки физической культуры, сделать их более наглядными, интересными для современных детей. Не секрет, что уроки физической культуры включают большой объём теоретического материала, на который выделяется минимальное количество часов, поэтому применение различных средств ИКТ позволяет эффективно решать эту проблему.

Информационная технология – это совокупность методов и технических средств сбора, организации, хранения, обработки, передачи и представления информации, расширяющая знания людей и развивающая их возможности по управлению техническими и социальными процессами.

Использование информационно-коммуникационных технологий дало новую возможность в преподавании предмета, позволило повысить результативность обучения, интеллектуальный уровень учащихся, привить навыки самообучения, самоорганизации, облегчить решение практических задач. У меня появилась возможность увеличить наглядность в процессе преподавания. Применение компьютерной техники на уроках позволяет сделать каждый урок нетрадиционным, ярким, насыщенным, легко запоминающимся.

Но самым эффективным методом все-таки является выполнение упражнений самим учителем или подготовленным учеником.

Не все дети имеют хорошие психологические и физические качества. При воспитании мотивации к занятиям физической культурой надо давать посильные упражнения, задания на результат должны быть доступными. При прохождении учебного раздела «Гимнастика» многие обучающиеся испытывают трудности выполнений упражнений, требующие гибкости и силы. Сначала упражнение разучиваем фронтально. На уроке закрепления изученного совместно с учениками провожу проверку правильности выполнения упражнения. Один выполняет, а остальные наблюдают за учеником. Рассказывают, какие были допущены ошибки в выполнении. Вместе намечаем способы устранения ошибок. Далее класс работает в группах. Для улучшения освоения движения можно к ним определить помощника-консультанта. Успешно освоившим упражнение ученикам задаю усложненное задание: начать или закончить упражнение в различных исходных положениях. Такая работа развивает навык самоконтроля за степенью усвоения учебного материала.

Важным фактором развития интереса у ребят к занятиям физической культурой является работа с родителями обучающихся. Участие их в спортивных делах класса, школы вызывают положительные эмоции у детей. Школьники совместно с родителями привлекаются к изготовлению атрибутов для проведения спортивных мероприятий, это сближает взрослых и детей, воспитывает у детей бережное отношение к изготовленному спортивному инвентарю. Соревнуясь со сверстниками, обучающиеся демонстрируют полученные на урочных занятиях физические навыки. Популярностью пользуются мероприятия «Папа, мама и я – спортивная семья», лыжная эстафета, игра «Все хотят быть спортсменами», «На велосипеде по малой Родине». В средних и старших классах – спортивные игры, проектная деятельность.

Формированию интереса школьников к физической культуре помогают внеурочные мероприятия. Они проводятся на добровольных началах и по интересам. Рабочий день в нашей школе начинается с предурочной зарядки. На больших переменах, а их у нас две по 20 минут, для учащиеся начальной школы проводятся подвижные игры, для основной и старшей школы предлагается активный отдых. Систематически проводятся спортивные часы для учеников начальных классов до и после обеда, по мере освобождения спортивного зала и спортивной площадки. Для учащихся основной и старшей школы – после уроков. Содержание «спортивного часа» разрабатывается по типу спортивной тренировки, учитывается учебная программа по физической культуре. Дети любят соревноваться не только с одноклассниками, но и с ребятами из других классов, поэтому проводятся совместные спортивные праздники (например, «День здоровья», «Лыжня зовёт»), спортивные соревнования по разным видам спорта и спортивные фестивали (они включают конкурсы силачей, бегунов, прыгунов и т.п.).

Все это мотивирует моих учеников, развивает, укрепляет их физическое и нравственное здоровье.

самопознание и самосовершенствование, на грамотную организацию образа жизни в соответствии со своими возможностями.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Выготский Л.С. Сборник сочинений в 6-ти томах. – Т. 4: Детская психология / Под. ред. Д.Б. Эльконина. – Москва: Педагогика, 1984.– 433 с.

2. Леонтьев Т.Н. На уроках в сельской малокомплектной школе. – Москва: Школа-Пресс, 1998. – 364 с.

3. Маркова А.К. Формирование интереса к учению у школьников. – Москва: Педагогика, 1986. – 192 с.

4. Орлов А.Б. Психология личности и сущности человека. – Москва: Издательство МПУ, 1990. – 367 с.

5. Пономарева И.О. Взаимодействие педагогов с семьей – условие повышения интереса детей к физической культуре // Научно-практический журнал «Инструктор по физкультуре». – 2011. – №6.– 128 с.