

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Тольяттинский государственный университет»

Институт физической культуры и спорта

(наименование института полностью)

Кафедра «Адаптивная физическая культура, спорт и туризм»

(наименование)

49.03.01 Физическая культура

(код и наименование направления подготовки, специальности)

Физкультурное образование

(направленность (профиль)/ специализация)

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
(БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА)**

на тему: «Влияние различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5 – 6 классов к урокам физической культуры»

Студент

А. Г. Захарова

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

к.п.н., доцент, А.Н. Пиянзин

(ученая степень, звание, И.О. Фамилия)

Тольятти 2020

АННОТАЦИЯ

на бакалаврскую работу Захаровой Алены Геннадьевны
на тему: «Влияние различных методов упражнения на формирование
интереса школьников 5 – 6 классов к урокам физической культуры»

Бакалаврская работа раскрывает исследование влияния различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5-6 лет к урокам физической культуры.

Актуальность темы определена тем фактом, что ключевой проблемой образования на современном этапе развития общества, в условиях стремительного проникновения во все сферы жизнедеятельности информационных и технических новинок, является создание, поддержание и развитие интереса учащихся к образованию.

Цель исследования: экспериментальное обоснование оптимального соотношения методов упражнения в процессе формирования интереса к урокам физической культуры у учащихся 5-6 классов.

Задачи исследования:

1. На основе анализа психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования исследовать возможности влияния различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

2. Определить влияние различного соотношения методов упражнения на уровень интереса к урокам физической культуры у школьников 5-6 классов.

3. Определить оптимальное сочетание методов упражнения в процессе физического воспитания учащихся средних классов на уроках физической культуры.

Бакалаврская работа имеет теоретическое и практическое значение, состоит из введения, трех глав, заключения, списка используемой литературы (35 источников), 2 приложения. Текст работы иллюстрирует 1 рисунок и 11 таблиц. Объем бакалаврской работы – 47 с.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДОВ УПРАЖНЕНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА ШКОЛЬНИКОВ К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	7
1.1. Интерес к обучению: сущность и подходы к формированию.....	7
1.2. Методы упражнения в физическом воспитании и их влияние на интерес к обучению.....	155
Выводы по главе.....	21
ГЛАВА II. ЗАДАЧИ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ...	22
2.1. Задачи исследования.....	22
2.2. Методы исследования.....	22
2.3. Организация исследования	24
Выводы по главе.....	256
ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ	27
3.1. Организация уроков физической культуры с использованием различных методов.....	27
3.2. Обоснование эффективности опытно-экспериментального исследования	28
Выводы по главе.....	39
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	40
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	42
ПРИЛОЖЕНИЕ А. Анкета «Уровень интереса к урокам физической культуры».....	46
ПРИЛОЖЕНИЕ Б. Опрос на тему «Исследование мотивов посещения занятий по физической культуре».....	47

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Ключевой проблемой образования на современном этапе развития общества, в условиях стремительного проникновения во все сферы жизнедеятельности информационных и технических новинок, является создание, поддержание и развитие интереса учащихся к образованию.

При этом существует **противоречие** между необходимым и существующим уровнем интереса школьников к урокам физической культуры и отсутствием конкретных практических рекомендаций по использованию различных соотношений методов упражнения в процессе физического воспитания школьников для формирования интереса.

Проблема исследования: процесс влияния различных методов обучения на формирование интереса школьников 5-6 лет к урокам физической культуры.

Объект исследования: формирование интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры с помощью различных методов обучения.

Предмет исследования: влияние методов упражнения на процесс формирования интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

Цель исследования: экспериментальное обоснование оптимального соотношения методов упражнения в процессе формирования интереса к урокам физической культуры у учащихся 5-6 классов.

Задачи исследования:

1. На основе анализа психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования изучить возможности влияния различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

2. Определить влияние различного соотношения методов упражнения на уровень интереса к урокам физической культуры у школьников 5-6 классов.

3. Определить оптимальное сочетание методов упражнения в процессе физического воспитания учащихся средних классов на уроках физической культуры.

Гипотеза исследования: мы предположили, что процесс формирования интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры будет более эффективным при целенаправленном и систематическом использовании оптимальных соотношений различных методов упражнений в содержании уроков физической культуры.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования:**

1. Анализ специальной литературы по теме исследования.
2. Анкетирование.
3. Опрос
4. Педагогическое наблюдение.
5. Педагогический эксперимент.
6. Методы математической статистики.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

1. экспериментально доказано, что различные соотношения методов упражнений в разной степени влияют на интерес школьников 5-6 классов;
2. определено оптимальное сочетание методов упражнения в процессе физического воспитания для формирования интереса учащихся средних классов на уроках физической культуры.

Теоретическая значимость заключается исследования возможностей влияния различных методов упражнения на формирование интереса школьников к урокам физической культуры.

Практическая значимость: разработанное и апробированное соотношение методов упражнения может быть использовано для формирования интереса школьников к урокам физической культуры в учебном процессе. Разработанные рекомендации могут быть использованы в работе средних школ, а также в профессиональной подготовке специалистов по физической культуре и спорту.

Структура бакалаврской работы: Работа состоит из введения, трех глав, заключения, содержит 11 таблиц, 1 рисунок, список используемой литературы (35 источников), 2 приложения. Основной текст работы изложен на 47 страницах.

ГЛАВА I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ВЛИЯНИЯ РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДОВ УПРАЖНЕНИЯ НА ФОРМИРОВАНИЕ ИНТЕРЕСА ШКОЛЬНИКОВ К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1.1. Интерес к обучению: сущность и подходы к формированию

Ключевой проблемой образования на современном этапе развития общества, в условиях стремительного проникновения во все сферы жизнедеятельности информационных и технических новинок, является создание, поддержание и развитие интереса учащихся к классическому образованию. При этом понятие «интерес» неразрывно связан с мотивацией к обучению.

Впервые термин «мотивация» был введен немецким философом А. Шопенгауэром в 19 веке как «причинность, рассматриваемая изнутри».

Рассмотрим различные трактовки понятия «мотивация».

В психологии понятие мотивации определяют, как:

- совокупность мотивов, которая определяет ту или иную деятельность (Л.И. Божович [12]);
- иерархическая организация всей системы побуждений (Рубинштейн [21]);
- «все виды побуждений: мотивы, потребности, интересы, стремления, цели, влечения, мотивационные установки или диспозиции, идеалы и т. д.» (В.Г. Асеев [1]).

Таким образом, психологи рассматривают мотивацию в качестве сложного многоуровневого регулятора жизнедеятельности человека – «его поведения, деятельности».

Все это, по мнению И.А. Зимней, с одной стороны, «позволяет определять мотивацию как сложную, неоднородную многоуровневую систему побудителей, и включающую в себя потребности, мотивы, интересы, идеалы, стремления, установки, эмоции, нормы, ценности и т.д., а с другой, – говорить о полимотивированности деятельности, поведения человека и о

доминирующем мотиве в их структуре» [9].

И.А. Зимняя также отмечает, что, «понимаемая как источник активности и одновременно как система побудителей любой деятельности мотивация изучается в самых разных аспектах, в силу чего она трактуется авторами по-разному. Исследователи определяют ее и как один конкретный мотив, и как единую систему мотивов, и как особую сферу, включающую в себя потребности, мотивы, цели, интересы в их сложном переплетении и взаимодействии» [9].

Асеев В.Г. отмечает, что «динамика формирования личности скрывает в себе те устойчивые закономерности, раскрытие которых является основной целью психологии. Самыми важными из них являются закономерности развития мотивации как высшей формы регуляции психических процессов и движущей силы человеческой деятельности» [1].

А.К. Маркова под мотивацией учения понимает «постоянно изменяющуюся у каждого конкретного ребенка, а иногда и противоречивую структуру, состоящую из разных побуждений, где место ведущего, доминирующего мотива занимает то одно, то другое побуждение в зависимости от условий обучения, обстоятельств общения с окружающими и др.» [32].

При этом развитие учебной мотивации лежит в основе многих деятелей в области педагогической науки. Например, роль и место мотивов в активизации учебной деятельности исследовал Е.П. Ильин [13] А.Н. Леонтьев [14]. Вопросам развития учебной мотивации в рамках образовательного процесса посвящены работы А.К. Марковой [32], Г.И. Щукиной [35] и др.

По мнению А.К. Марковой, «цель определяет направленность активности школьника на промежуточный результат, а в практической деятельности без умения школьника ставить цели и продумывать способы их достижения в учебной деятельности даже зрелые формы потребностей и

мотивов остаются нереализованными» [32]. В педагогике достаточно хорошо изучены и разработаны вопросы целеполагания и связанные с этим проблемы.

В научно-педагогической литературе принято относить учебную мотивацию учащихся к одному из пяти видов [15].

Учащиеся с наиболее высоким уровнем мотивации отличаются стремлением достичь наилучших результатов, творческим подходом к решению задач и заинтересованностью во внеклассовых занятиях и элективных курсах.

Учащиеся с относительно высокой мотивацией достигают хороших результатов в усвоении материала и отличаются общей прилежностью по многим предметам школьной программы, посещают дополнительные занятия.

К третьей группе можно отнести учащихся, которые, в целом, положительно относятся к учебному процессу и школе, однако достигают лишь средних показателей в освоении предмета и не имеют мотиваций к внеклассовым занятиям.

Низкой мотивацией отличаются учащиеся четвертой группы. Они нерегулярно посещают учебное заведение, не отличаются внимательностью на занятиях, испытывают проблемы с адаптацией к коллективу и школе в целом.

Учащиеся с крайне низкой, практически отсутствующей мотивацией, имеют отрицательное отношение к школе, неуживчивы в коллективе. У них плохие отношения с преподавателем, часто агрессивны и отказываются выполнять установленные правила и распорядки.

Рассматривая понятие «мотивация», принято выделять несколько структурных элементов: потребности учащегося, движущие мотивы, цели, которые преследуют учащиеся, эмоциональные переживания.

Применительно к учебно-познавательной деятельности потребности

можно классифицировать следующим образом: потребность в своего рода трудовой деятельности, потребность в получении новых знаний, умений, информации, потребность в общении и со сверстниками, и с преподавателями, потребность в отдыхе, восстановлении.

Стоит отметить, что мотивацию учебной-познавательной деятельности следует рассматривать как разнообразную систему стимулов и побуждений, которая направляет учащихся на учебную и познавательную деятельность в целях достижения других поставленных задач.

Учебная деятельность включает систему побуждений к изучению технологий, методов и способов обучения.

Познавательная деятельность – это система побуждений, направленная на овладение непосредственно знаниями по изучаемому предмету.

Воплощением потребностей учащегося являются движущие им мотивы. Единообразной трактовки понятия «мотив» не существует. Однако, применительно к теме данной работы, думается, что под мотивом следует понимать форму реализации потребности учащегося к познавательной деятельности, его представления и намерения, чувства и идеи.

Также, отсутствует единая классификация всех мотивов. Обзор работ педагогов, посвященных исследованию мотивов, позволил выделить следующую классификацию:

По своему содержанию среди мотивов к познавательной деятельности можно выделить:

- мотивы к самореализации
- мотивы к позитивным достижениям
- мотивы к общению и игре
- мотив к учебной деятельности, к познанию.

По длительности действия мотивы бывают перманентными, одномоментными и краткосрочными. По степени проявления, мотивы можно подразделить на:

- устойчивые мотивы;
- слабо выраженные мотивы;
- мотивы нейтральные или средней степени проявления.

Таким образом, проблема мотивации в обучении не новая. Значение ее утверждали многие известные ученые, педагоги, психологи.

При этом одним из мотивов деятельности, по мнению Г.И. Щукиной является «интерес учащихся, который выражается в их стремлении к более глубокому изучению предметов, явлений, познанию их отличительных и существенных свойств» [35].

По Г.Ф.В.Гегелю интерес: «...есть содержание тех влечений, на удовлетворение которых направлена деятельность субъекта. Но деятельность есть главное определение субъекта, благодаря ей совершается переход субъективного в объективное. Интерес завершается, следовательно, определенным объективным делом и воплощается в нем. Интерес есть момент субъективной единичности ее деятельности во всяком деле, получающем осуществление. Ничто не осуществляется поэтому помимо интереса» [4].

По вопросу соотношения интересов и потребностей М.А. Гордон, высказал мысль о том, что «интересы возникают на базе потребностей, что в интересе обязательно проявляется та или иная потребность» [5]. Г.И. Щукина, Н.Г. Морозова отмечают, что «на основе элементарной познавательной потребности формируется интерес, а на основе интереса развиваются потребности более высокого уровня» [35, 16]. Придерживаясь такой позиции, В.А. Папенко считает, что «на основе элементарной потребности в движении формируется интерес к занятиям физическими упражнениями, а на его основе развивается потребность в физическом совершенствовании» [19].

Осознание человеком своей потребности превращает ее в интерес. Проявление интереса, в свою очередь, формирует мотив поведения, вызывает

побуждение к деятельности.

По мнению Н.Г. Морозовой, существует «два пути формирования положительного отношения к учению. Один путь – через положительные переживания, связанные с тем, что сопровождает усвоение учебного материала, т.е. формирование эмоционально-положительного отношения к учению. Этот путь особенно важен при отсутствии интереса к какой-либо области знаний. Он является также основным на ранних этапах школьного обучения, но не утрачивает своей важной роли и на последующих возрастных ступенях обучения (даже для взрослых). Другой путь воспитания положительного отношения и интереса к учению лежит через формирование мотивов долга, социальной значимости, осознание личного и общественного смысла учения. Наибольшее значение он имеет во второй половине среднего и в старшем школьном возрасте. Иногда второй путь идет вслед за первым, но чаще в тесном взаимодействии с ним» [16].

В связи с этим Н.Г. Морозова акцентирует внимание на том, что одним из основополагающих моментов в учении является «эмоциональная привлекательность усвоения учебного материала, что достигается применением соответствующих средств, методов и форм организации учебной деятельности школьников. Это является необходимым условием и для процесса физического воспитания учащихся. Далее она отмечает, что интерес необходимо понимать, как эмоционально-познавательное отношение, возникающее из эмоционально-познавательного переживания к предмету или непосредственно мотивированной деятельности, отношение, переходящее при благоприятных условиях в эмоционально-познавательную направленность личности» [16].

С.А. Фирсин отмечает, что «интерес школьников к учению есть разрешение противоречия между необходимым и желаемым в содержании учебного процесса. Формирование его возможно через эмоциональную привлекательность занятий, что особенно важно в среднем школьном

возрасте, а также через осознание значимости и необходимости учения» [30].

Ряд авторов (Н.А. Фомин, В.П. Филин, Е.П. Ильин), исследующих формирование интереса школьников к урокам физической культуры, высказывают мысль об изменении мотивов к занятиям с возрастом: «у младших школьников они характеризуются неустойчивостью, зависящей от внешних обстоятельств, применяемых форм и методов воспитания» [31,11]. «Мотивы школьников старших классов отличаются уравновешенностью, стабильностью и большой социальной значимостью, но они тоже, как и у школьников других возрастов, нуждаются в подкреплении» [31].

При этом следует отметить, что «средний школьный возраст является в этом отношении переходным, и, соответственно, мотивы занятий физическими упражнениями могут носить временный характер, быть нестабильными, иметь узко социальную направленность» [31]. К завершению данного возрастного периода «мотивы и отношение к занятиям физическими упражнениями, при соответствующих воспитательных воздействиях постепенно приобретает устойчивость и социальную значимость» [31]. Именно поэтому для начального периода среднего школьного возраста важно наличие положительных эмоций на занятиях физическими упражнениями, поскольку именно они в большинстве случаев определяют интерес с данным занятием.

Важны в этом отношении выводы Ю.К. Бабанского, установившего, что «пик активности занятий физической культурой и спортом приходится у мальчиков на 8 класс, а у девочек – на 7 класс. Затем следует снижение числа подростков, занимающихся физической культурой и спортом» [2].

Данный факт подтверждают и исследования В.А. Папенко, согласно которым именно поэтому «логично начинать воздействовать на интерес школьников к урокам физической культуры до периода его снижения» [19].

Именно поэтому наряду с изучением физкультурно-спортивных интересов школьников особая роль отводится условиям и факторам влияния

на возникновение и развитие этих интересов.

Большое количество работ посвящено изучению влияния социального окружения школьников на их интересы к физической культуре и спорту. При этом важная роль отводится семье и друзьям.

Существует точка зрения, что «большую роль в формировании у школьников физкультурно-спортивных интересов играют родители, отношение их к занятиям физическими упражнениями» [3,8].

Многие авторы сходятся во мнении, что «большое значение в формировании у школьников физкультурно-спортивных интересов имеет работа учителя физической культуры» [3,8,19,30]. «Создание положительного эмоционального фона, педагогический такт, соблюдение меры посильного, учет индивидуальных особенностей детей и многое другое, являясь объективными условиями проведения урока и отражаясь в сознании ребенка, формируют его положительную внутреннюю позицию к занятиям физическими упражнениями и уроку физической культуры» [22].

Исследованиями установлено, что «в основе возникновения мотивов физкультурно-спортивных занятий лежат как потребности и объективные условия жизни, так и внутренняя позиция самой личности» [3,8].

П.К. Дуркин отмечает, что «существует два пути формирования интереса школьников к учению, в том числе и урокам физической культуры, «один из которых лежит через положительно окрашенные переживания в процессе занятий. Эмоциональность уроков оставляет у учащихся сильное новое впечатление, оно заставляет школьников стремиться задержать возникшую эмоцию. Если эти эмоции новизны, интересности повторяются достаточно часто, то они становятся основой для возникновения интереса и положительного отношения школьников к урокам физической культуры. Второй путь воспитания интереса школьников к урокам физической культуры «лежит через осознанное отношение к ним, формирование мотивов социальной значимости, личного и общественного смысла занятий

физическими упражнениями» [7]. Наибольшее значение он «приобретает во второй половине среднего, а также в старшем школьном возрасте. Иногда второй путь идет вслед за первым, но чаще в тесном взаимодействии с ним» [7].

1.2.Методы упражнения в физическом воспитании и их влияние на интерес к обучению

Под методами упражнения в физическом воспитании понимаются «способы применения физических упражнений» [Холодов, Кузнецов]. К специфическим методам физического воспитания относятся: «методы строго регламентированного упражнения; игровой метод (использование упражнений в игровой форме); соревновательный метод (использование упражнений в соревновательной форме)» [Холодов, Кузнецов]. С помощью этих методов «решаются конкретные задачи, связанные с обучением технике выполнения физических упражнений и воспитанием физических качеств» [33].

Методы строго регламентированного упражнения

Это методы, с помощью которых действия занимающихся организуются «с возможно полным предписанием порядка выполнения операций, входящих в это действие, дозирования нагрузки, ее изменение по ходу выполнения упражнения, моделирование определенных условий, в которых выполняется данное упражнение и т.д.» [33].

В практике физического воспитания все «методы строго регламентированного упражнения подразделяются на две подгруппы:

- 1) методы обучения двигательным действиям;
- 2) методы воспитания физических качеств» [33].

Методы обучения двигательным действиям. К ним относятся:

Метод целостно-конструктивного упражнения. Сущность его состоит в том, что «техника двигательного действия осваивается с самого начала в целостной своей структуре движения, без расчленения на отдельные части» [20].

Расчлененно-конструктивный метод. Предусматривает «расчленение целостного двигательного действия (преимущественно со сложной структурой) на отдельные фазы или элементы с поочередным их разучиванием и последующим соединением в единое целое» [25].

Метод сопряженного воздействия. Сущность его состоит в том, что «техника двигательного действия совершенствуется в условиях, требующих увеличения физических усилий (при метании утяжеленного копья, прыжках в длину с утяжеленным поясом и т.п.)» [26].

Методы стандартного упражнения «направлены на достижение и закрепление адаптационных перестроек в организме. Стандартное упражнение может быть непрерывным и прерывистым (интервальным)» [28].

Метод стандартно-непрерывного упражнения представляет собой непрерывную мышечную деятельность без изменения интенсивности (как правило, умеренной) [28]. Наиболее распространенными разновидностями данного метода являются: а) равномерное упражнение (длительный бег, плавание, бег на лыжах, гребля и другие виды циклических упражнений); б) стандартное поточное упражнение (многократное непрерывное выполнение элементарных гимнастических упражнений).

Метод стандартно-интервального упражнения – это, как правило, повторное упражнение, когда многократно повторяется одна и та же нагрузка. При этом между повторениями могут быть различные интервалы отдыха.

Методы переменного упражнения - данные методы характеризуются «направленным изменением нагрузки в целях достижения адаптационных изменений в организме. При этом применяются упражнения с

прогрессирующей, варьирующей и убывающей нагрузкой. Упражнения с прогрессирующей нагрузкой непосредственно ведут к повышению функциональных возможностей организма» [6].

Круговой метод представляет собой «последовательное выполнение специально подобранных физических упражнений, воздействующих на различные мышечные группы и функциональные системы по типу непрерывной и интервальной работы» [18]. Для каждого упражнения определяется место, называемое «станцией».

Благодаря методу круговой тренировки можно развить как общие физические качества, так и одно двигательное качество.

Суть тренировки по круговому методу состоит в следующем: 8–12 упражнений выполняются по кругу, чтобы оказать на мышцы длительное воздействие. В отдельных случаях это может быть повторение одного упражнения. Метод круговой тренировки повышает нагрузку на сердечно-сосудистую систему и органы дыхательного аппарата.

Метод круговой тренировки включает в себя упражнения на гибкость, ловкость, расслабление. Программа тренировок должна быть комбинированной, то есть задействовать разные группы мышц. Круговой метод имеет три варианта выполнения: непрерывно-поточный, поточно-интервальный и интенсивно-интервальный.

Непрерывно-поточная тренировка предусматривает выполнение упражнений безостановочно, одно за другим с маленьким интервалом для отдыха. Повышение индивидуальной нагрузки происходит за счёт увеличения мощности работы. Кроме того, увеличивается количество упражнений в одном или нескольких раундах (кругах). Сокращается время выполнения упражнений (10–15 секунд), но возрастает время отдыха (30–40 секунд). Такой вариант эффективен для комплексного развития двигательных качеств.

Поточно-интервальный тренинг состоит из 20–40-секундных упражнений по простой технике. Период отдыха во время такого вида тренинга минимален, ведь основная задача поточно-интервальной методики заключается в том, чтобы развить силовую выносливость, совершенствовать дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

Интенсивно-интервальная тренировка подходит для подготовленных спортсменов. Мощность упражнений достигает 70% от максимума возможностей и достигается путём увеличения интенсивности. Сокращение времени выполнения упражнений и увеличение времен отдыха (40 — 90 секунд).

Соревновательный метод

Соревновательный метод – это «выполнение физических упражнений в конкурентном сопоставлении сил в условиях упорядоченного соперничества или достижения возможно высокого результата» [22].

Данный метод готовит спортсменов или любителей к соревнованиям и марафонам.

Использование соревновательного метода упражнения в уроке физической культуры «создает особый эмоциональный и физиологический фон, который усиливает воздействие упражнения на организм школьников. Это одно из главных достоинств и особенностей этого метода. Но это своеобразие является и некоторым ограничением использования соревновательного метода, поскольку он предоставляет ограниченные возможности для точного нормирования нагрузки, регулирования воздействий и непосредственного руководства деятельностью занимающихся. В этом отношении он занимает промежуточное положение между игровым методом и методами строго регламентированного упражнения» [34].

Игровой метод - это «выполнение физических упражнений с использованием сюжетно-ролевой подвижной или спортивной игры» [22].

Игровой метод - это творческий подход к решению спортивных задач и достижению намеченных целей. Физическая нагрузка в спортивной игре практически не поддаётся дозировке, но может регулироваться набором определённых действий, например, спортивные игры: футбол, волейбол, хоккей и другие.

У большинства авторов не вызывает сомнения «эффективность применения игрового метода при комплексном воспитании физических качеств и совершенствовании двигательных действий» [10, 23]. Однако существует «некоторое разночтение в использовании игрового метода на начальных этапах освоения разучиваемого движения» [24,29].

В связи с этим Л.П. Матвеев высказался следующим образом: «Игровой метод в силу всех присущих ему особенностей используется в процессе физического воспитания не столько для начального обучения движениям, или избирательного воздействия на отдельные способности, сколько для комплексного совершенствования двигательной деятельности в усложнённых условиях. В наибольшей мере он позволяет совершенствовать такие качества и способности, как ловкость, быстрота ориентации, находчивость, самостоятельность, инициативность» [24]. Такого же мнения придерживается А.А. Гужаловский говоря о том, что «игровой метод способствует совершенствованию освоенного двигательного действия и выработке умений ими пользоваться. Однако игровой метод не может быть использован для разучивания новых двигательных действий» [6].

Но существует несколько иная точка зрения. Ю.Д. Железняк считает, что «в первый месяц специализированных занятий спортивными играми процесс овладения основными технико-тактическими навыками, умениями и знаниями протекает быстрее и качественнее при использовании подвижных игр» [23].

Подобную мысль об эффективном использовании игрового метода в технической подготовке юных гимнастов высказывает в своих работах

М.А.Иванов [10]. В.А. Папенко приводит данные опроса опытных учителей и пишет: «...при ответах на вопрос о формировании стойкого интереса к занятиям физической культурой респонденты отдали предпочтение в 84% игровой методике, а при выборе методики при обучении двигательным действиям предпочитали указанную методику в 80% и в соответствии со своим личным опытом, указывали, что это наиболее нравящийся метод упражнения в начальных классах» [19].

Но увеличение игрового материала в уроке не безгранично, и поэтому в работе Л.П. Матвеева говорится о том, что «в стремлении провести урок интересно нельзя перегружать его развлекательными моментами, в частности, игровыми, так как это может перевозбудить детей, лишить их способности сосредоточиться на менее интересных, но необходимых упражнениях» [27].

Влияние различных методов упражнения на интерес школьников исследовался различными авторами. Так, Л.П. Матвеев акцентирует внимание на ключевом моменте в выборе и применении методов упражнения, а именно: «В результате сложились три типа методов: строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный. Отношение к этим методам в различных системах физического воспитания долгое время было не свободно от тенденции к неоправданному противопоставлению (в ряде европейских стран, например, недооценивался соревновательный метод, а в некоторых американских странах – методы строго регламентированного упражнения). В этой связи принципиально важно исходить из того, что ни один метод, каким бы хорошим он ни был сам по себе, взятый в отрыве от других, не может рассматриваться как единственно полноценный. Лишь совокупность методов, используемых в соответствии с методическими принципами, может обеспечить успешную реализацию комплексных задач физического воспитания» [27].

Этой же точки зрения в применении различных методов упражнения придерживается А.А. Гужаловский. Он высказывают мысль о том, что «наилучших результатов добьются те тренеры, которые, не переоценивая роли игрового и соревновательного методов, будут творчески стремиться к оптимальному их сочетанию с другими средствами и методами обучения, воспитания физических качеств и личности ребенка в зависимости от конкретных педагогических задач и индивидуальных особенностей занимающихся» [6].

В данном исследовании мы будем придерживаться вышеизложенной точки зрения о необходимости сочетания всех методов упражнения для формирования интереса к обучению.

Выводы по главе

В настоящее время педагоги все активнее исследуют возможности добровольного вовлечения детей в учебный процесс, создания заинтересованности и эмоциональной привлекательности занятий, их мотивированности, учета потребностей и интересов школьников.

Основными методами упражнения являются: методы строго регламентированного упражнения; игровой метод соревновательный метод.

В данном исследовании мы будем придерживаться точки зрения о необходимости сочетания всех методов упражнения для формирования интереса к обучению.

ГЛАВА II. ЗАДАЧИ, ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Задачи исследования

Для достижения поставленной цели в бакалаврской работе были поставлены следующие **задачи исследования**:

1. На основе анализа психолого-педагогической и методической литературы по проблеме исследования исследовать возможности влияния различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

2. Определить влияние различного соотношения методов упражнения на уровень интереса к урокам физической культуры у школьников 5-6 классов.

3. Определить оптимальное сочетание методов упражнения в процессе физического воспитания учащихся средних классов на уроках физической культуры.

2.2. Методы исследования

В бакалаврской работе использовали следующие **методы исследования**:

1. Анализ специальной литературы по теме исследования.
2. Анкетирование.
3. Опрос
4. Педагогическое наблюдение.
5. Педагогический эксперимент.
6. Методы математической статистики.

1. Анализ специальной литературы по теме исследования позволил обобщить существующие взгляды по проблеме исследования, подобрать методики для проведения исследования.

2. Анкетирование

Анкетирование школьников проводилось по специальной анкете (Приложение) для определения уровня интереса к урокам физической культуры

3. Опрос

Применялся с целью изучения мотивов посещения и выявления уровня интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры (ранжирование по значимости (см. приложение).

4. Педагогическое наблюдение

Педагогическое наблюдение проводилось за всеми участниками педагогического эксперимента на всех этапах исследования.

5. Педагогический эксперимент

Педагогический эксперимент заключался в организации исследования с целью выяснения эффективности влияния различных методов упражнения на формирование интереса школьников к урокам физической культуры.

Педагогический эксперимент заключался в том, что в четырех классах (5 «А», 5 «Б», 6 «А», 6 «Б») уроки физической культуры проводились с использованием различных способов соотношения различных методов обучения: методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного.

Педагогический эксперимент включал в себя констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент.

6. Методы математической статистики. Для обработки полученных экспериментальных данных были использованы общепринятые методы математической статистики.

С помощью компьютера были вычислены следующие величины:

1) «средняя арифметическая величина X по формуле:

$$\bar{X} = \frac{\sum X_i}{n}, \text{ где } \Sigma - \text{ символ суммы, } X_i - \text{ значение отдельного измерения,}$$

n —число вариант» [17];

2) «среднее квадратичное отклонение по формуле:

$$\sigma = \frac{X_{i \max} - X_{i \min}}{K}$$
, где $X_{i \max}$ – наибольший показатель, $X_{i \min}$ – наименьший показатель, K – табличный коэффициент» [41];

3) «стандартная ошибка среднего арифметического значения по формуле:

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n-1}}$$
, где σ – среднее квадратичное отклонение, n – число значений» [41];

4) «параметрический критерий t – Стьюдента и r -критерий с помощью компьютерной программы «Статистика». Мы рассчитывали двухвыборочный t – критерий для независимых выборок по формуле:

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{\frac{\delta^2}{N_1} + \frac{\sigma^2}{N_2}}}$$

где M_1 – среднее арифметическое первой выборки; M_2 – среднее арифметическое второй выборки; σ_1 – стандартное отклонение первой выборки; σ_2 – стандартное отклонение второй выборки; N_1 – объем первой выборки; N_2 – объем второй выборки» [17].

2.3. Организация исследования

Исследование проводилось на базе ГБОУ ООШ п. Приморский.

Педагогический эксперимент проходил с октября 2019 года по март 2020 года. В исследовании принимали участие 56 человек (5-6 классы). Задачи исследования решались в три этапа.

Исследование включало в себя три этапа:

На первом этапе была сформулирована тема исследования. Также на этом этапе были сформулированы основные принципы исследования, его гипотеза, цели и задачи. Также на данном этапе был проведен анализ

литературных источников по проблеме, подобраны методы исследования.

Этот этап также включал изучение мотивов посещения школьниками уроков физической культуры (анкетирование и опрос (см. приложение 1)). Измерение уровня активности и интереса к урокам по показателям успеваемости и посещаемости (на основе изучения классных журналов).

На втором этапе были разработаны и апробированы уроки по физической культуре с различным соотношением методов упражнений.

Педагогический эксперимент заключался в том, что в четырех классах (5 «А», 5 «Б», 6 «А», 6 «Б») уроки физической культуры проводились с использованием различных способов соотношения различных методов обучения: методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного

В ходе занятий в каждом экспериментальном классе решались единые образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, но соотношение методов упражнения при этом были различны.

На третьем этапе после проведения занятий с использованием различного соотношения методов упражнения участники экспериментальных групп вновь прошли анкетирование и опрос, по результатам которых можно было определить динамику интереса к урокам физической культуры в зависимости от применяемого соотношения методов упражнения.

На этом же этапе был проведен качественный и количественный анализ экспериментальных данных, после чего результаты исследований были обобщены и на их основе были сформулированы выводы и оформлена выпускная квалификационная работа.

Выводы по главе

Во второй главе нами были сформулированы и уточнены задачи исследования, подобраны методы исследования и спланирован педагогический эксперимент.

Педагогический эксперимент проходил с октября 2019 года по март 2020 года на базе ГБОУ ООШ п. Приморский и состоял из трех этапов.

На первом этапе была сформулирована тема исследования, проведен анализ литературных источников по проблеме, подобраны методы исследования.

На втором этапе были разработаны и апробированы уроки по физической культуре с различным соотношением методов упражнений.

Суть педагогического эксперимента состояла в том, что в четырех классах (5 «А», 5 «Б», 6 «А», 6 «Б») уроки физической культуры проводились с использованием различных способов соотношения различных методов обучения: методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного

На третьем этапе после проведения занятий с использованием различного соотношения методов упражнения был проведен качественный и количественный анализ экспериментальных данных, после чего результаты исследований были обобщены и на их основе были сформулированы выводы.

ГЛАВА III. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

3.1. Организация уроков физической культуры с использованием различных методов

Исследование проводилось на базе ГБОУ ООШ п. Приморский.

После выявления мотивов посещения школьниками 5-6 классов уроков физической культуры и оценки уровня активности и интереса к урокам, учитывая показатели успеваемости и посещаемости (на основе изучения классных журналов) была разработана методика обучения, учитывающая соотношение различных методов упражнения. Для этого был организован педагогический эксперимент. Он заключался в том, что в четырех классах (5 «А», 5 «Б», 6 «А», 6 «Б») уроки физической культуры проводились с использованием различных способов соотношения различных методов обучения: методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного (см. таблица 1). Ученики 5 «А» и 6 «А» классов вошли в состав экспериментальных групп, а ученики 5 «Б» и 6 «Б» - в состав контрольных групп.

Таблица 1 -Соотношение методов упражнения в содержании уроков,%

Сочетание методов	Методы упражнения	
	Строго регламентированного упражнения	Игровой и соревновательный
№1: 40/60	40	60
№2: 55/45	55	45
№3: 70/30	70	30
№4: 85/15	85	15

В сочетании методов №1 метод строго регламентированного упражнения применялся в объеме 40%, соревновательный и игровой методы – 60%; сочетании методов №2 метод строго регламентированного упражнения применялся в объеме 55%, соревновательный и игровой методы

– 45%; в сочетании методов №3 метод строго регламентированного упражнения применялся в объеме 70%, соревновательный и игровой методы – 30%: в сочетании методов №4 метод строго регламентированного упражнения применялся в объеме 55%, соревновательный и игровой методы – 45%.

В ходе занятий в каждом экспериментальном классе решались единые образовательные, воспитательные и оздоровительные задачи, но соотношение методов упражнения при этом были различны.

Указанные в таблице соотношения планировались и строго выдерживались от урока к уроку, на протяжении всего педагогического эксперимента.

3.2. Обоснование эффективности опытно-экспериментального исследования

Опытно-экспериментальное исследование проводилось в несколько этапов. На первом этапе были проанализированы цели и мотивы, побуждающие школьников 5-6 классов к занятиям физическими упражнениями. Результаты опроса представлены в таблице.

Таблица 2 -Установка школьников на занятиях физическими упражнениями и спортом (в %)

Группа школьников	X± mр
1. Считающие занятия физ.упражнениями необходимыми (группа А)	60,2 ±1,8
2. Не имеющие уверенности в необходимости занятий (группа Б)	21,3±1,8
3. Не считающие занятия физ.упражнениями необходимыми (группа В)	17,1 + 1,3
4. Не дали ответа	1,4±0,5

На основании полученных данных можно сделать выводы, что только 60,2% школьников считаю необходимыми занятия физическими

упражнениями и спортом, 21,3% - не полностью уверены в необходимости занятий физическими упражнениями и спортом; 17,1 % опрошенных вообще не видят необходимости для занятий физическими упражнениями спортом в настоящее время.

Учитывая, что почти 40% учеников не считают занятия физическими упражнениями необходимостью, свидетельствует о недостаточном уровне осознанного отношения к физической культуре и осознанию ее важности.

При этом следует отметить, что данный факт отрицательно сказывается и на посещаемости: у учеников с более высокими установками на занятия физическими упражнениями посещаемость выше, и наоборот (таблица 3).

Таблица 3 - Посещение занятий по физической культуре учениками, имеющими разную установку на занятия физическими упражнениями

Количество занятий, посещаемых учениками в течении месяца	Группы школьников			
	Группа А. P±mp	Группа Б P±mp	Группа В P ±mp	Все группы P±mp
Посещают все занятия	8,1 ±1,6	-	-	5,0±1,0
Посещают 5-6 занятий	22,3 + 2,4	25,0±4,2	9,5±3,2	20,8± 1,8
Посещают 3-4 занятия	41,8±2,8	43,5 + 4,8	35,7+5,2	41,1±2,2
Посещают 1-2 занятия	23,6 + 2,4	29,6+4,4	51,2+5,5	29,5 + 2,0
Не делали ответа	4,2+1,1	1,9±1,3	3,6+2,0	3,6+0,8
Средняя посещаемость в группах	48,0±2,8	42,6±4,8	33,3±5,1	44,4+2,2

На втором этапе были исследованы мотивы, побуждающие школьников к занятиям физическими упражнениями (таблица 4, рис.1).

Таблица 4 - Структура мотивов к занятиям физическими упражнениями

Мотив	%
Получение оценки по физической культуре	42%
Улучшение телосложения	25%
Поддержание общей работоспособности	19%
Поддержание и укрепление здоровья	35%
Поддержание спортивной формы, спортивной формы	26%
Потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями	21%
Развлечение, интересное времяпровождение	15%
Желание быть разносторонне физически развитым человеком	23%
Устранение физических недостатков, развитие физических качеств	14%
Активный отдых	17%

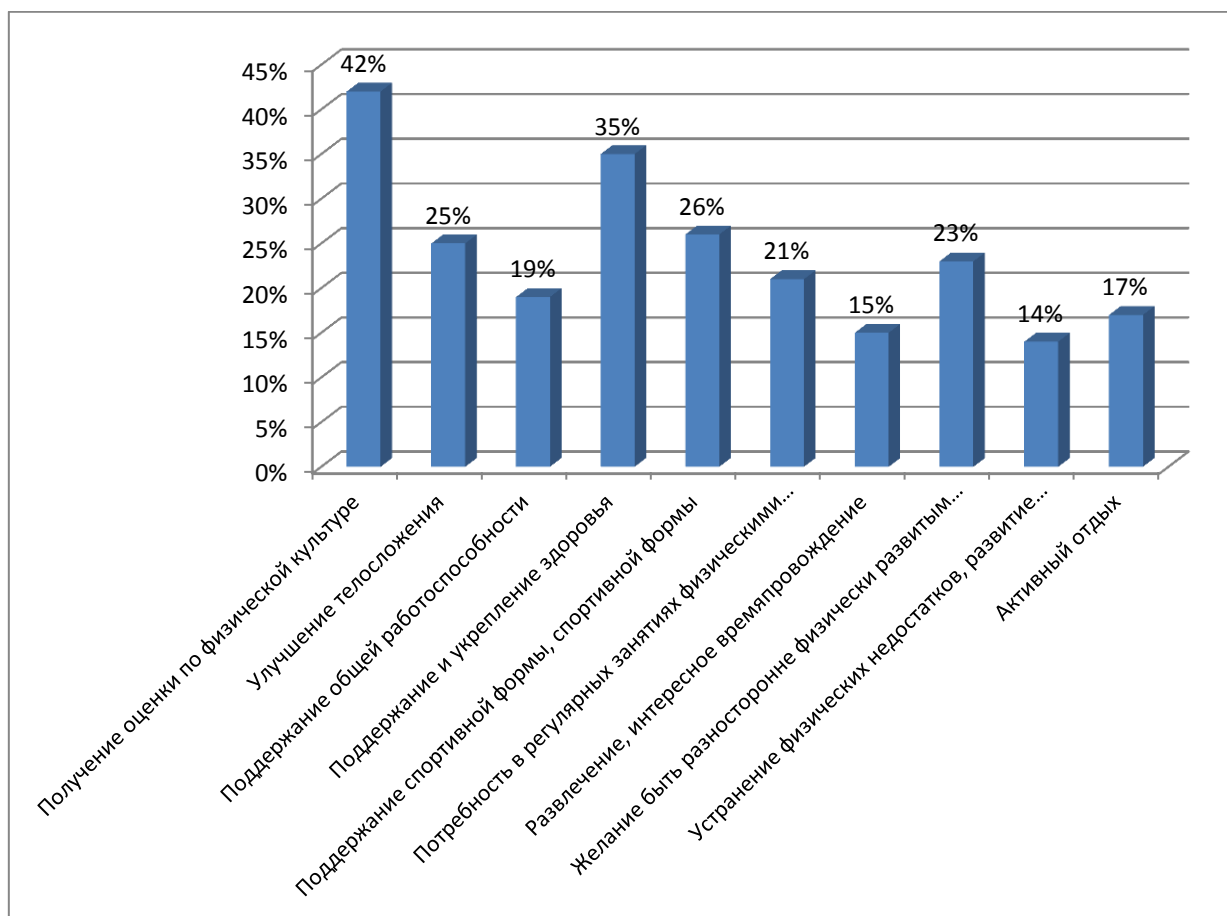


Рисунок 1 - Структура мотивов, побуждающих школьников

Таким образом, на основании полученного исследования были сделаны выводы, что основным мотивом, побуждающим школьников 5-6 классов к занятиям физическими упражнениями является получение оценки (42%).

Отметим, что «знание структуры этих мнений очень важно для их упорядочения и выявления наиболее общих, ведущих мотивов» [14].

Для решения этой задачи был использован векторный анализ. Данные векторного анализа мотивов представлены в таблице 5. В ней даны не только величины углов и их знаки, но и ранги (места), занимаемые ими в общей структуре взаимосвязей.

Таблица 5 - Результат векторного анализа мотивов в приложение к отдельным компонентам отношений учащихся к занятиям физическим упражнениям

Мотивы, которым руководствуются учащиеся при занятиях физическими упражнениями	компоненты отношений					
	«установка»		«поведение»		«интерес»	
	угол	ранг	угол	ранг	угол	ранг
Мотивы, побуждающие учащихся к занятиям физическими упражнениями						
1. Достижение спортивных результатов, спортивной формы	26	2	62	1	10	9
2. Потребность в занятиях, привычка	21	6	50	2	5	10,5
3. Развлечение	15	9	14	6,5	13	7
4. Ориентация на получение оценки	-42	14	-24	16	-23	14,5
5. Разностороннее физическое развитие	23	4,5	14	6,5	26	1
6. Улучшение телосложения	25	3	10	8	5	10,5
7. Поддержание работоспособности	19	7	17	4,5	24	2
8. Устранение физических недостатков	14	10	17	4,5	19	2
9. Активный отдых	17	8	9	9	15	5,5
10. Подготовка к будущей жизни	23	4,5	33	3	15	5,5
11. Укрепления здоровья	35	1	4	10	12	8

На основании полученных данных можно сделать вывод, что показателям установки на занятия физическими упражнениями наиболее приближены и, следовательно, имеющие связь, такие мотивы как «достижение спортивных результатов, спортивной формы», «разностороннее физическое развитие» и «подготовка к будущей жизни».

На третьем этапе исследовался интерес к урокам физической культурой в экспериментальных и контрольных группах, занимающихся с разным соотношением методов упражнений. Полученные результаты представлены в таблицах.

Таблица 6 - Среднее значение места урока физической культуры у участников контрольных групп

Соотношение методов	Соотношение методов стр. регл. упр/игр.,сорев.(%)	Период эксперимента				Разница	
		До		После			
		X	m	X	m	X	p
№1	40/60	1,64	0.1	1.24	0.11	0,4	<0,05
№2	55/45	1,69	0,11	1,14	0,12	0,55	<0,05
№3	70/30	1,62	0,15	1,74	0,17	0,12	>0,05
№4	85/15	1,6	0,13	2,1	0,15	-0,5	<0,05

Таблица 7 - Среднее значение места урока физической культуры у участников экспериментальных групп

Соотношение методов	Соотношение методов стр. регл. упр/игр.,сорев.(%)	Период эксперимента				Разница	
		До		После			
		X	m	X	m	X	p
№1	40/60	2,7	0,13	2,2	0,16	0,5	<0,05

Продолжение таблицы 7

№2	55/45	3,0	0,17	2,57	0,14	0,43	<0,05
№3	70/30	2,89	0,2	3,09	0,19	-0,2	>0,05
№4	85/15	2,95	0,16	3,55	0,2	-0,6	<0,05

По итогам полученных результатов были сделаны следующие выводы:

В контрольной группе при соотношении методов №1 (40/60) среднее значение места урока по физической культуре до эксперимента составляло 1,64 ранга, а по окончании эксперимента - 1,24 ранга. При этом было получено статистически достоверное уменьшение среднего значения места урока физической культуры у школьников ($p < 0,05$), на основании чего можно сделать вывод, что данное соотношение методов оказывает положительное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

В контрольной группе при соотношении методов №2 (55/45) среднее значение исследуемого показателя составило 1,69 ранга до эксперимента и 1,14 ранга после эксперимента ($p < 0,05$).

В контрольной группе при соотношении методов №3 (70/30) среднее значение места урока физической культуры до эксперимента составило 1,62 ранга, а после эксперимента - 1,74 ранга ($p > 0,05$). Следует отметить, что изменение показателя статистически не достоверно.

В контрольной группе при соотношении методов №4 (85/15) среднее значение исследуемого показателя составило 1,6 ранга до эксперимента и 2,1 ранга после эксперимента ($p < 0,05$). На основании полученных данных можно сделать вывод, что используемое соотношение методов снижает интерес школьников к урокам физической культуры.

В экспериментальной группе при соотношении методов №1 (40/60) среднее значение места урока физической культуры до эксперимента равнялось 2,7 ранга, а после эксперимента - 2,2 ранга. При этом было

получено статистически достоверное уменьшение среднего значения места урока физической культуры у школьников ($p < 0,05$), на основании чего можно сделать вывод, что использованное соотношение методов оказывает положительное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

В экспериментальной группе при соотношении методов №2 (55/45) среднее значение исследуемого показателя составило 3,0 ранга до эксперимента и 2,57 ранга после эксперимента ($p < 0,05$). На основании чего можно сделать вывод, что использованное соотношение методов также оказывает положительное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

В экспериментальной группе при соотношении методов №3(70/30) среднее значение места урока физической культуры до эксперимента составило 2,89 ранга, а после - 3,09 ранга ($p > 0,05$). При этом следует отметить, что изменение данного показателя статистически не достоверно.

В экспериментальной группе при соотношении методов №4 (85/15) среднее значение исследуемого показателя составило 2,95 ранга до эксперимента и 3,55 ранга после эксперимента ($p < 0,05$). На основании полученных данных можно сделать вывод, что используемое соотношение методов снижает интерес школьников к урокам физической культуры.

На основании полученных данных можно сделать вывод, что соотношение методов(строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного), находящиеся в пределах 35-65% и 65-35%, оказывают положительное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

Применения соотношения методов, не входящих в данные границы, способны снижать интерес школьников к урокам физической культуры.

На следующем этапе мы исследовали уровни интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры при различном соотношении методов. Полученные результаты представлены в таблицах.

Таблица 8 - Уровень интереса у участников контрольных групп к урокам физической культуры, балл

Соотношение методов	Соотношение методов стр. регл. упр/игр.,сореv.(%)	Период эксперимента				Разница	
		До		После			
		X	m	X	m	X	p
№1	40/60	9,1	0,14	9,4	0,13	0,3	<0,05
№2	55/45	9,2	0,15	9,3	0,17	0,10	<0,05
№3	70/30	9,3	0,2	9,2	0,21	-0,1	>0,05
№4	85/15	9,35	0,17	9,15	0,15	-0,20	<0,05

Таблица 9 - Уровень интереса у участников экспериментальных групп к урокам физической культуры, балл

Соотношение методов	Соотношение методов стр. регл. упр/игр.,сореv.(%)	Период эксперимента				Разница	
		До		После			
		X	m	X	m	X	p
№1	40/60	9,0	0,14	9,52	0,2	0,52	<0,05
№2	55/45	9,2	0,15	9,45	0,16	0,25	<0,05
№3	70/30	9,3	0,2	9,25	0,23	-0,05	>0,05
№4	85/15	9,55	0,16	9,3	0,17	-0,25	<0,05

На основании полученных данных можно сделать следующие выводы:

В группах, занимающихся с соотношением методов №1 (соотношение методов 40/60) уровень интереса к урокам физической культуры (в баллах) до эксперимента у участников контрольных групп составлял 9,1 балла, а после – 9,4 балла; у участников экспериментальных групп – 9,0 и 9,52 соответственно. В данных группах можно отметить положительное влияние используемых методов упражнения на интерес к урокам физической культуры, причем данное влияние наиболее выражено в экспериментальной группе.

В группах, занимающихся с соотношением методов №2 (соотношение 55/45) также были отмечены положительные изменения уровня интереса к урокам физической культуры: у участников контрольных групп он составил 9,2 балла, а после эксперимента – 9,3 балла. У участников экспериментальных групп – 9,2 и 9,45 соответственно. Данные изменения характеризуют положительное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры, причем данное влияние наиболее выражено в экспериментальной группе.

В группах, занимающихся с соотношением методов №3 (соотношение методов 70/30) были выявлены незначительные негативные изменения уровня интереса: у участников контрольных групп показатель до эксперимента составлял 9,3 балла, а после – 9,2; а у участников экспериментальных групп – 9,3, и 9,25 соответственно. При этом следует отметить, что данные не являются статистически достоверными.

В группах, занимающихся с соотношением методов №4 (соотношение методов 85/15) было отмечено значительное уменьшение интереса к урокам физической культуры: у участников контрольных групп уровень интереса до эксперимента составлял 9,35 балла, а после – 9,15 балла; а у участников контрольных групп – 9,55 и 9,3 соответственно. Полученные данные

характеризуют отрицательное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

На основании полученных данных можно сделать вывод, что оптимальным соотношением методов упражнения для формирования интереса школьников следует считать сочетание, при котором методы строго регламентированного упражнения составляют 55%, а игровой и соревновательный - 45% от времени урока.

Использование данного соотношения методов упражнения оказывает влияние на повышение интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

На следующем этапе был проведен анализ посещаемости и успеваемости.

Анализ посещаемости и успеваемости учащихся на уроках физической культуры, основанный на данных журналов классов, показали, что в контрольной группе успеваемость возросла в среднем на 2,2 балла (по 10 балльной шкале оценке, принятой в школе), а в экспериментальной группе – на 2.8 балла.

На следующем этапе в ЭГ и КГ ученикам было предложено выполнить задание одинаковой сложности по проведению спартакиады. По результатам проведения был произведен подсчет ошибок в обеих группах.

Таблица 10 - Результаты выполнения заданий в ЭК и КГ

Группы	Количество учащихся	Количество заданий	Ошибки всей группы	Средняя ошибка на 1 ученика
ЭК	28	17	6	0,8
КГ	28	17	15	1,4

Данные таблицы свидетельствуют о более эффективном выполнении задания по физкультурно-спортивной деятельности учащихся в ЭГ, в более активном переносе у них знаний, умения и навыков физической культуры.

При этом результаты участия в спортивных состязаниях также были разными - команда ЭГ в среднем, одержала побед больше на 24%, чем команда КГ. С целью получения достоверных результатов исследования было проведено сопоставление данных, полученных по оценке учителей и методистов, и самооценки умений и навыков школьниками.

Таблица 11 - Изменение объективных показателей физкультурно-спортивной работы школьников

№ п/п	Разделы работы, мероприятия	Исходные	Конечные
I. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА			
1.	Посещаемость занятий (в %)	90,0	97,5
2.	Успеваемость учащихся по физическому воспитанию	94,7	94,3
3.	Устойчивость состава спортивных секций	46,7	18,0
4.	Прекращение спортивной деятельности	28,7	9Д
5.	Занятия по физической культуре	41,0	11,0
II. ВОСПИТАТЕЛЬНО-АГИТАЦИОННАЯ РАБОТА			
1.	Проведение ин формаций и бесед	79	383
2.	Проведено собраний и бесед	49	103
3.	Осуждено спортивных телепередач	-	26
4.	Просмотрено кинофильмов	1	18
5.	Организовано культпоходов и экскурсий	1	9
6.	Изготовлено наглядной агитации	2	8
7.	Проведено спортивных вечеров и праздников	1	3
III. СПОРТИВНО-МАССОВАЯ РАБОТА			
1.	Число учащихся, занимающихся в секции	13	21
2.	Количество приведенных соревнований	2	7

Продолжение таблицы 11

3.	Проведено комплексных спартакиад	1	4
4.	Проведено спортивных мероприятий в классах	1	15

Таким образом, по окончании эксперимента было отмечено улучшение всех показателей, подтверждающих эффективность выбранного соотношения методов упражнений.

Выводы по главе

Автором настоящего исследования была подготовлена и апробирована на практике методика оптимального соотношения различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

Так, в результате педагогического эксперимента было установлено, что оптимальным соотношением методов упражнения для формирования интереса школьников следует считать сочетание, при котором методы строго регламентированного упражнения составляют 55%, а игровой и соревновательный - 45% от времени урока. Использование данного соотношения методов упражнения оказывает влияние на повышение интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

Таким образом, полученные результаты исследования показали эффективность проведенной работы.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Автором настоящего исследования была подготовлена и апробирована на практике методика оптимального соотношения различных методов упражнения на формирование интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

Педагогический эксперимент проходил с октября 2019 года по март 2020 года на базе ГБОУ ООШ п. Приморский.

Суть педагогического эксперимента состояла в том, что в четырех классах (5 «А», 5 «Б», 6 «А», 6 «Б») уроки физической культуры проводились с использованием различных способов соотношения различных методов обучения: методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного

Так, в результате педагогического эксперимента было установлено, что оптимальным соотношением методов упражнения для формирования интереса школьников следует считать сочетание, при котором методы строго регламентированного упражнения составляют 55%, а игровой и соревновательный - 45% от времени урока. Использование данного соотношения методов упражнения оказывает влияние на повышение интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры.

В группах, занимающихся с данным соотношением методов также были отмечены положительные изменения уровня интереса к урокам физической культуры: у участников контрольных групп он составил 9,2 балла, а после эксперимента - 9,3 балла. У участников экспериментальных групп - 9,2 и 9,45 соответственно. Данные изменения характеризуют положительное влияние на интерес школьников 5-6 классов к урокам физической культуры, причем данное влияние наиболее выражено в экспериментальной группе.

При этом анализ посещаемости и успеваемости учащихся на уроках физической культуры, основанный на данных журналов классов, показали, что в контрольной группе успеваемость возросла в среднем на 2,2 балла (по 10 балльной шкале оценке, принятой в школе), а в экспериментальной группе – на 2.8 балла.

Таким образом, полученные результаты исследования показали эффективность проведенной работы.

На основании полученных данных можно сделать выводы, что разработанное и апробированное соотношение методов упражнений может быть использовано в процессе обучения для формирования интереса школьников к урокам физической культуры.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Асеев, В.Г. Мотивация поведения и формирования личности / В.Г. Мотивация.-М., «Мысль», 1976.- 158 с.
2. Бабанский, Ю.К. Оптимизация учебно-воспитательного процесса: (Метод. основы) / Ю. К. Бабанский. - М. : Просвещение, 1982. - 192 с.
3. Войлоков, А.М. Исследование отношения учащихся старших классов к урокам физической культуры и путей воспитания интереса к ним : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.00 / А.М.Войлоков. - Ленинград, 1971. - 228 с.
4. Гегель, Г.В.Ф. Энциклопедия философских наук. Т. 1. Наука логики / Г.В.Ф. Гегель.= М., «Мысль», 1974.-452 с.
5. Гордон, Л.А. Потребности и интересы / Л.А. Гордон// Советская педагогика. – 1939, №9. – С. 129-143.
6. Гужаловский, А.А. Основы теории и методики физической культуры / А.А. Гужаловский. – М.: ФиС, 1986. – 351 с.
7. Дуркин, П.К. Формирование у школьников интереса к физической культуре: учеб. пособие / П.К. Дуркин. - Архангельск: Изд-во, Арханг. гос. техн. ун-та, 2006. - 128 с.
8. Джумаев, З. Взаимодействие школы и семьи как фактор формирования у школьников интереса к физической культуре (на материале сельской школы Туркменской ССР) : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.04. - Чарджоу, 1983. - 180 с.
9. Зимняя, И.А. Педагогическая психология : учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогическим и психологическим направлениям и специальностям / И. А. Зимняя. - Москва : Университетская книга; Логос, 2008. - 382 с.
10. Иванов, М.А. Игровой метод как фактор, повышающий эффективность специализированной подготовки юных гимнастов :

диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.04. - Москва, 1983. - 182 с.

11. Ильин, Е.П. Психология спорта. / Е.П. Ильин. - СПб.: Питер, 2012. - 352с.

12. Изучение мотивации поведения детей и подростков / Под ред. Л.И. Божович . М., Педагогика, 1972.- 352 с.

13. Ильин, Е.С. Мотивация и мотивы. Спб., Питер . -2011. - 508 с.

14. Леонтьев, Д.А. Понятие мотива у А.Н. Леонтьева и проблема качества мотивации // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2016.— №2 — с.3-18.

15. Макарова, И. В. Общая психология : учебное пособие для среднего профессионального образования / И. В. Макарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 185 с.

16. Морозова, Н.Г. Учителю о познавательном интересе / Н.Г. Морозова. – М.: Знание, 1979. – 47 с.

17. Образцов, П.И. Психолого-педагогическое исследование: методология, методы и методика / П.И. Образцов. - Орел, 2012. - 145 с.

18. Основы теории и методики физической культуры: учебник для институтов физической культуры / Под ред. А.А. Гужаловского. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 352 с.

19. Папенко, В.А. Формирование спортивных интересов и запросов у школьников-старшеклассников в структуре свободного времени / В.А. Папенко //Тез. Всесоюзн. Научно – практической конференции "Научные основы физкультурно-оздоровительной работы среди населения". – М., 1986. – С. 18.

20. Пиянзин, А. Н. Теория физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : электрон. учеб. пособие / А. Н. Пиянзин, А. А. Джалилов ; ТГУ ; Ин-т физ. культуры и спорта ; каф. "Физ. культура и спорт". - Тольятти : ТГУ, 2017. - 80 с.

21. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. - СПб.: Питер, 2010. - 713 с.
22. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений /Э.Я. Степаненкова. М.: Академия, 2006. - 368 с.
23. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению "Педагогическое образование", профиль "Физическая культура" / Ю. Д. Железняк др. ; под ред. Ю. Д. Железняка. - 9-е изд., стер. - Москва : Академия, 2014. - 460 с.
24. Теория и методика физической культуры / Л. П. Матвеев. - Москва : Физкультура и Спорт : СпортАкадемПресс, 2008. - 542 с.
25. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебник / И.С. Барчуков / Под общ. ред. Г.В. Барчуковой. — 5-е изд., стер. — Москва : КНОРУС, 2017. — 366 с.
26. Тиссен, П.П. Теория и методика обучения физической культуре : учебно-методическое пособие / П.П. Тиссен, Т.А. Ботагариев. — Оренбург : ОГПУ, 2019. — 127с.
27. Теория и методика физического воспитания : Учебник для ин-тов физ. культуры / Под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. Л. П. Матвеева и проф. А. Д. Новикова. - Москва : Физкультура и спорт, 1976. - 302 с.
28. Теория и методика физической культуры : учебник для студентов высших учебных заведений, осуществляющих образовательную деятельность по направлению 521900 "Физическая культура" и специальности 022300 - "Физическая культура и спорт" / [Ю. Ф. Курамшин [и др.] ; под ред. Ю. Ф. Курамшина. - 4-е изд., стер. - Москва : Советский спорт, 2010. - 463 с.
29. Теория и методика физической культуры : учебное пособие / Министерство спорта Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма" ;

[авторы составители: М. В. Махинова и др.]. - Краснодар : КГУФКСТ, 2019. - 348 с.

30. Фирсин, С.А. Формирования устойчивого интереса школьников к занятиям физической культурой: монография / С. А. Фирсин ; Гос. образовательное учреждение высш. проф. образования "Саратовский гос. ун-т им. Н. Г. Чернышевского". - Саратов : Наука, 2010. - 142с.

31. Фомин, Н.А. Возрастные основы физического воспитания. / Н.А. Фомин, В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1972. – 175 с.

32. Формирование интереса к учению у школьников / [Г. С. Абрамова, Б. М. Грицишин, Л. К. Золотых и др.]; Под ред. А. К. Марковой; НИИ общ. и пед. психологии АПН СССР. - М. : Педагогика, 1986. - 191 с.

33. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. -М.: Академия, 2008. — 480 с.

34. Шиндина, И.В. Теория и методика физической культуры и спорта : учебное пособие / И.В. Шиндина, Е.А. Шуняева. — Саранск : МГПИ им. М.Е. Евсевьева, 2015. — 203 с.

35. Щукина, Г.И. Формирование познавательных интересов учащихся в процессе обучения(в восьмилетней школе) / Г.И. Щукина. – М.: Учпедгиз, 1962. – 230 с.

Приложение А

Анкета «Уровень интереса к урокам физической культуры»

За основу была взята анкета Е.Г. Еделева.

Исследование уровня интереса к уроку физической культуры включало следующие вопросы:

- а) ждешь ли ты урока физической культуры?
- б) хочешь ли ты, чтобы уроков физической культуры было больше?
- в) ждешь ли ты окончания урока физической культуры (проверочный вопрос)?

г) некоторые считают, что уроки физической культуры не нужны. Согласен ли ты с этим?

Предлагалось три варианта ответов, утвердительный (да - 3 балла), отрицательный (нет - 1 балл) и нейтральный (не знаю - 2 балла), исключая проверочный вопрос, где положительный ответ (да - 1 балл) и отрицательный (нет - 3 балла), нейтральный вопрос оценивался также в 2 балла. Интерес к урокам выражался в количестве набранных баллов по результатам анкетирования.

Приложение Б

Опрос на тему «Исследование мотивов посещения занятий по физической культуре»

Опрос осуществлялся в двух формах – ранжирование учебных предметов по степени интерес к ним, и ответе на вопрос «Почему вы посещаете уроки физической культуры?»

В первом случае необходимо было написать по порядку предметы, изучаемые в школе, по мере того, как они нравятся (первым ставится тот предмет, который нравится больше, вторым - меньше и т.д.). Вычислялось значение среднего места урока физической культуры в каждом исследуемом классе и процент детей, у которых урок физической культуры стоял на первом месте.

Во втором случае школьникам предлагалось ответить на один вопрос - почему вы посещаете уроки физической культуры? «Необходимо было выбрать один ответ из предложенных:

- а) получить хорошую оценку;
- б) пообщаться с товарищами;
- в) посоревноваться со сверстниками;
- г) быть здоровым, сильным, выносливым, ловким;
- д) стать стройным, иметь хорошее телосложение;
- е) не иметь неприятностей от учителей и родителей;
- ж) подвигаться на уроке;
- з) интересно провести время» [7].

Подсчитывалось процентное содержание каждого из названных школьниками мотивов посещения уроков в каждом исследуемом возрасте.