

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ 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 кафедры)

49.03.01 «Физическая культура»

(код и наименование направления подготовки, специальности)

«Физкультурное образование»

(направленность (профиль)/ специализация)

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему: «Методы упражнения как фактор влияющий на
генерирование интереса школьников среднего звена к урокам
физической культуры»

Студент

К.О. Вовченко

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Руководитель

А.Н. Пиянзин

(И.О. Фамилия)

(личная подпись)

Допустить к защите

Заведующий кафедрой к.п.н., доцент А.А. Подлубная

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

(личная подпись)

« _____ » _____ 2018 г.

Тольятти 2018

АННОТАЦИЯ

на бакалаврскую работу Кирилла Олеговича Вовченко
по теме: «Методы упражнения как фактор влияющий на генерирование
интереса школьников среднего звена к урокам физической культуры»

В данной бакалаврской работе исследован интерес к занятиям физической культурой, организационно-методические условия проведения подвижных игр в непосредственно образовательной деятельности детей. Процесс исследования позволил выявить:

- временной отрезок на уроках физической культуры у школьников среднего звена (5-6 классы) при применении соотношения методов упражнения учителями физической культуры на практике, как фактора повышения интереса к занятиям;

- различные пропорции методов упражнения в разной степени влияют на познавательную активность и интерес учащихся 5-6 классов.

Гипотезой исследования явилось предположение о более эффективном процессе генерирования интереса школьников 11-12 лет к урокам физической культуры при целенаправленном, систематическом использовании в содержании уроков физической культуры приемлемых соотношений методов строго регламентированного упражнения, соревновательного и игрового. Это, по нашему мнению, вызовет положительные эмоции у школьников и создаст позитивную внутреннюю позицию к урокам физической культуры.

Структура работы представлена введением, тремя главами, практическими рекомендациями, списком литературы и приложением.

Бакалаврская работа состоит из 54 страниц печатного текста и содержит в себе введение, три главы, заключение, список используемой литературы, 7 таблиц, 4 рисунка.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение	4
Глава 1. Психолого-педагогические условия формирования интереса к урокам физической культуры	7
1.1. Теоретический анализ проблемы развития интереса у школьников среднего звена к урокам физической культурой, понятие интереса, его место в мотивационной структуре личности.....	7
1.2. Анализирование факторов и некоторых воззрений исследователей в области физической культуры на генерирование интереса школьников к занятиям физическими упражнениями.....	14
1.3. Характеристика методов упражнения и их влияние на интерес учащихся к урокам физической культуры.....	17
Глава 2. Методы и организация исследования	24
2.1. Методы исследования.....	24
2.2. Организация исследования.....	28
Глава 3. Особенности формирования интереса к урокам физической культуры у учащихся 5-6 классов под влиянием различного соотношения методов упражнения	31
3.1. Анализ посещаемости и успеваемости учащихся на уроках физической культуры.....	31
3.2. Цели и мотивы, побуждающие школьников к занятиям физическими упражнениями.....	36
Заключение	48
Список используемой литературы	49
Приложения	52

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В последнее время в физическом воспитании школьника главенствующую позицию занимает проблема, связанная со снижением активности учеников в учебной деятельности, ухудшением здоровья, снижением уровня их мотивации к учебе. На этом фоне задача учителя физической культуры обеспечение на занятиях высокого уровня активности учащихся, применение разнообразных средств и методов проведения урока с целью развития и формирования физических качеств, двигательных умений и навыков.

В практике школьного физического воспитания наличествует противоречие между имеющимся и необходимым уровнем интереса учеников к урокам физической культуры. В научно-методической литературе имеется достаточно материала с рекомендациями по формированию интереса детей, с использованием различных путей и факторов его повышения к занятиям физической культурой и спортом [24, 29].

Среди многообразия предлагаемых средств и методов, как указывают исследователи, без внимания остается один из важнейших, эффективных и доступных факторов повышения интереса школьников к урокам физической культуры – соотношения методов упражнения, применяемых в процессе урока. Специалистами также отмечается, что роль методов упражнения для повышения мотивации еще не имеет достаточно полного теоретического, научного, экспериментального обоснования. Это подтверждается дефицитом конкретных практических рекомендаций применения различного соотношения методов упражнения для эффективного влияния на интерес учеников к урокам физической культуры, а впоследствии на их моторную активность и процесс воспитания физических качеств.

Имеющиеся противоречия между наличествующим и необходимым уровнем интереса школьников к урокам физической культуры и неимение точных практических рекомендаций применения всевозможных

соотношений методов упражнения на протяжении физического воспитания школьников, стало причиной выбора темы квалификационной работы «Методы упражнения как фактор влияющий на генерирование интереса школьников среднего звена к урокам физической культуры».

Объект исследования – интерес учащихся 11-12-летнего возраста к урокам физической культуры.

Предмет исследования – влияние методов упражнения на процесс генерирования интереса учащихся среднего школьного звена к урокам физической культуры.

Цель исследования – установить оптимальное соотношение методов строго регламентированного упражнения, соревновательного и игрового в процессе генерирования интереса к урокам физической культуры у учащихся среднего школьного звена.

Задачи исследования:

1. Изучить состояние проблемы и обосновать влияние различного соотношения методов упражнения на генерирование интереса школьников среднего звена к урокам физической культуры;

2. Установить влияние различного соотношения методов строго регламентированного упражнения соревновательного и игрового на уровень интереса к урокам физической культуры у школьников среднего звена;

3. Определить оптимальное сочетание методов строго регламентированного упражнения, соревновательного и игрового в процессе физического воспитания учеников средних классов на уроках физической культуры.

Методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы по проблеме мотивации
2. Анкетирование
3. Опрос
4. Социометрия

5. Тестирование

6. Педагогический эксперимент

7. Методы математической статистики.

Гипотеза исследования: Мы предполагаем, что эффективность процесса генерирования интереса школьников 5-6 классов к урокам физической культуры возможна при систематическом, целевом применении оптимальных соотношений методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного в содержании этих уроков. Это, по нашему мнению, вызовет положительные эмоции у школьников и создаст позитивную внутреннюю позицию к урокам физической культуры.

Научная новизна исследования состоит в следующем:

– выявлена доля времени на уроках физической культуры у школьников среднего звена при применении соотношения методов упражнения учителями физической культуры на практике, как фактора повышения интереса к занятиям;

– различные соотношения методов упражнения в разной степени влияют на познавательную активность и интерес учащихся 5-6 классов.

Практическая значимость. Изученная методика содействует сохранению, укреплению, формированию интереса у детей среднего школьного звена к урокам физической культуры.

Возможность применения в практической работе школ, профессиональной подготовке специалистов по физической культуре и спорту методических рекомендаций по организации межличностного взаимодействия, формированию благоприятных взаимоотношений в классах.

ГЛАВА 1. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1.1. Теоретический анализ проблемы развития интереса у школьников среднего звена к урокам физической культурой, понятие интереса, его место в мотивационной структуре личности.

Формирование интереса к урокам физической культуры у школьников 5-6 классов возможно в случае построения учебно-воспитательного процесса с учетом возрастных особенностей, использованием оптимального соотношения методов упражнения, активным внедрением творческих заданий; формирование интереса к урокам с опорой на личностно-ориентированный подход.

Современные тенденции в физическом воспитании стали причиной создания новых программ, допускающих большие вариационные возможности в деятельности учителя. Задача учителя на уроках физической культуры - это обеспечение высокого уровня активности учащихся, «необходимо, чтобы школьники проявляли интерес к занятиям физическими упражнениями, стремились развивать необходимые физические и психические качества и получали удовлетворение от уроков» [8].

Одни из основных факторов влияющих на активность школьников - это правильная постановка задач урока, оптимальная загруженность учеников на уроке, создание положительного эмоционального фона. Эмоциональный фон зависит от обстановки на уроке, поведения учителя, самочувствия ученика, использование игрового и соревновательного методов.

Бальсевич пишет: «Интерес – это осознанное положительное отношение к чему-либо, побуждающее человека проявлять активность для познания интересующего объекта» [6]. Интерес человека не относится к врождённым свойствам личности, это результат формирования человека, обусловленный социальным окружением, сферой и характером деятельности.

Определение соотношения понятий «потребность», «интерес», «мотив» является значимым в свете понимания схемы формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом. В значительной степени потребность связана с необходимостью, а интерес является более осознанным и эмоционально окрашенным, так как конкретизируется в выборе определенного способа удовлетворения этой потребности. В основе мотивов к конкретному виду деятельности, направленному на их удовлетворение, лежат интерес и потребности. Активность в сфере физической культуры гарантируют интересы, потребности и связанные с ними мотивы. В период соответствия цели и внешних мотивов возникает внутренняя мотивация, формирующая активный интерес к занятиям физической культурой.

Современный образовательный процесс на первый план выдвигает личность обучающегося как активного деятеля и параллельно обучение школьников умениям и навыкам, предметным знаниям. Эту проблему рассматривали многие известные педагоги и психологи, как Л.И. Божович, А.Н. Леонтьев и др. Именно ими была поднята проблема повышения у школьника интереса к учению, то есть - формировать мотив.

О.В. Чикишева в своих исследованиях характеризует внешние и внутренние, объективные и субъективные факторы, влияющие на формирование интереса детей, выделяет более важные внешние факторы (социально-педагогические): «...общество, через повышение престижа деятельности; средства массовой информации; семья как социокультурная среда воспитания и развития личности; школа и система внешкольного образования; сверстники, друзья, товарищи» [33].

«В психологии интерес характеризуют рядом определенных качеств: широта (круг интересов), глубина (степень интереса), устойчивость (продолжительность сохранения интереса), мотивированность (преднамеренность интереса), действенность (проявление активности для удовлетворения интереса)» [1].

Как пишет Гужаловский А.А., Гунасян Р.П., Мирзоян Б.А.: «Многоступенчатость процесса формирования интереса к занятиям физической культурой включает в себя получение школьниками гигиенических знаний, изучение физических упражнений, приобретение психофизиологических знаний, усиленные занятия спортом» [10, 12]. В организации своей работы учитель должен быть нацелен на популяризацию физической культуры, воспитание у учащихся постоянной цели посещения уроков физической культуры – самосовершенствование, формирование целеустремленности, интереса к своему предмету, независимо от изучаемого материала, принимая во внимание конкретные причины проявления школьниками интереса к физической культуре.

«Школьники проявляют дифференцированный интерес к различному программному материалу. В младших классах мальчики отдают предпочтение спортивным играм, а девочки – подвижным. Все остальные упражнения учебной программы в этих классах нравятся учащимся примерно в равной степени» [18].

Почвой для формирования интереса к занятиям физическими упражнениями, как полагает М.И. Жаворонкова, выступает элементарная потребность в движении, интерес является источником возникновения необходимости в физическом совершенствовании [14].

М.А. Гордон считал, «что интересы возникают на базе потребностей, что в интересе обязательно проявляется та или иная потребность» [9]. Н.Г. Морозова, А.Г. Здравомыслов и Г.И. Щукина полагают, что «на основе элементарной познавательной потребности формируется интерес, а на основе интереса развиваются потребности более высокого уровня. Осознание человеком своей потребности превращает ее в интерес. Проявление интереса, в свою очередь, формирует мотив поведения, вызывает побуждение к деятельности» [16, 25, 35]. Законченные формы мотивов и потребностей на практике остаются нереализованными без умения ученика ставить цели и осмысливать способы их достижения в учебной деятельности.

В своей педагогической практике учителя упускают возможность решения задач, ориентированных на формирование постоянного и долговременного интереса к занятиям физическими упражнениями в последующие годы жизни учащихся.

А.С. Макаренко, Я.А. Коменский, К.Д. Ушинский и другие, видевшие в ребенке прежде всего личность полагали: «главное противоречие заключается в соотношении потребностей и интересов учеников со стремлениями педагогов, как носителей требований и интересов общества, диктуемые объективными условиями бытия, разрешается через интерес школьников к содержанию учебного процесса» [32].

«Педагог должен знать, как писал К.Д. Ушинский, что учение, лишенное всякого интереса и взятое только силой принуждения, даже если оно и черпается из лучшего источника – из любви к воспитателю, убивает в ученике охоту к учению, без которого он далеко не уйдет» [32]. «Интерес – это не просто положение социального индивида, это положение, выражающееся в сознании, и вместе с тем сознание, переходящее в действие» [16].

В основном испытание школьниками удовлетворения во время занятий физическими упражнениями на уроке физической культуры ведет к поддержанию интереса и целеустремленности у учащихся.

Из особенностей саморазвития личности и черт поведения начинает складываться отношение к занятиям физической культурой. Положительное отношение к этим занятиям должно учитывать три важнейших момента: познавательный (когнитивный), эмоциональный, мотивационно-поведенческий. Отношение к физической культуре у учащихся средней школы, по мнению Шиянова Е.П., основывается на отдельных элементах таких как интересы, потребности, мотивы, цели, убеждения, ценности и др. В вопросе отношения к занятиям физической культурой учащихся школ Б.А. Ашмарин и Е.П. Ильин считают, что концепция индивидуального подхода на уроках физической культуры может как развивать персональные физические

качества личности, так и самостоятельно давать оценку физическому состоянию [2, 18].

Интерес школьников к процессу овладения знаниями, умениями и навыками – есть урегулирование разногласия между необходимым и желаемым в содержании учебного процесса. Генерирование интереса осуществляется путем осознания значимости, потребности учения, эмоциональной привлекательности занятий, это является исключительно значимым в среднем школьном возрасте. Разрешение разногласия между необходимым и желаемым в содержательной части урока физической культуры находится в генерировании интереса учащихся к занятиям физическими упражнениями.

Исследователи мотивов отношения, учащихся к физкультурно-спортивной активности утверждали об их изменениях с возрастом [15, 18, 27].

Мотивы учащихся младших классов наделены непостоянным, неустойчивым характером, зависимы от применяемых форм, методов воспитания, внешних обстоятельств. Уравновешенностью, стабильностью, большой социальной значимостью выделяются мотивы старшеклассников, и они, как и у младших школьников требуют поддержки [3]. Мотивы отношения учащихся к физкультурно-спортивной активности среднего школьного возраста переходные, нестабильные, носящие временный характер, имеющие ограниченно общественную направленность, но по окончании этого возрастного этапа с течением времени обретают стабильность, социальную значимость при адекватных воспитательных воздействиях. В следствии этого данный возраст нуждается на занятиях физическими упражнениями в позитивном эмоциональном фоне, в основном предопределяющем отношение, интерес к занятиям и зачастую эмоции являются мотивом поведения ученика.

Существует тесная взаимосвязь между поставленной человеком целью, попыткой ее достижения и развитием, а также действенностью мотива. В

физическом воспитании вопросы целеполагания, а именно подходы, сущность, структура этого процесса не удостоены большого внимания.

В своей работе С.С. Балабанов проанализировав данные учащихся 9 классов обозначил пик активности занятий физической культурой у мальчиков в 8 классе, у девочек в 7 классе далее, как подтверждают исследования М.И. Жаворонковой, наблюдается сокращение числа школьников этого возраста, занимающихся физической культурой и спортом. Отсюда следует рекомендация о воздействии на интерес учеников к урокам физической культуры до этапа его ослабления [4, 14].

Учащиеся начальной школы обладают довольно высоким уровнем интереса к урокам физической культуры. Уже в начале среднего школьного возраста происходят изменения отношения учеников к урокам физической культуры в направлении снижения, в этом возрасте отмечено начало периода полового созревания. Что влечет за собой изменения психики, это находит выражение в расширении внутреннего мира школьника, его жизненных интересов. На этом возрастном этапе актуально сохранение преимущества интереса на высоком уровне к урокам физической культуры. У многих детей интерес к учению снижается с переходом в средний школьный возраст [12, 15], школа теряет для учеников свои позиции эпицентра их духовной жизни. На формирование личности школьников влияют социальные установки, проявляющиеся в привычках поведения мужчин и женщин, ввиду этого занятия физическими упражнениями для девушек являются не столь приемлемыми.

Природа начала среднего школьного возраста не позволяет школьникам понять и принять ценность занятий физической культурой.

Приведенные В.А. Пономарчуком в своей работе данные констатируют, что 14 % учеников 5-8 классов называли мотивом физкультурных занятий их оздоровительную роль, причем интервьюирование помогло установить влияние на этот мотив прессы, телевидения, родителей, знакомых, радио [27]. Как считает М.А. Арвисто,

такой мотив надлежит трактовать как ситуативные факторы непосредственного влияния. Они не в состоянии быть постоянными регуляторами самостоятельной деятельности [3]. Это подтверждает у детей данного возраста несформированность социального отношения к физической культуре. В основном их физкультурная активность определена эмоциональными переживаниями привлекательности физкультурно-спортивной деятельности и приносимых им удовлетворения, удовольствия. Очевидно, необходимо больше уделять внимания в этом возрасте моментам, устанавливающим эмоциональную привлекательность занятий

Развивая интерес учеников к урокам физической культуры большое значение имеет конкретный годовой учебный план, задачи физического воспитания в нем должны решаться в единстве и взаимосвязи с задачами умственного, нравственного, эстетического и трудового воспитания.

Целесообразно снабжать школьника информацией, раскрывающей значимость какого-либо упражнения при обучении движению, а также при его совершенствовании с целью поддержания активного интереса к физической культуре. С целью поддержания активного интереса к физической культуре важно регулярно давать ученику информацию, показывающую ценность какого-либо упражнения при обучении движению и при совершенствовании этого движения [24, 28].

Урок физической культуры в наши дни должен представлять целостную систему, компонентами которой являются воспитание, обучение, развитие школьников, он должен ставить задачи воспитания потребности регулярно заниматься физическими упражнениями. Для достижения этой цели следует варьировать средства, формы, методы организации обучения, создавать игровые и соревновательные ситуации, осуществлять межпредметные связи, подталкивающие к поиску нестандартных форм, методов и средств проведения урока. И здесь важным является персональный подход [26].

1.2. Анализирование факторов и некоторых воззрений исследователей в области физической культуры на генерирование интереса школьников к занятиям физическими упражнениями

Концепция учебно-воспитательной работы в школе должна быть нацелена и подчинена работе по формированию у учеников необходимости в физическом совершенствовании [11].

Классический стандарт обучения и воспитания недостаточно считается с интересами, потребностями, внутренним миром учащихся, в следствии этого в настоящее время совершается трансформация от данного стандарта к механизму обучения и воспитания, основывающемуся на теории "компромисса". Теория «компромисса» рассматривает задачу формирования интереса к учению школьников как первостепенную и не отменяет главной миссии педагога, учитывает желания, потребности учащихся.

Авторы Ильин Е.П., Маркова А.К., Гунасян Р.П. и др. отмечают угасание у школьников возрастной динамики интереса к урокам физической культуры, в связи с тем, что школьное физическое воспитание имеет признаки классической педагогической системы. [12, 18, 22].

В "Комплексной программе физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы" была инициирована попытка трансформации, перестроения на новые позиции, авторы предлагают решать общепринятые задачи по обучению двигательным действиям, воспитанию физических качеств, проведение работы, направленной на формирование потребности в физическом совершенствовании, воспитание интереса к физической культуре на этапе обучения в школе и на последующих этапах жизни, мотивов занятий физическими упражнениями [21].

Формирование интереса к занятиям физической культурой, считает П.К. Дуркин, должно опираться на прогрессивных методах обучения, в наибольшей степени содействующих эффективному проведению урока при высокой степени их привлекательности [13].

Средства массовой информации, по данным исследований авторов,

влиять на развитие интереса у школьников к занятиям физическими упражнениями [34]. Ряд исследователей, изучивших отношение школьников к физической культуре и спорту, подтверждают более высокую физкультурную активность мальчиков в сравнении с девочками, полученные результаты свидетельствуют о возрастных различиях между ними в отношении к физической активности, обретающей стабильность [14, 23, 30].

Изрядное количество работ, в том числе авторов Дуркина П.К., Коджаспирова Ю.Г., Марковой А.К., посвящено исследованию влияния на физкультурные интересы школьников их социального окружения, а именно семьи, друзей, средства массовой информации, реклама и воспитательные мероприятия [13, 20, 22]. Роль родителей в вопросе формирования у школьников физкультурно-спортивных интересов велика. Большое значение имеет родительское отношение к занятиям физическими упражнениями, спортом.

Ряд авторов связывают физкультурную активность детей со спортивными умениями родителей их занятиями спортом. Многие исследователи едины во взглядах на роль учителя физической культуры, его работы в формировании у учащихся физкультурно-спортивных интересов [5, 7, 14]. Некоторые авторы полагают, что побудителями человека к деятельности являются несколько взаимосвязанных мотивов, совокупность же их есть мотивация [3, 18, 31].

Основной эмоциональной привлекательности физических упражнений служат потребность человека в движении, мотивы морального порядка, соревновательные мотивы – это первичные мотивы. Основу возникновения мотивов физкультурно-спортивных занятий составляют внутренняя позиция школьника, потребности и объективные условия жизни.

Авторы Божович Л.И., Славина Л.С., Жаворонкова М.И. находят, что только в тесной коллегиальной деятельности школьных учителей, классных руководителей, общественности, родителей возможно достижение положительных результатов в решении вопроса по установке позитивного

отношения к занятиям физическими упражнениями и уроку физической культуры [7, 14].

Интерес школьников к учению, считает исследователь Н.Г. Морозова, формируется двумя путями: в основе первого лежат положительно окрашенные эмоции, насыщенные переживания в процессе занятий. Эффект стойкого, сильного и нового впечатления, оставленного эмоциональной картиной уроков у школьника, вынуждает его стремиться "задержать" возникшую эмоцию. Базой для возникновения интереса и позитивного отношения ученика к урокам физической культуры являются эти эмоции, неоднократно повторяющиеся, интереса необычности, новизны [25].

В качестве отдельного направления можно рассматривать игровой и соревновательный методы упражнения, они представляются как более эффективные способы, порождающие позитивный эмоциональный фон на уроках физической культуры. Н.Г. Морозова рассматривает эмоциональную привлекательность усвоения учебного материала как ключевой момент в учении, что достигается внедрением адекватных средств, форм, методов структурирования учебной деятельности школьников. Использование данных методов в целях сделать урок интересным, указывает в своих трудах Л.П. Матвеев, должно быть регламентировано, не допускать перегрузки игровых и соревновательных моментов. Отрицательными последствиями перегрузки игрового и соревновательного методов упражнения может стать перевозбудимость учеников, лишаящая их способности сосредоточения на упражнениях, представляющих меньший интерес [23, 25].

В качестве фактора влияния на интерес школьников к урокам, их эффективность, на практике целесообразно применение наилучшего баланса методов строго регламентированного упражнения игрового и соревновательного.

Через осознанное отношение учащихся к занятиям физической культуры пролегает второй путь воспитания интереса к этим урокам, а также через формирование мотивов социального смысла учения, социальной

значимости, мотивов долга, личного и общественного смысла занятий физическими упражнениями. Данный путь приобретает особую важность в среднем возрасте, а точнее во 2-й его половине. Первый и второй путь тесно взаимодействуют.

Вид интереса, определенный как познавательный, играет существенную роль в ходе освоения учебного материала по физической культуре. Важно непрерывно стимулировать познавательный интерес школьника посредством содержательной стороны изучаемого материала; организацией и характером познавательной деятельности.

Средняя школа должна позитивно влиять на формирование интереса учащихся к сохранению своего здоровья средствами физической культуры, тем не менее решение данной задачи возложено преимущественно на учителей физической культуры.

1.3. Характеристика методов упражнения и их влияние на интерес учащихся к урокам физической культуры

Традиционными в практике организации и проведения уроков физической культуры методы, основанные на активной двигательной деятельности учащихся. «Под методами упражнения в физическом воспитании понимаются способы применения физических упражнений» [2].

Специфическая группа методов, применяемая в физическом воспитании, используется для решения предметных задач, сконцентрированных «на обучение технике выполнения физических упражнений и воспитание физических качеств. К этой группе относят:

- 1) методы строго регламентированного упражнения;
- 2) игровой метод;
- 3) соревновательный метод» [31].

Исследователи в области физической культуры утверждают, что исключительно оптимальное комбинация методов упражнения будет способствовать эффективному осуществлению целому ряду задач физического воспитания.

Методы строго регламентированного упражнения характеризуются: твердо предписанной программой, строгим и четким нормированием нагрузки (оптимальный баланс нагрузки и отдыха), основанием требуемых организационных условий для выполнения упражнения [31]. Целью применения данных методов является организация наилучших условий для усвоения двигательных умений и навыков или обеспечить более концентрированное воздействие на развитие конкретных физических качеств.

Управление разными аспектами подготовленности учащихся, возможно разграничено и на необходимом уровне, в случае потребности на стадии детального заучивания, выделять детали техники, развивать их порознь, стремясь к качеству выполняемой операции, такую возможность оказывает дозирование нагрузок с применением методов строго регламентированного упражнения [30].

К недостатку методов строго регламентированного упражнения следует отнести негативные психические состояния: монотонию и психическое пресыщение, возникающие в процессе работы со школьниками. Монотония отмечается понижением психической активности, утратой интереса к занятию, снижением внимания. В противовес монотонии психическое пресыщение характеризуется возрастанием возбудимости, раздражительности, возникновение неприязненного отношения к занятиям [23].

Методы строго регламентированного упражнения представлены двумя подгруппами: 1) методы обучения двигательным действиям; 2) методы воспитания физических качеств.

В ходе освоения целостности двигательных действий возможно использование двух приемов, предусматривающих разучивание целостного двигательного действия, это простейшие упражнения, которые нельзя расчлнить и разделение сложного технического действия на составляющие.

Практика приложения этих приемов зависит от сложности целостного двигательного действия.

Школьники на стадии обладания достаточным объемом знаний и умений, совершенствования используют методы частично регламентированного упражнения, допускающие более или менее вольный выбор действий учащимися для выполнения обозначенной задачи. Методы, составляющие эту подгруппу, различаясь по признакам тождественны в одном: они привносят в процесс элемент конкуренции между учащимися, тенденцию к установлению превосходства в каком-либо действии.

Соревновательный метод.

Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова дают определение методу: «это выполнение физических упражнений в конкурентном сопоставлении сил в условиях упорядоченного соперничества или достижения возможно высокого результата» [30]. Это способ выполнения упражнений в форме соревнований и эффективность данного метода проявляется при совершенствовании действия. Важным условием метода выступает подготовленность учеников к исполнению упражнений, в которых им надлежит конкурировать. Соревновательный метод позволяет добиться предельно возможного, на текущий отрезок времени, уровня развития физических качеств, функциональных возможностей учащихся.

Иванов М.А. в своей работе отмечает: «В начале это главным образом игровые формы состязаний, затем – учебные состязания "на качество" выполнения разучиваемого движения, еще позже - достижение количественных результатов "дальше, выше, быстрее"» [17]. Достоинством метода является стимулирование интереса и активации деятельности в процессе выполнения упражнений, фактор соперничества в ходе соревнований, рождающий особый эмоциональный и физиологический фон, усиливающий влияние упражнения на организм ученика и наивысшему проявлению функциональных возможностей организма. Такая особенность соревновательного метода выступает некоторым сдерживающим фактором

его применения, так как данный метод ограничивает в возможностях строгого нормирования нагрузки, упорядочивание воздействий и прямого руководства деятельностью обучающихся.

Следующие отличительные признаки соревновательного метода выделяют В.П. Баландин, Ж.В. Тома, А.А. Пашин в своей работе «Педагогические основы теории физической культуры»:

1. «Подчинение всей деятельности задаче победить в том или ином действии в соответствии с заранее установленными правилами.
2. Максимальное проявление физических и психических сил в борьбе за первенство, за высокие спортивные достижения.
3. Ограниченные возможности в управлении учениками, в регулировании их нагрузки» [5].

В ряду прочих методов упражнения соревновательный метод является ведущим при воспитании волевых и физических качеств, совершенствовании умений, навыков в более сложных условиях и предъявляет более высокие требования к функциональному и психофизическому потенциалу организма.

Соревновательный метод дает возможность:

- Стимулировать наивысшее выражение моторных способностей и выявлять степень их развития.
- Гарантировать наибольшей физической нагрузкой.
- Выявлять и оценивать качество владения двигательными действиями.
- Способствовать воспитанию волевых качеств.

Игровой метод - характеризуется выполнением физических упражнений с использованием спортивной или сюжетно-ролевой подвижной игры. Игровая двигательная деятельность, определенным образом упорядоченная, является основой игрового метода.

Практика использования данного метода упражнения активизирует деятельность школьников с помощью придания занятиям эмоциональной напряженности, внесения индивидуального и коллективного соперничества, помогает доводить до совершенства уже изученные двигательные действия и

формирование умения его использовать [10]. Игровой метод допускает отсутствие строгой упорядоченности действий, наличие возможных обстоятельств их совершения. Метод предоставляет возможность для самостоятельного проявления занимающимися творческих начал.

Показатели игрового метода:

- резко проявленное конкурирование, эмоциональность в игровых действиях;
- непостоянство ситуаций ведения борьбы, совершения движений;
- большая требовательность к созидательному, творческому начинанию в движениях;
- нет строгой упорядоченности в природе движений, их нагрузке;
- системное выражение многообразных двигательных качеств и навыков.

Игра считается оперативным методом воспитания этических, нравственных, психических качеств учащихся.

А.А. Гужаловский утверждает, что данный метод упражнения оказывает содействие в совершенствовании изученного двигательного действия, в формировании умений ими пользоваться, но не может применяться в целях разучивания новых двигательных действий [10].

Иное воззрение у авторов–исследователей, О.С. Чехова Ю.Д. Железняк, Ю.И. Клещева, на применение игрового метода на первичном этапе обучения двигательным действиям, считая, применение подвижных игр влияет на процесс овладения умениями, знаниями, ключевыми технико-тактическими навыками. Этот процесс происходит качественнее и ускоренно [15].

Л.П. Матвеев остерегает от чрезмерного применения игрового материала в процессе урока, поскольку перегрузка занятия игровыми, развлекательными моментами ведет к перевозбуждению учеников и не позволяет им сосредоточиться на менее интересных, но нужных упражнениях. Также недостаточно упорядоченный склад игровой деятельности не дает возможности четко и строго дозировать

психофизическую нагрузку и прицельно устранять фрагментарные недочеты. Не допустимо ограничиваться одним из методов как наилучшим. Приемлемая комбинация названных методов в соответствии с методическими положениями способна создать условия для эффективного воплощения совокупности задач физического воспитания. Единичный анализ плюсов и минусов применения методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного не позволяет постигнуть систему их взаимодействия, цельность и разногласие при решении задач физического воспитания учащихся.

Принимая во внимание точку зрения Л.П. Матвеева, выделяющего важный факт в выборе и использовании методов упражнения: "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 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" [23].

А.Д. Новиков, Л.П. Матвеев и А.А. Гужаловский придерживаются подобной точки зрения в применении разных методов упражнения и утверждают, что задача учителя, тренера не переоценить роль соревновательного и игрового методов упражнения, воспитание личности и физических качеств школьника с учетом индивидуальных особенностей занимающихся и определенных педагогических задач, стремиться к наилучшему сочетанию выше перечисленных методов с прочими средствами и методами обучения [10, 30]. Данная точка зрения близка нам, и мы придерживаемся ее в своем исследовании.

Важно определить масштаб оптимального соотношения различных методов упражнения, предоставляющих возможность положительно воздействовать на интерес учеников среднего школьного звена к урокам физической культуры, не ослабляя, а по возможности повышая их эффективность.

Противоречие, лежащее в основе использования различных методов упражнения, раскрывается в возможностях методов регламентированного упражнения, позволяющих успешно решать преобладающее количество задач физического воспитания, однако их избыточное использование ведет к ослаблению интереса учащихся к урокам физической культуры [27].

Большой широтой возможностей в воспитании единичных физических качеств генерировании эмоционального и физиологического фона на уроке, обладают игровой и соревновательный методы упражнения. В связи с тем, что каждая группа методов упражнения, наделена определенными особенностями, не допускающими возможность им решать целый спектр важных и требуемых задач физического воспитания школьников в соответствующей степени следует их применять в совокупности. В виду этого появляется необходимость установить и эмпирически обосновать эффективность применения разных пропорций методов строго регламентированного упражнения, соревновательного и игрового в ходе выполнения соответствующих задач уроков физической культуры.

«Качество процесса физического воспитания учащихся определяет их познавательная и двигательная активность, уровень развития физических качеств» [30]. Это становится допустимым при наличии неизменного интереса к урокам физической культуры.

Таким образом, колебание интереса в сторону повышения или ослабления к урокам физической культуры обнаруживается в отклонении степени их моторной и познавательной активности, воспитании физических качеств.

ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

2.1. Методы исследования

Решая поставленные в работе задачи, нами применены исследовательские методы:

1. *Анализ научно-методической литературы* – анализировалась литература, посвященная проблемам мотивации в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью, работы, обозначающие понятие «интерес», и характеризующие его факторы в ходе физического воспитания.

2. *Анкетирование* – осуществлялось для исследования степени интереса к уроку физической культуры (см. приложение).

3. *Опрос* – велся, чтобы исследовать уровень интереса, мотивы посещения уроков физической культуры (ранжирование по значимости (см. приложение)).

а) Исследование признаков нервных процессов (силы, уравновешенности, подвижности). Вскрытие этих свойств предусматривало рассмотрение взаимоотношения характера спортивного интереса школьников и признаков нервных процессов. Опросник Я. Стреляу применялся с целью исследования указанных признаков. Апробируемым давался опросник с 48 вопросами-утверждениями, касающимися поступков в спортивной деятельности с последующими ответами и балльной оценкой:

- 1) положительный ответ: в высшей степени + 3 балла; в умеренной степени + 2 балла; в незначительной степени + 1 балл.
- 2) отрицательный ответ: в незначительной степени - 1 балл; в умеренной степени -2 балла; в высшей - 3 балла.
- 3) неопределенный ответ - 0 баллов.

На вопросы с 1 по 16, с 17 по 32, с 33 по 48 баллы суммировались (алгебраическая), высчитывались проценты, определяющие выраженность уравновешенности нервных процессов, подвижности, силы.

б) Исследование спортивной мотивации школьников происходило с применением методики Р.А. Пилояна в модификации Е.Г. Бабушкина. Оценка производилась из пяти баллов ответов на утверждения.

Схема спортивной мотивации содержит основания:

- *Побудительные основания*, охватывающие две причины.

К1 - первая причина, она отражает принципиальную ориентацию школьника на исполнение духовных потребностей, самовыражение, выполнение общественного долга, самоутверждение. Определение коэффициента К1 происходило следующим образом. Оценивались ответы в 5 баллов «да, очень важно», в 4 балла «скорее важно, чем не важно», в 3 балла «не очень важно», в 2 балла «скорее не важно, чем важно», в 1 балл «не важно». Величина коэффициента К1 высчитывалась путем суммирования баллов при ответе с 1-15 вопрос и делением на 15.

К2 - вторая причина, отражающая нацеленность школьника на удовлетворение материальных потребностей. Определение величины коэффициента К2 осуществлялось суммированием баллов при ответе с 16 по 23 вопрос и делением на 8.

Фундаментальные основания, содержащие три причины:

К3 – первая причина, отражающая уровень заинтересованности ученика в благоприятном социальном климате спортивной деятельности. Вычисление величины коэффициента К3 производили делением на 11 суммы баллов при ответе с 24 по 34 вопросы.

К4 – вторая причина, отражающая уровень заинтересованности школьника в аккумулировании знаний /специальных/ и навыков. Величина коэффициента определялась суммированием баллов при ответе с 35 по 49 вопрос и делением на 15.

К5 – третья причина, отражающая уровень заинтересованности школьника в отсутствии болевых ощущений. Данный коэффициент вычисляли делением на 6 суммы баллов при ответе с 50 по 55 вопрос.

Процессуальные основания, содержащие две причины:

К6 - первая причина, отражающая уровень заинтересованности ученика в аккумулировании знаний о своих противниках. Величина коэффициента К6 высчитывали суммированием баллов при ответе с 56 по 71 вопрос и делением на 16.

К7 – вторая причина, отражающая уровень заинтересованности школьника в отсутствии психогенных воздействий, болевых ощущений, негативно отражающихся на итогах соревновательной деятельности. Коэффициент определялся суммированием баллов при ответе с 72 по 80 вопрос и делением на 9.

Мы отправлялись от следующего, анализируя результаты исследования: представленных выше семь коэффициентов разделены на три группы по их связи со спортивным результатом. В состав первой группы включен коэффициент К1, отражающий принципиальную ориентацию ученика и имеющий непосредственную связь со спортивным результатом. Высокое значение К1 дает высокие результаты.

Вторую группу составляют коэффициенты К3, К4, К5, К7, обладающие полярной связью со спортивным результатом. Третья группа состоит из коэффициентов К2 и К6. Величина этих коэффициентов находится в наилучшем спектре и устанавливается в каждом случае отдельно.

в) Анкета Е.Г. Бабушкина, содержащая 12 вопросов, послужила второй методикой. Участникам предлагалось ответить на один из трех предлагаемых ответов. Ответы несли мотивационную нагрузку, обозначающуюся в баллах. Первый ответ -3 балла, второй ответ - 2, третий - 1. Устанавливается сумма баллов, определяющая уровень стабильности интереса к занятиям по шкале. Стабильный интерес 31-36 баллов; недостаточно стабильный 27-30; непостоянный (нестабильный) интерес 26 баллов и менее.

4. *Социометрия*. В исследовании использовали в качестве основы шкалу приемлемости Бахарева Н.В. Высчитывались такие показатели:

1) социальное положение отдельного члена группы, определяющее доступность группой отдельного ее участника;

2) коэффициент сплоченности группы. Вскрывались причины положительного избрания и отвержения.

Методика «индекс сплоченности группы» применялась для оценивания привлекательности группы у каждого школьника через заполнение анкеты. Определялась общая сумма баллов для каждого члена группы и среднее арифметическое значение, выражающее уровень привлекательности группы для каждого члена [18].

5. *Тестирование.* В исследовании был использован данный метод как дополнительный в условиях соревнований. Проводился цветовой тест М.Люшера, описанный в работе «Методики психодиагностики в спорте» Тестируемым вручались картонные квадраты в качестве стимульного материала в количестве 8 шт. (5x5 см) со следующей нумерацией и цветами:

Главные цвета: зеленый (чувство убежденности, напористости, твердости); синий (символизирует невозмутимость, удовлетворенность, уравновешенность, сдержанность); светло-желтый (энергичность, активность, стремление к общению, веселость); оранжево-красный (символизирует враждебность, наступательные тенденции, силу волевого усилия, взволнованность).

Вспомогательные цвета: черный, коричневый, серый, фиолетовый.

Вспомогательные цвета представляют проявление неблагоприятного, отрицательного настроения: испытание страха, встревоженность, удрученность, стресс, горечь и т.п.

Суть теста: тестируемый выбирает в нисходящем порядке цвета №1 – цвет, который больше остальных нравится, №2 – цвет, стоящий на втором месте по привлекательности и так до №8, под ним выбирается цвет наименее привлекательный. Испытуемый создает 8 позиций. Интерес к соревнованиям и выраженность отдельных качеств личности определяется по порядку расположения цветов.

6. *Педагогический эксперимент.* Метод рассчитан на выявление эффективности предложенной методики для придания положительного

интереса к урокам физической культуры в соотношении методов упражнения. Рассмотрение и анализ документального материала в виде журналов учета посещаемости, предоставил возможность определить влияние определенного соотношения методов упражнения в программе уроков на интерес детей к этому уроку, их активность на занятиях.

7. Методы математической статистики:

Результаты обрабатывались с применением следующих методов математической статистики.

1) Нахождение среднего арифметического: $\bar{x} = \frac{1}{n} \sum x$, где n – количество испытуемых;

2) Критерий Studenta: $t = \frac{\bar{x}_2 - \bar{x}_1}{\sqrt{m_2^2 + m_1^2}}$, где m – ошибка среднего арифметического;

3) Стандартное отклонение результатов измерений: $G = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2}{n-1}}$;

4) Ошибка среднего арифметического: $S(m) = \frac{G}{\sqrt{n}}$.

2.2. Организация исследования

В пределах исследования рассматривалась активность учащихся в области физической культуры и спорта в качестве одного из показателей, описывающих их интерес к этому виду деятельности.

Исследование проводилось с марта 2016 г. – апрель 2018 г на базе АНО «Спортивный выбор». В нем принимали участие 40 человек (5-6 классы). Задачи исследования решались в три этапа.

I этап исследования (март 2016 г. - сентябрь 2017 г.): исследовалось состояние проблемы в наши дни, вносились коррективы в рабочую гипотезу, детализировались пределы соотношений методов упражнения в программе урока физической культуры, требуемые и достаточные для достижения поставленной в данной работе цели и полного подтверждения гипотезы. Изучались мотивы посещения учащимися уроков физической культуры, с этой целью проводилось анкетирование, опрос (см. приложение

1). На основе изучения классных журналов измеряли степень активности и интереса к урокам по показателям успеваемости и посещаемости.

II этап исследования (сентябрь 2017 г. – декабрь 2017 г.): с целью изучения воздействия соотношения методов упражнения на рост интереса и мотивы посещения уроков физической культуры учениками среднего школьного звена, был организован педагогический эксперимент. Содержание, которого сводилось к включению различных соотношений методов строго регламентированного упражнения, соревновательного и игрового в содержание уроков в четырех классах (5 «А», 5 «Б», 6 «А», 6 «Б») (см. рисунок 1)). Организованы 4 экспериментальные группы, в состав каждой вошло 10 школьников.

Процентное соотношение применения нами методов упражнения в экспериментальных группах было различным.

В ЭГ № 1 метод строго регламентированного упражнения применялся в объеме 40%, соревновательный и игровой методы – 60%; в ЭГ № 2 применялся соревновательный и игровой методы в объеме 45%, метод строго регламентированного упражнения - 55%; в ЭГ № 3 метод строго регламентированного упражнения - 70%, соревновательный и игровой методы – 30%; в ЭГ № 4 метод строго регламентированного упражнения - 55%, соревновательный и игровой методы – 45%.

В ходе занятий в каждом экспериментальном классе решались единые задачи образовательные, воспитательные и оздоровительные, однако различным было соотношение методов упражнения.

Обозначенные на рисунке 1 соотношения планировались и строго выдерживались от урока к уроку с сентября по декабрь.

В процессе всего эксперимента изучалось влияние методов упражнения на активность, интерес участников экспериментальных групп к урокам, основные мотивы посещения уроков физической культуры.

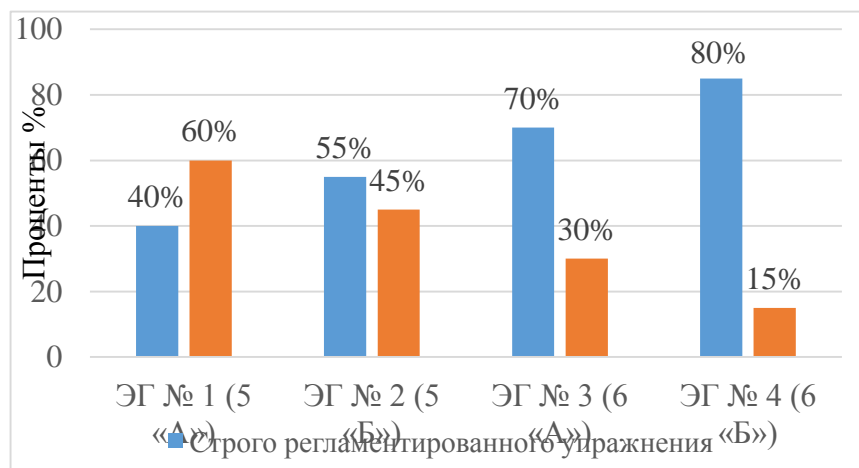


Рисунок 1. Соотношение методов упражнения в структуре уроков экспериментальных групп (%)

III этап исследования: (январь 2018 г. – апрель 2018 г.) через 16 недель занятий с участниками экспериментальных групп проведено повторное анкетирование и опрос, по результатам которых определена динамика интереса к урокам физической культуры в зависимости от применяемого соотношения методов упражнения. Итогом явилась обработка результатов методами математической статистики, а также проведены сравнительный анализ и обсуждение.

ГЛАВА 3. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА К УРОКАМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У УЧАЩИХСЯ 5-6 КЛАССОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ РАЗЛИЧНОГО СООТНОШЕНИЯ МЕТОДОВ УПРАЖНЕНИЯ

3.1 Анализ посещаемости и успеваемости учащихся на уроках физической культуры

В результате проведенного исследования были выявлены некоторые особенности формирования интереса к урокам физической культуры у учащихся средних классов под влиянием различного соотношения методов упражнения на уроках

Анализ посещаемости и успеваемости учащихся на уроках физической культуры, основанный на данных журналов классов, показали, что в ЭГ № 1 успеваемость возросла в среднем на 2,2 балла (по 10 балльной шкале оценки), в ЭГ № 2 – на 2,8 балла, в ЭГ № 3 и ЭГ № 4 успеваемость снизилась в среднем соответственно на 1,5 и 1,9 балла, что указывает на отрицательное влияние соотношения методов упражнения, применяемого в этих группах. Полученные в ходе эксперимента данные, представленные в таблице 1, позволили извлечь выводы об особенностях влияния разных соотношений методов упражнения на интерес школьников среднего звена к урокам физической культуры.

В процессе предварительного эксперимента определить влияние различных соотношений рассматриваемых методов упражнения на интерес школьников среднего звена к урокам физической культуры позволило ранжирование предметов учебной программы. Достоверного различия в изучаемых показателях до начала эксперимента не наблюдалось у всех испытуемых.

До начала эксперимента у мальчиков в ЭГ №1 среднее значение места урока физической культуры было 1,64 ранга, по завершении эксперимента – 1,24 ранга, у девочек до эксперимента – 2,7 ранга, по его окончании 2,2 ранга. В этой ЭГ зафиксировано статистически достоверное ($p < 0,05$) снижение

среднего значения места урока физической культуры. Результат свидетельствует о положительном влиянии применяемого соотношения методов упражнения на интерес учащихся среднего звена к вышеназванным урокам.

В ЭГ №2 отмечается достоверное снижение исследуемого показателя, у мальчиков до начала эксперимента среднее значение места урока физической культуры равнялось 1,69 ранга, по завершении исследования – 1,14 ранга ($p < 0,05$), у девочек – 3,0 ранга и 2,51 ранга ($p < 0,05$). Что подтверждает положительное влияние применяемого соотношения методов упражнения на интерес учеников к урокам физической культуры.

Среднее значение места интересующего нас урока в ЭГ №3 у мальчиков до исследования - 1,62 ранга, в финале - 1,74 ранга ($p > 0,05$), у девочек 2,89 и 3,09 ранга ($p > 0,05$). Наблюдали изменение показателей, не являющихся статистически достоверными. Мы пришли к выводу: соотношение методов упражнения, примененное в данной группе, не ведет к повышению интереса учащихся к урокам физической культуры.

До эксперимента у мальчиков в ЭГ №4 среднее значение места урока равнялось 1,6 ранга, в финале – 2,1 ранга ($p < 0,05$), у девочек соответственно – 2,95 ранга и 3,55 ранга ($p < 0,05$). При использованном соотношении методов упражнения результаты в ЭГ № 4 отображают угасание интереса школьников среднего звена к урокам физической культуры (таблица 1).

Таблица 1.

Среднее значение места урока физической культуры у школьников экспериментальных групп

Экспериментальная группа	Соотношение методов строго регл. упр./игр. соревноват. (%)	До эксперимента		После эксперимента		Разница	
		X (ранг)	m	X (ранг)	m	X (ранг)	p
Мальчики							
№ 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

Продолжение таблицы 1.

№ 4	85/15	1,6	0,13	2,1	0,15	-0,5	<0,05
Девочки							
№ 1	40/60	2,7	0,13	2,2	0,16	0,5	<0,05
№ 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

Выражением силы и характера воздействия на интерес учащихся к урокам физической культуры исследуемого фактора является разность между начальным и конечным его уровнем интереса учеников к урокам физической культуры. Предстает наглядная картина влияния соотношения методов упражнения на интерес школьников, и позволяет определить пределы соотношения методов упражнения, благоприятствующих поддержанию, повышению интереса учащихся к урокам физической культуры, и отрицательно воздействующих на изучаемый показатель.

Анализ данных позволяет резюмировать: рамки соотношений методов строго регламентированного упражнения, игрового и соревновательного, позволяющие поддерживать или повышать интерес учащихся к урокам физической культуры, находятся в пределах 35-65% и 65-35% соответственно. Снижению интереса школьников к урокам физической культуры способствуют применение соотношений методов упражнения, выходящих за выше обозначенные рамки, причем уровень снижения интереса будет зависеть от того, какая группа методов будет доминирующей.

Вопросы анкеты помогли выявить и оценить в баллах степень влияния разных соотношений методов упражнения на интерес школьников среднего звена к урокам физической культуры. В таблице 2 отображены результаты данного эксперимента.

В ЭГ №1 у мальчиков данной группы до эксперимента показатель интереса составил 11,5 балла, по завершении эксперимента – 11,89. Прослеживается рост интереса к финалу исследования. У девочек ЭГ №1 до

начала исследования - 9,0 балла, а по завершении эксперимента показатель уровня интереса к урокам физической культуры вырос и составил 9,52 балла.

В ЭГ №1 вскрыто положительное влияние различных соотношений методов упражнения на степень интереса школьников к урокам физической культуры, причем у девочек оно выражено в большей мере (таблица 2).

Таблица 2.

*Уровень интереса у школьников экспериментальных групп
к урокам физической культуры*

Экспериментальная группа	Соотношение методов строго регламентиров. упраж. /игрового, соревновательного (%)	До эксперимента		После эксперимента		Разница	
		X (балл)	m	X (балл)	m	X (балл)	p
Уровень интереса у мальчиков							
№ 1	40/60	11,5	0,14	11,89	0,13	0,35	<0,05
№ 2	55/45	11,25	0,15	11,65	0,17	0,45	<0,05
№ 3	70/30	11,3	0,2	11,2	0,21	-0,1	>0,05
№ 4	85/15	11,35	0,17	10,93	0,15	-0,42	<0,05
Уровень интереса у девочек							
№ 1	40/60	9,0	0,14	9,52	0,2	0,52	<0,05
№ 2	55/45	8,95	0,15	9,35	0,16	0,4	<0,05
№ 3	70/30	8,8	0,2	8,75	0,23	-0,05	>0,05
№ 4	85/15	8,87	0,16	8,3	0,17	-0,57	<0,05

В ЭГ № 2 также прослеживается положительная динамика, показатель уровня интереса составил 11,25 балла, по завершению испытания - 11,65 балла, у девочек до опыта - 8,95 балла и 9,35 балла по окончании испытания. Результаты ЭГ №2 доказывают факт положительного влияния, применяемой пропорции методов упражнения на интерес школьников этой группы к урокам физической культуры (таблица 2).

В ЭГ № 3 у мальчиков обнаружены небольшие отрицательные колебания уровня интереса. Показатель интереса до эксперимента у

мальчиков составил 11,3 после 11,2, у девочек соответственно 8,8, и 8,75. Эти изменения не являются статистически достоверными (таблица 2).

Значительное снижение исследуемого показателя наблюдается в экспериментальной группе № 4, у мальчиков показатель до эксперимента составил 11,35, после 10,93, у девочек соответственно 8,87 и 8,3 (таблица 2).

На основании полученных итоговых данных можно утверждать: на интерес школьников в ЭГ №3 к урокам физической культуры отрицательно влияет примененное соотношение методов упражнения.

Варианты пропорции методов упражнения в содержании уроков физической культуры несут нагрузку влияния на степень интереса учащихся 5-6 классов и, исходя, из количественного выражения могут привести положительный и отрицательный характер.

Границы положительного воздействия взаимного отношения методов упражнения на интерес школьников находится в рамках отношения методов строго регламентированного упражнения и игрового, соревновательного находятся в диапазоне 35-65/65-35%. Отрицательно влияет на интерес школьников среднего звена такое соотношение методов упражнения, когда долю строго регламентированного упражнения, равно как и игрового, соревновательного составляет более 75-80%.

Воспитание интереса к урокам физической культуры у учащихся 5-6 классов возможно наиболее успешно при 55% методов строго регламентированного упражнения и 45% игрового и соревновательного. Поднять уровень интереса школьников среднего звена к урокам физической культуры позволяет направленное применение оптимальных значений в соотношении методов упражнения.

Исследуя мотивы посещения уроков физической культуры учащимися, задействованными в эксперименте, 90% мальчиков экспериментальных групп основным мотивом посещения уроков называют желание быть здоровым, выносливым, сильным, ловким. 60-70% девочек также считают этот мотив главным. Для остальных участников эксперимента посещение

уроков физической культуры является следованием желанию интересного времяпровождения. В процессе педагогического эксперимента не обнаружена смена мотивов посещения школьниками уроков в зависимости от применения различного соотношения методов упражнения.

Из этого следует, применение оптимального соотношения методов упражнения закладывает комплиментарные условия проведения уроков, в свою очередь способствующих формированию позитивного отношения, интереса школьников к урокам физической культуры, повышению познавательной активности, влияющих на двигательную активность учащихся в процессе занятий.

Результаты эксперимента дали возможность установить границы благоприятного влияния соотношений методов упражнения на интерес учеников 5-6 классов к урокам физической культуры, что отвечает цели и задачам исследования.

3.2. Цели и мотивы, побуждающие учащихся к занятиям физическими упражнениями

В процессе исследования проведен опрос школьников, задействованных в эксперименте, с целью выяснения необходимости в занятиях физическими упражнениями. Получены следующие данные: учащиеся, считающие занятия физическими упражнениями и спортом важными и необходимыми для себя составляют 60,2% из опрошенных, другую группу составили школьники – 17,1%, считающие, что на данном временном отрезке такой необходимости у них нет, у 21,3% опрошенных отсутствует абсолютная уверенность в их необходимости (таблица 3).

Порядка 40% школьников не видят для себя необходимости в занятиях физическими упражнениями и спортом, отсюда вытекает заключение о низком уровне сознательности в отношении к урокам физической культуры, что отрицательно влияет на посещаемость этих уроков. В прямо пропорциональной зависимости находятся данные установки: и уровень

установки на занятия. С ростом уровня установки на занятия физическими упражнениями и идет рост уровня установки физическими упражнениями.

Таблица 3.

Установка школьников на занятия физическими упражнениями и спортом (в %)

№ п/п	Группа школьников	P ± mp
1.	Считающие занятия физическими упражнениями для себя неизменными	60,2 ± 2,2
2.	Отсутствует абсолютная уверенность в необходимости занятий физическими упражнениями	21,3 ± 1,8
3.	Считают, что на данном временном отрезке такой необходимости у них нет	17,1 ± 1,7
4.	Ответ не получен	1,4 ± 0,5

Примечание: P - процент опрошенных, mp - средняя ошибка процента

Таблица 4.

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

Количество занятий, посещаемых учениками в течение месяца	Группы школьников			
	Группа I P ± mp	Группа II P ± mp	Группа III P ± mp	Все группы P ± mp
Все занятия	8,1 ± 1,6	-	-	5,0 ± 1,0
5-6 занятий	22,3 ± 2,4	25,0 ± 4,2	9,5 ± 3,2	20,8 ± 1,8
3-4 занятия	41,8 ± 2,8	43,5 ± 4,8	35,7 ± 5,2	41,1 ± 2,2
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

Выявление конкретных целей, мотивов, побуждающих школьников к занятиям физическими упражнениями, раскрыло нам основной мотив: получение оценки по физической культуре, таких школьников из числа опрошенных 57,1%. Последующим стал мотив необходимости укрепления здоровья. Последнюю ступень заняли такие мотивы: отдых от учебных занятий, совершенствования телосложения, роста общей работоспособности, всестороннее физическое развитие. Главным мотивом среди опрошенных

школьников, рассматривающих занятия физическими упражнениями для себя как необходимые, выступает укрепление здоровья, они составляют 51,1 %. Мотивы, ставящие под сомнение потребность занятий физическими упражнениями: а) дефицит интереса и стремления к занятиям, убежденность в их бесполезности, ненужности, потому как школьники ощущают себя развитыми, крепкими и не видят положительного влияния на состояние здоровья, работоспособность и приложения результатов занятий в будущей деятельности (таблица 5).

Представленные в таблице 5 данные, дают понимание распространенности среди учеников каких-либо мнений о физическом воспитании, однако они не снабжают информацией об их структуре. Важно знание структуры этих мнений для их регламентирования и раскрытия преимущественно общих, ключевых мотивов.

Таблица 5.

Мотивы, согласно которым действуют учащиеся при занятиях физическими упражнениями и спортом

МОТИВЫ		P±mp
Мотивы, побуждающие учащихся к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом		
1.	Сохранение спортивной формы, завоевание высоких спортивных рубежей	7,8 + 1,4
2.	Необходимость в систематических занятиях физическими упражнениями, привязанность к ним	10,4 ± 1,4
3.	Интересный досуг, удовольствие	15,3 + 1,6
4.	Получение оценки по физической культуре	42,6 + 2,2
5.	Стремление быть многогранно физически развитой личностью	18,1 + 1,7
6.	Совершенствование сложения тела	30,7 + 2,1
7.	Стабилизация общей работоспособности	18,5 + 1,7
8.	Ликвидация физических дефектов, совершенствование выносливости, силы, быстроты и др. качеств	9,4 ± 1,3
9.	Отдых от учебных занятий	21,7 + 1,8
10.	Формирование качеств, требуемых в дальнейшей деятельности	8,0 ± 1,2
11.	Поддержание и улучшение, укрепление здоровья	37,0 ± 2,2

По завершении всех необходимых вычислительных процедур были установлены общие факторы, определяющие мотивы, стимулирующие к занятиям физическими упражнениями или тормозящие:

1. потребность в сохранении спортивной формы, связанная с готовностью завоевания высоких спортивных рубежей: привязанность к занятиям физическими упражнениями, установка на поддержание неизменного стремления к физической активности;

2. укрепление здоровья, многогранное физическое развитие, формирование качеств, требуемых в дальнейшей деятельности, нацеленность на прогрессирование функциональных проявлений признаков здоровья;

3. совершенствование сложения тела, укрепление здоровья, направленность на повышение внешних проявлений признаков здоровья;

4. ликвидация физических несовершенств, неудовлетворительный уровень развития некоторых физических качеств, стабилизация общей работоспособности, нацеленность на конкретно практическую значимость занятий, раскрывающуюся, в поддержании стремления быть «на уровне» как в учёбе, так и в физическом отношении;

5. интересный досуг, увеселение, тенденция на извлечение удовольствия в ходе занятий физическими упражнениями;

6. уверенность крепости своего здоровья и в высоком уровне физического развития, неимение цели занятий, неуверенность в их значимости, обязательности;

7. дефицит интереса, стремления к занятиям физическими упражнениями, ставка лишь на получение оценки по физическому воспитанию, диаметрально противоположное факторам 1 и 9 - равнодушие ко всем положительным моментам, связанным с занятиями физическими упражнениями, в атмосфере исключительно негативного эмоционального отношения к ним.

Приведенные факторы тождественны определенным данным, имеющимся в литературе. Зарубежные исследователи в области физической

культуры отмечают шесть параметров, стимулирующих к двигательной активности: здоровье, физическая подготовленность, динамичный отдых и релаксация (расслабление), развлечение и желанное возбуждение, приобретение эстетического опыта, способность принять физический вызов, занятия физическими упражнениями для социальных целей.

Данные из отечественной литературы также во многом совпадают с полученными результатами. Правда, имеются и существенные различия. Во-первых, при опросе в исследовании не затрагивались социальные мотивы, а, во-вторых, в других не рассматриваются мотивы отрицания необходимости занятий физическими упражнениями и спортом.

Исключительно важна информация о соотношении, выраженном в процентах, разных взглядов школьников на физическое воспитание, о составе мотивов, согласно которым они действуют при занятиях физическими упражнениями. Но она не позволяет делать выводы о том, в какой степени посещаемость занятий по физической культуре находится в зависимости от тех или иных мотивов.

Сопоставление отражения некоторых мотивов на трех компонентах отношений – когнитивном, поведенческом и эмоциональном позволяет обнаружить те элементы отношений, которые содействуют или тормозят воплощению отдельных мотивов в деятельности. Решение данной задачи сопровождалось использованием векторного анализа.

В качестве ведущих признаков были взяты показатели, характеризующие установку учащихся на занятия физическими упражнениями мнение об их необходимости: поведенческий - посещение занятий и эмоциональный - интерес к занятиям. Напомним, что вычисленные величины остаточных углов наклона отдельных показателей мотивов указывают на тесноту их связи с признаками компонентов отношений, а знаки углов - на характер этой связи.

Данные векторного анализа мотивов представлены в таблице 6. В ней даны не только величины углов и их знаки, но и ранги (места), занимаемые

ими в общей структуре взаимосвязей. Рассмотрим предлагаемую таблицу.

Таблица 6.

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

Мотивы, которым следуют школьники при занятиях физическими упражнениями	компоненты отношений					
	«установка»		«поведение»		«интерес»	
	угол	ранг	угол	ранг	угол	ранг
Мотивы, побуждающие учащихся к занятиям физическими упражнениями						
1. Достижение высоких 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. Совершенствование сложения тела	25	3	10	8	5	10,5
7. Стабилизация работоспособности	19	7	17	4,5	24	2
8. Ликвидация физических дефектов	14	10	17	4,5	19	2
9. Динамичный отдых	17	8	9	9	15	5,5
10. Подготовка к дальнейшей жизни	23	4,5	33	3	15	5,5
11. Улучшения, укрепления здоровья	35	1	4	10	12	8

Прежде всего, следует отметить, что к показателю установки на занятия физическими упражнениями ближе всего расположены (а - следовательно, и более тесно с ним связаны) векторы таких мотивов как укрепление здоровья, достижение высоких спортивных результатов, совершенствование сложения тела, разностороннее физическое развитие и подготовка дальнейшей жизни и деятельности. И одновременно отрицательному проявлению установки сопутствуют такие мотивы, как отсутствие склонности и интереса к занятиям, отсутствие уверенности в возможности приложения результатов занятий в будущем, отсутствие

ощущения полезности этих занятий, направленность только на получение оценки по физическому воспитанию.

Наиболее активно посещают занятия по физическому воспитанию, включая и занятия в спортивных секциях, учащиеся, стремящиеся к достижению спортивных результатов, имеющие привычку к занятиям физическими упражнениями, видящие возможность использования результатов занятий в будущей жизни и деятельности. Очень низкая посещаемость занятий отмечается у учащихся, не верящих в возможность приложения результатов занятий в будущем, ориентирующихся только на получение оценки по физическому воспитанию, считающих состояние своего здоровья достаточно крепким, не ощущающих положительного влияния занятий на общее состояние организма.

Поэтапность проведения анализа результатов, полученных в процессе экспериментальной работы, предоставил возможность как нельзя лучше проконтролировать динамику формирования отношения к достоинствам физической культуры у школьников – участников эксперимента.

В ходе анализа количества пропущенных учащимися занятий по причине заболеваний простудного характера за период обучения в 5-6 классах было зафиксировано их у учеников в экспериментальных группах на 9 % меньше, нежели у школьников контрольной группы.

Перед школьниками – участниками эксперимента (КГ и ЭГ) предлагалось к выполнению задание идентичное по сложности, связанное с проведением соревнования. Нами преследовалась цель определить эффективность воздействия разработанной программы на формирование навыков физической культуры. За период проведения соревнования велся подсчет допущенных ошибок в КГ и ЭГ. Данные отраженные на рисунке 2 подтверждают более эффективную физкультурно-спортивную деятельность школьников ЭГ, у них прослеживалось энергичное перенесение знаний, умения, навыков физической культуры.

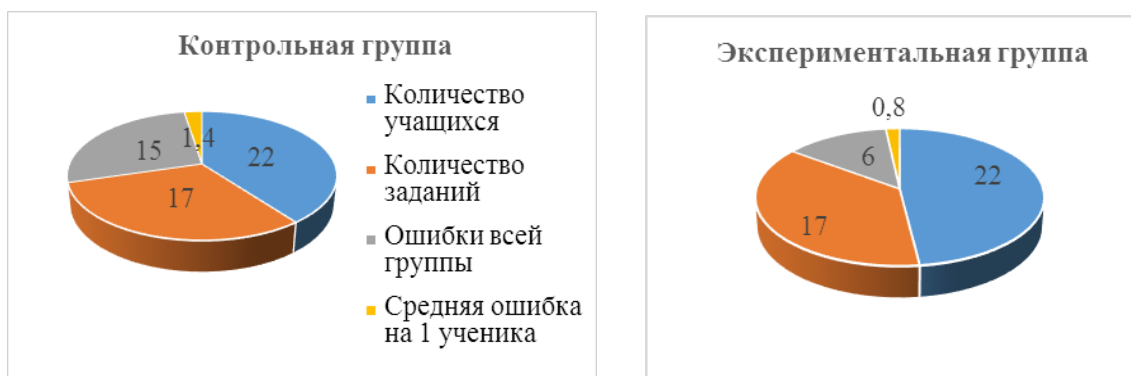


Рисунок 2. Результаты реализации заданий в экспериментальной и контрольной группах

Проявилась неравная результативность в спортивном соперничестве: по количеству одержанных побед лидировали команды экспериментальной группы, они завоевали побед на 22,2%, нежели команды контрольной группы. Степень дисциплинированности, как показатель отношения школьников к физической культуре, проявленной учениками экспериментальной группы была выше в сравнении с учащимися контрольной группы.

Физкультурно-спортивные мероприятия занимают особое место в структуре учебно-воспитательного процесса, в ходе них осуществлялось закрепление теоретических знаний учеников, происходило развитие умений, навыков, отношения к физической культуре, полученные в течение занятий физической культурой как учебных, так и внеучебных. Высокой эффективностью отличаются учебно-спортивные занятия учащихся экспериментальных групп в сопоставлении с контрольной группой. Приобретенные школьниками знания физической культуры помогали учащимся развиваться физически, сдружиться, ориентировали на решение педагогических задач.

Данные рисунка 3, 4 свидетельствуют, что степень развитости умений и навыков, как считают методисты и учителя, гораздо выше у школьников экспериментальной группы, нежели контрольной.

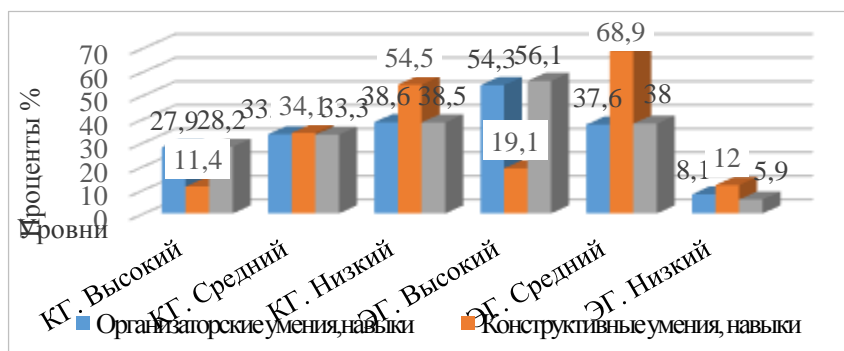


Рисунок 3. Степень сформированности умений и навыков у учащихся 5 классов по завершении учебно-спортивных мероприятий

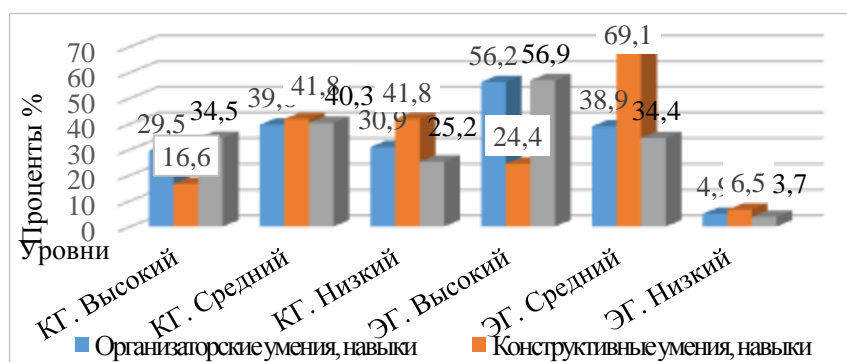


Рисунок 4. Степень сформированности умений и навыков у учащихся 6 классов по завершении учебно-спортивных мероприятий

Для получения достоверных результатов исследования, проведено сопоставление данных, полученных по оценке учителей, методистов и самооценки умений, навыков школьниками. Положительное изменение всех объективных показателей физической культуры у учеников было прослежено в финале исследования, часть которых представлена в таблице 7. Экспертная оценка этих изменений свидетельствовала о высоком уровне их статистической значимости с допустимостью не ниже 0,99.

Оценка этих изменений, данная педагогами, утвердила основательность заключения об эффективности разработанной системной

методики трансформации индифферентного отношения учеников к физической культуре в устойчивое положительное.

Таблица 7.

Изменение объективных показателей физкультурно-спортивной работы школьников

№ п/п	Разделы работы, мероприятия	Исходные	Конечные
1. 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	9,1
5.	Занятия по физической культуре	41,0	11,0
2. 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
3. Спортивно-массовая работа			
1.	Число учащихся, занимающихся в секции	13	21
2.	Количество проведенных соревнований	2	7
3.	Проведено комплексных спартакиад	1	4
4.	Проведено спортивных мероприятий в классах	1	15

Значительные изменения субъективных показателей происходило на протяжении эксперимента. Процесс условия объективных требований в сознании школьников обретал своё воплощение в их динамичной физкультурно-спортивной деятельности установленного направления, что

предопределило трансформирование самого отношения и представленных здесь его составляющих.

Глубокий конфликт в педагогике, теории и методике физического воспитания возникает при соотнесении желаний учащихся, выражающих их личную позицию и устремление учителей, передающих реальные требования общества, к сценарию и качеству учебного процесса. Этот конфликт преодолевается интересом учеников к учению.

Проблема формирования и поддержания интереса к урокам физической культуры остается актуальной и по сей день. Многочисленность исследований по этой проблеме подтверждает заинтересованность специалистов в области физического воспитания в поиске эффективных путей формирования мотивации к занятиям физической культурой.

На основе анализа научно-методической литературы, представленного в нашей работе, вскрыто разногласие в применение методов физического воспитания, выражающееся в их необоснованной конфронтации. Обнаружено, что невозможно решить весь объем задач физического воспитания учащихся, применяя обособленно выбранную группу метода упражнения, в следствии этого важно применять их в сочетании.

Теоретически доказано положение о пересечении установленных границ в применении той или иной группы методов упражнения, это явится причиной возникновения монотомии или психического пресыщения, ведущих к падению интереса детей к урокам физической культуры.

Применение методов упражнения, являющихся действенным фактором, повышающим интерес к занятиям, учитывается недостаточно, а соотношение методов зачастую определяется в зависимости от определенного изучаемого на уроке учебного материала, раздела учебной программы.

В ходе практического исследования, проведенного нами, подтверждено, что природа влияния разнообразного соотношения методов упражнения на интерес детей среднего школьного звена к урокам

физической культуры может быть позитивной, близкой к нейтральной и отрицательной, установлена область распространения положительного воздействия.

Сведения, полученные в течение эксперимента, предоставили возможность раскрыть наилучшее соотношение методов упражнения, в наибольшей степени оказывающих положительное влияние на процесс генерирования интереса школьников среднего звена к урокам физической культуры, их способность к познанию и двигательной активности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В заключении исследовательской работы мы пришли к следующим выводам:

1. Проведенный анализ научно-методической литературы утвердил нас в мысли об отсутствии полноценного учета использования соотношения методов упражнения как фактора повышения эффективности уроков учителями на практике физической культуры общеобразовательных школ. В практическом большинстве соотношение методов упражнения в сценарии урока устанавливается безотчетно, случайно в зависимости от раздела учебной программы, конкретного учебного материала, задач урока. В пределах 75-90% времени на уроках физической культуры у школьников среднего звена достается методам строго регламентированного упражнения.

2. Результаты исследования подтверждают влияние на интерес и познавательную активность школьников среднего звена оказывают в разной мере различные соотношения методов упражнения. Степень влияния соотношения методов упражнения имеет градацию на положительную, близкую к нейтральному и отрицательную. Соотношение методов упражнения, оказывающих положительное влияние на интерес учеников к урокам физической культуры, находится в диапазоне 35-65% времени урока - доля методов строго регламентированного упражнения, доля игрового и соревновательного методов - 65-35%. К падению интереса у школьников среднего звена к урокам физической культуры ведет необдуманное использование соотношений методов упражнения, когда в этой связке

3. Педагогический эксперимент позволил установить наилучшее соотношение, приносящее максимально положительный эффект влияния на интерес, познавательную, моторную активность учащихся среднего звена, когда доза методов строго регламентированного упражнения составляет 55%, 45% времени уроков составляют методы игровой и соревновательный.

СПИСОК ИСПЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алимова Е.К. Физиологические показатели организма здорового ребенка. - Ростов: Росмед, 2013. - 79 с.
2. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов факультета физической культуры педагогических институтов. - М.: Просвещение, 1990. - 287 с.
3. Арвисто М.А. Мотивация физкультурно-спортивной деятельности. - М.: Мысль, 2012. - 169 с.
4. Балабанов С.С. Подросток и спорт // Философско-социологическая теория физической культуры и спорта. Тез. докл. Всесоюз. науч. конф. - М.: 2012. - С. 46-47.
5. Баландин В.П., Тома Ж.В., Пашин А.А. Педагогические основы теории физической культуры: учебник. - Пенза: ПГУ, 2017. - 160 с.
6. Бальсевич В. К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (К проблеме развития физкультурного знания) // Теория и практика физической культуры. 2009. № 7. - С. 117-120
7. Божович Л.И., Славина Л.С. Психическое развитие школьника и его воспитание. - М.: Знание, 1979. - 96 с.
8. Гогунев Е. Н., Мартьянов Б. И. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Академия. 2009. - 160 с.
9. Гордон Л.А. Потребности и интересы // Педагогика. 2011. № 9. - С.129-143.
10. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / - Минск: Народная асвета, 2010. - 94 с.
11. Груев С.Д. Пути совершенствования организации внеклассной работы по физическому воспитанию школьной молодежи. - М.: ФиС, 2011. - 127 с.
12. Гунасян Р.П., Мирзоян Б.А. Отношение учащихся к физической культуре и спорту. - Ереван: АГПИ, 2013. - 30 с.

13. Дуркин П. К. Интерес к занятиям физической культурой и спортом как фактор формирования ЗОЖ / Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2004. №2. - С. 55-58.
14. Жаворонкова М.И. Формирование потребности в физическом совершенствовании у учащихся 6-8 классов: автореф. дисс. канд. пед. наук. Л., 2013. - 255 с.
15. Железняк Ю.Д., Клещев Ю.И., Чехов О.С. Подготовка юных волейболистов. - М.: ФиС, 2009. - 257 с.
16. Здравомыслов А.Г. Потребности. Интересы. Ценности. - М.: Политиздат, 1986. - 223 с.
17. Иванов М.А. Игровой метод как фактор, повышающий эффективность подготовки юных гимнастов: автореф. дисс. канд. пед. наук. - М., 2012. - 14 с.
18. Ильин Е.П. Психология физического воспитания: учеб. пособие для студентов пед. ин-в. - М.: Просвещение, 2010. - 287 с.
19. Ковыршина Е.Ю., Эртман Ю.Н., Кириченко В.Ф. Разновидности спортивных игр: учеб. пособие. - Омск: СибГУФК, 2017. - 108 с.
20. Коджаспиров, Ю.Г. Секреты успеха уроков физкультуры: учебно-методическое пособие. - Москва: Спорт, 2018. - 192 с.
21. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов общеобразовательной школы. - М.: Фемида, 2013. - 111 с.
22. Маркова А.К. Формирование интереса к учению у школьников. - М.: Педагогика, 2011. - 192 с.
23. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: учебник. - М.: Физкультура и спорт, 2001. - 543 с.
24. Методические рекомендации учителям физической культуры. - Челябинск: Челябинский рабочий, 2013. - 200 с.
25. Морозова Н.Г. Учителю о познавательном интересе. - М.: Знание, 2011. - 47 с.
26. Мухина М.П. Физкультурное образование школьников: учеб. пособие. - Омск: СибГУФК, 2014. - 400 с.

27. Пономарчук В.А. Знания и спортивная мотивация подростка в сфере физической культуры / Философско-социологическая теория физической культуры и спорта. Тез. докл. - М., 2012. - С. 44-46.
28. Решетников Н. Физическая культура: учеб. пособие для студентов средних профессиональных заведений. - М.: Академия, 2017 г. - 176 с.
29. Стародубов В.В., Федорович Е.А., Химаков В.В. Актуальные вопросы детско-юношеского спорта. // Физическая культура, спорт, наука и образование. Ч.2. Материалы 1 Всероссийской научной конференции; по ред. С.С. Гуляевой, А.Ф. Сыроватской. - Чурапча: ЧГИФКиС, 2017. С. 175 -176.
30. Теория и методика физического воспитания: учеб. для институтов физической культуры. / Под общей ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новикова. Изд. 2-е, испр. и доп. (в 2-х т.). - М.: Физкультура и спорт, 2006. - 559 с.
31. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений. / Под общей ред. Ж.К. Холодова и В.С. Кузнецова. - М.: Академия, 2010. - 480 с.
32. Ушинский К.Д. Избранные педагогические сочинения. В 2-х томах под ред. проф. Струминского В.Я. - М.: Учпедгиз, 2012.
33. Чикишева О. В. Психолого-педагогические особенности детей младшего школьного возраста // Проблемы и перспективы развития образования: материалы II Междунар. науч. конф. - Пермь: Меркурий, 2012. - С. 90-92.
34. Чхартишвили Ш.М. Проблемы формирования социогенных потребностей. - Тбилиси: Мецнеереба, 2013. - 354 с.
35. Щукина Г.И. Формирование познавательных интересов, учащихся в процессе обучения. - М.: Учпедгиз, 2012. - 230 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1.

Анкета «Степень интереса, проявленная к урокам физической культуры»

В качестве базовой анкеты использовалась анкета Е.Г. Еделевой, содержащая открытые, полуоткрытые и проверочные вопросы.

Нами были поставлены в процессе исследования следующие вопросы для определения интереса к уроку физической культуры:

- 1) ждешь ли ты урока физической культуры?
- 2) желаешь ли ты, чтобы уроков физической культуры было больше?
- 3) ждешь ли ты завершения урока физической культуры (проверочный вопрос)?
- 4) согласен ли ты с мнением о важности и необходимости уроков физической культуры?

В качестве ответов на поставленные вопросы предлагалось три варианта: утвердительный («да», ответ оценивался в 3 балла), отрицательный («нет», оценка ответа - 1 балл) и индифферентный («не знаю», оценивался в 2 балла), не считая пробный вопрос, где положительный ответ («да», оценивался в 1 балл) и отрицательный («нет» в 3 балла), индифферентный вопрос оценивался также в 2 балла. Определение интереса к урокам осуществлялось через количество баллов, набранных баллов в результате анкетирования.

Опрос «Изучение мотивов посещения занятий по физической культуре».

Опрос осуществлялся в двух формах:

1. ранжирование учебных предметов по степени интереса к ним,
2. ответ на вопрос «По какой причине вы посещаете уроки физической культуры?»

В первом случае необходимо было перечислить предметы последовательно по нисходящей линии: первым указать предмет, который нравится больше, вторым - в меньшей степени и т.д. Устанавливалось среднее арифметическое значение, приходящееся индексом рейтинга места уроков физической культуры в ряду прочих уроков в каждом исследуемом классе. Производился подсчет процентного соотношения учащихся, поставивших урок физической культуры на первое место по отношению к общему количеству исследуемых детей.

Выводы о увеличении интереса к выше указанным урокам можно делать по изменению индекса рейтинга места и проценту детей, поставивших урок физической культуры выше других уроков.

Во втором случае ученики отвечали на вопрос: почему вы посещаете уроки физической культуры? Для ответа требовалось выбрать один из предложенных вариантов:

- а) пообщаться с товарищами;
- б) получить хорошую оценку;
- в) быть крепким, здоровым, выносливым, ловким;
- г) посостязаться со сверстниками;
- д) подвигаться на уроке;
- е) развлечься;
- ж) не иметь неприятностей от учителей и родителей;
- з) иметь хорошую фигуру.

Велся подсчет процентного содержания каждого мотива посещения уроков из названных учащимися.

Приложение 3.

Результаты статистического анализа данных

Таблица 1.

Изменение индексов среднего значения места урока физической культуры у школьников среднего звена экспериментальных групп (n=7).

Экспериментальная группа	Период эксперимента				Значимость	
	До		После			
	X	m	X	m	t st	p
У мальчиков						
№ 1	1,64	0,1	1,24	0,11	2.78	<0,05
№ 2	1,69	0,11	1,14	0,12	2.96	<0,05
№ 3	1,62	0,15	1,74	0,17	1.8	>0,05
№ 4	1,6	0,13	2,1	0,15	2.39	<0,05
У девочек						
№1	2,7	0,13	2,2	0,16	3.08	<0,05
№2	3,0	0,17	2,57	0,14	2.44	<0,05
№3	2,89	0,2	3,09	0,19	2.07	>0,05
№4	2,95	0,16	3,55	0,2	2.41	<0,05

Таблица 2.

Динамика показателей уровня интереса у школьников среднего звена экспериментальных групп к урокам физической культуры, (n=7).

Экспериментальная группа	Период эксперимента				Значимость	
	До		После			
	X	m	X	m	t st	p
У мальчиков						
№ 1	11,5	0,14	11,89	0,13	2.66	<0,05
№ 2	11,25	0,15	11,65	0,17	2.74	<0,05
№ 3	11,3	0,2	11,2	0,21	1.79	>0,05
№ 4	11,35	0,17	10,93	0,15	2.52	<0,05
У девочек						
№1	9,0	0,14	9,52	0,2	2.46	<0,05
№2	8,95	0,15	9,35	0,16	3.42	<0,05
№3	8,8	0,2	8,75	0,23	2.12	>0,05
№4	8,87	0,16	8,3	0,17	2.44	<0,05