Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия №628 Красногвардейского района Санкт-Петербурга

«Александринская гимназия»

Факторы формирования интереса к урокам физической культуры у школьников

Методическая разработка

Составитель:

Черняев Евгений Александрович

Учитель физической культуры

Санкт-Петербург

2015

**Паспорт мероприятия**

|  |  |
| --- | --- |
| Вид мероприятия:  -по целям учебной деятельности |  |
| Актуальность | Одной из актуальнейших проблем современного общества является физическое здоровье нации. Этой проблеме уделяется внимание на государственном уровне, разраба­тываются и реализуются национальные программы оздоровления. В пер­вую очередь внимание направленно на подрастающее поколение, их физическое и психическое здоровье. Как показывают исследования многих ученых, школьные уроки физической культуры не прививают интерес детей к спортивным занятиям, а скорее даже наоборот, положительное отношение к нему ослабевает от класса к классу. Многие авторы правомерно связывают факты падения интереса к уроку физической культуры и снижения уровня здоровья школьников России, и предлагают возможные пути выхода из создавшейся ситуации, что и определяет актуальность работы. |
| -по типу организации | Исследовательская |
| -по предметной области | Физическая культура |
| -по количеству участников | 255 чел |
| Целевая группа | Учителя школы, учащиеся |
| Тип деятельности учащихся | Учебная |
| Проблема | Снижение интереса к уроку физической культуры у школьников |
| Цель | Определение факторов, влияющие на формирование интереса к урокам физической культуры у школьников. |
| Задачи | 1. Проанализировать степень разработанности проблемы формирования интереса к урокам физической культуры в научно-методической литературе.  2. Исследовать отношение учащихся 5-11 классов к урокам физической культуры.  3. Определить на основе опроса учащихся факторы, влияющие на формирование интереса школьников к урокам физической культуры. |
| Объект | Урок физической культуры у школьников 5-11 классов |
| Предмет | Факторы формирования интереса к уроку физической культуры |
| Ожидаемые результаты | Повышение интереса к занятиям физической культуры у школьников |
| Вид мероприятия | Методическая разработка |

Развитие интереса к занятиям физической культурой у детей в школе одна из актуальных проблем современности. Интерес человека - это не врождённые свойства личности, а результат её формирования, обусловленный социальным окружением, сферой и характером деятельности.  
 Е.П.Ильин (2000г.) в своих работах говорил о том, что интересы учащихся к уроку физической культуры бывают разными. Это и стремление укрепить здоровье, сформировать осанку, это и желание развивать двигательные и волевые качества. Интересы мальчиков и девочек различны: девочки чаще всего думают о красивой фигуре, гибкости, изяществе движений и походки, реже о развитии физических способностей. Мальчики наоборот, хотят развивать силу, ловкость, быстроту, выносливость. Если в младшем школьном возрасте большое значение имеет эмоциональный компонент интереса, в старших классах – познавательный компонент. Поддержание интереса и целеустремленности у школьников во многом зависит от того, испытывают ли они удовлетворение на уроке физической культуры и формируется ли у них удовлетворенность занятиями физической культурой.

Для анализа данного вопроса, на современном этапе, в период 2013-2015 года было проведено исследование по изучению факторов,

определяющих интерес к урокам физической культуры школьников 5-11 классов, проживающих в различных регионах Российской Федерации на базе центра дополнительного образования «Альфа-Диалог».

В нем принимало участие 255 школьника обучающихся в 13 разных учебных заведениях и представляющие следующие города России:

г. Владивосток, г. Череповец, г. Воронеж, с. Долгоруково, Липецкая область, г. Уссурийск, г. Пермь, г. Улан-Удэ, г. Ноябрьск, г. Норильск, г. Воркута, г. Ленск, п. Караул, Таймыр, г. Санкт-Петербург, г. Москва.

Основным методом исследования был опрос. Анкетирование проводилось с целью выявления отношения школьников к уроку физической культуры.

В результате было установлено, что 47,51% опрошенных высоко оценивают значимость урока физической культуры для своего развития, они оценили её (по пятибалльной системе) в 5 и 4 балла, 31,22% анкетируемых считают, что урок физической культуры не имеет существенного влияние на их развитие, они оценили его значимость для себя в 2 и 1 балл

Таким образом, можно говорить о том, что большая половина анкетируемых 52%, не осознает важность и значимость уроков физической культуры для своего развития.

В то же время считают, что урок физической культуры оказывает достаточно большое влияние на формирование их здоровья 59,37% анкетируемых, не верят в оздоровительный эффект уроков физической культуры 23,22% респондентов.

Таким образом можно сделать вывод, что лишь половина школьников осознает положительное влияние уроков физической культуры на своё здоровье.  
 Полученные данные так же подтверждают слова профессора К. Хардман (K. Hardman, 2009), который в своей работе говорит о том, что не только сами школьники, но и органы образования, директора, учителя и родители во многих странах мира продолжают относиться к занятиям по физической культуре менее серьёзно, чем к другим общеобразовательным предметам.

Продолжая выяснять причины такой ситуации Л. Локке, еще в 1992 году признавал тот факт, что предлагаемые учащимся на уроках и на внеклассных занятиях формы спортивной активности являются менее привлекательными, чем те, которые они видят и слышат в средствах массовой информации. Говорится, что в школе выбор содержания занятий определяет учитель, а не ученик. Последний, не имея на это влияния, отказывается нередко от всего материала школьной программы, считая его скучным.

Для выявления причин низкого интереса к урокам физической культуры был проведен анализ его содержания. Рассматривая отношение учащихся к основным разделам программы определено, что спортивные игры школьникам нравятся больше при этом девочки отдают ещё своё предпочтение и гимнастике.

При рассмотрении интереса школьников к различным частям урока выявлено, что 60,81% опрошенных школьников, определило, как «самую скучную часть урока» - подготовительную часть.

Ответ на этот вопрос позволил предположить, что одна из причин падения интереса школьников к урокам физической культуры – это не интересное, часто мало эмоциональное, и повторяющиеся по своему содержанию из года в год, начало урока.

При рассмотрении факторов, которые влияют на интерес школьников к урокам физической культуры было выявлено, что 79,66% анкетируемых школьников считают, что личность учителя безусловно влияет на их интерес, 13,56% опрошенных затруднились ответить и 6,78% анкетируемых ответили «нет».

Рассматривая факторы, влияющие на интерес с эстетической точки зрения было выявлено, что большинство анкетируемых 67,88% считают, что музыкальное сопровождение повлияло бы на их интерес к уроку и хотят, чтобы оно применялось, 18,25% анкетируемых ответили «нет» и 13,86% опрошенных затруднились ответить.

Также у ребят спросили о таком факторе, который мог бы повлиять на их интерес как хорошая материально-техническое оснащение зала. 62,80% анкетируемых ответили «да» хорошее оснащение зала повлияло бы на их интерес к уроку, 28,42% анкетируемых сказали, что нет, затруднились ответить 8,78% опрошенных.

Также спросили о влиянии фитнес-технологий на их интерес к уроку физической культуры, 44,07% опрошенных детей считают, что на их интерес могло бы повлиять использование фитнес-технологий на уроке, 38,98% анкетируемых ни как бы не изменило их интерес и 16,95% опрошенных затруднились ответить на этот вопрос.

В заключение анкетирования, школьников попросили поставить в порядке значимости факторы, которые могут повлиять на возрастания их интереса к уроку физической культуру (от «1» – самый значимый до «5» – самый малозначимый).

После обработки данных были следующее результаты:

|  |  |
| --- | --- |
| Ранги | Ответы |
| 1 | Личность учителя |
| 2 | Содержание урока |
| 3 | Наличие музыкального сопровождения |
| 4 | Фитнес-технологий |
| 5 | Материально-техническое оснащение зала |

Исходя из полученных данных анкетируемых и выявленных факторов,

для решения проблемы повышения интереса к уроку физической культуры у школьников, рекомендую к использованию учебно-методическое пособие «Фитнес-технологии в школе», предназначенное для разработки программ дополнительного третьего урока физической культуры 1-11 классов».

Автор-разработчик методического пособия доктор педагогических наук, профессор кафедры гимнастики и фитнес-технологий Сайкина Елена Гавриловна.

Учебно-методическое пособие «Фитнес-технологии в школе» представляют собой обобщение передового опыта, накопленного в теории и практике оздоровительной физической культуры и фитнеса, многолетних исследований, практического опыта автора.

В пособии изложена авторская концепция программ с применением фитнес-технологий для дополнительного третьего урока учащихся 1-11 классов по физической культуре и методические рекомендации по ее разработке. В пособии раскрыта стратегическая роль фитнеса в модернизации физкультурного образования школьников с целью оздоровления детей, повышения уровня физической подготовленности и привлечения их к систематическим занятиям физической культурой, предполагающая эффективное использование инновационных оздоровительных технологий и фитнес-технологий в системе школьного физкультурного образования.

Пособие рекомендуется для специалистов по физической культуре образовательных учреждений, физкультурно–спортивных организаций, фитнес-клубов, научных работников, аспирантов и студентов физкультурных вузов, а также всех, кого интересуют проблемы урока физической культуры.

Пример тематического планирования с использование фитнес-технологии для 3 класса

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Содержание | Уроки | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 2 | | 3 | | | 4 | | | | 5 | | | | 6 | | | … | | | |  | |  | |  | | 35 | | | 36 | | |
| **I** | **Знания** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **II** | **Учебно-практический материал** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | **Фитнес-технологии с муз.-ритм. направленностью** |  | |  | |  | | |  | | | | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.1 | Строевые упражнения |  | |  | |  | | |  | | | | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.2 | ОРУ |  | |  | |  | | |  | | | | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.3 | Специальные музыкально-ритмические упражнения |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.4 | Основы хореографии |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.5 | Танцевальные шаги |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.6 | Ритмические танцы |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.7 | Комплексы упр. ритмической гимнастики |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 1.8 |  |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 2 | **Фитнес-технологии с аэробной направленностью.** |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | | | |  | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 2.2 | Базовые шаги |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 2.3 | Танцевально-ритмическая гимнастика |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| 2.4 | Аэробика (Комплексы) |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | | |  |
| **3** | **Фитнес-технологии с предметами и на снарядах** |  | |  | |  | | | |  | | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 3.1 | Комплексы аэробики с гимн. палками, обручами, скакалками |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 3.2 | Фитбол-аэробика «Танцы на мячах» |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 3.3 | Степ-аэробика |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 4 | Фитнес-технологии с силовой направленностью |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 4.1 | Упр. на развитие группы мышц |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 4.2 | Упр. с предметами и утяжелителями |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 4.3 | Комплексы упр. аэробики с силовой направленностью |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 4.4 | Круговая тренировка |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5 | Фитнес-технологии, направленные на профилактику и коррекцию |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.1 | Упражнения на осанку |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.2 | Упражнения на профилактику плоскостопия |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.3 | Пальчиковая гимнастика |  | |  | | |  | | | |  | | |  | | |  | | |  | | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.4 | Упр. на расслабление |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.5 | Упр. Лечебно-профилактического танца |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.6 | Дыхательная гимнастика |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 5.7 | Игровой стречинг |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| **6** | **Фитнес-технологии с игровой направленностью** |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 6.1 | Творческие и игровые задания |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 6.2 | Музыкально-подвижные эстафеты |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| 6.3 | Сюжетные уроки |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | |  | | |  | |
| **III** | **Тестирование** |  | |  | | |  | | | |  | |  | | | | |  | | |  | | |  | |  | |  | | |  | |  | |

Выводы

1.Анализ и обобщение данных научно-методической литературы показал, что на формирование интереса к уроку физической культуры может оказывать влияние: удовлетворенность в процессе занятий своих интересов и эстетических и двигательных потребностей, понимание школьниками значимости урока физической культуры, а также подбор упражнений, доступная физическая нагрузка, эмоциональность. Этому может способствовать использование на уроке фитнес-технологий и музыкального сопровождения, также важная роль отводиться личности учителя физической культуры.

2.Исследуя отношение школьников к уроку физической культуры, установлено, что 47,51% осознают значимость урока физической культуры для своего общего развития.

Считают, что урок оказывает влияние на их здоровье - 59,37% опрошенных.

Изучая причины нежелания многих школьников посещать уроки физической культуры, установлено, что 60,81% респондентов считают, как самую скучную и неинтересную подготовительную часть урока.

При этом на повышение интереса к уроку могло бы повлиять музыкальное сопровождение (67,88%), материально-техническое оснащение зала (62,80%), использование фитнес-технологий (44,07%), авторитет учителя физкультуры (65,76%).  
 3. Выявлены факторы, которые в большей мере, по мнению школьников влияют на интерес к уроку физической культуры это:

1.личность учителя;

2.содержание урока;

3.наличие музыкального сопровождения;

4-5.материально техническое оснащение зала и фитнес-технологии.