

**СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ
УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗКУЛЬТУРНО-
ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Кузьмина Л.И., канд. пед. наук, доцент, Хихич Ю.Ф.

Белорусский государственный педагогический университет
им. Максима Танка, Минск, Беларусь

В последнее время в работах многих авторов (Андрющенко Н.И., Гумеров К.Р., Дрыгина Л.А., Миронов М.В., Наумов С.Б. и др.) уделяется внимание проблеме снижения интереса у учащейся молодежи к содержанию занятий по физическому воспитанию [2]. Одной из причин обуславливающих такое положение является то, что количество средств используемых в занятиях по физической культуре превратилось в стандартно-ограниченный круг физических упражнений. И этот факт во многом способствует развитию негативного отношения к занятиям физической культурой и спортом.

Мы проанализировали передовой опыт учителей физической культуры учреждений общего среднего образования. Так на базе СШ № 3 г. Ганцевичи создана картотека народных подвижных игр, которая применяется на уроках по предмету «Физическая культура и здоровье» и на внеклассных физкультурно-оздоровительных занятиях, что способствует развитию интереса к физической культуре и воспитанию у учащихся уважения к культурным традициям белорусского народа.

Все большую популярность среди подрастающего поколения приобретает дартс. На базе СШ № 186 г. Минска созданы условия для проведения учебно-тренировочных занятий по дартс для школьников. В 2010 г. проведено первое первенство среди учащихся Заводского района. Победителями стали игроки СШ № 186.

В последние годы стало особенно заметно проявление интереса школьников к занятиям аэробикой с целью отдыха и восстановления сил, а также обеспечения хорошей спортивной формы. Доцентами кафедры теории и методики физического воспитания Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина В.Г. Беспутчик и В.А. Ярмюк были разработаны и внедрены в учебный процесс музыкально-танцевальные игры – игроаэробика, которые можно использовать на уроках физической культуры и здоровья и

внеклассных мероприятиях, а также для организации досуга учащихся: на вечерах, дискотеках, в кругу друзей. Использование в играх специального реквизита, народных танцев, белорусских сюжетов, песен создает дополнительный положительный эффект – таким образом учащиеся приобщаются к систематическим занятиям физической культурой. Посредством игроаэробики обеспечивается всестороннее, комплексное развитие физических качеств, совершенствуются двигательные умения и навыки.

Огромный интерес представляет опыт работы общеобразовательных школ отдела образования Светлогорского райисполкома, СОШ № 179 и № 97 г. Минска по использованию корфбола во внеурочной деятельности, который показал дополнительные возможности повышения эффективности их двигательной деятельности. Корфбол – это всемирно признанная смешанная командная игра, являющаяся разновидностью одного из самых популярных видов спорта, баскетбола. Но в отличие от него, оборудование и правила игры в корфбол более демократичные и легко изменяемые [1].

Корфбол позволяет не только повысить двигательную активность подростков, но и решить целый комплекс социально-педагогических задач по формированию личности учащегося и его социализации, оптимизации отношений между мальчиками и девочками, привлечению их к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

С целью повышения мотивации к занятиям физической культурой и формированию ориентации на валеологические ценности нами был разработан и внедрен в учебный процесс физкультурно-оздоровительный комплекс в шестой день недели для учащихся VI–VII классов. Разработанный комплекс соответствовал возрастным особенностям занимающихся, их состоянию здоровья и уровню физической подготовленности и включал в себя следующие компоненты: беседы на тему здорового образа жизни, общую физическую подготовку (ОФП), подвижные и спортивные игры.

В теоретическом материале излагаются рекомендации, которые в сочетании с широкой информированностью помогут учащимся укрепить и сохранить здоровье. Материал преподносился в форме бесед, на интересующие темы о здоровом образе жизни, чтения специальной литературы.

Блок общей физической подготовки представлен комплексами упражнений для повышения функциональных возможностей организма и общей работоспособности, коррекции телосложения, развития до требуемого уровня основных физических качеств.

Включение спортивных и подвижных игр в комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий обусловлено особенностями данного вида деятельности, а также интересами самих учащихся. Совместно с традиционными спортивными играми, входящими в программу «Физическая культура и здоровье» были предложены новые, мало знакомые игры, такие как бадминтон, ботчи, дартс, кольцевой теннис, коудбол.

За период с октября 2012 г. и по март 2013 г. учащиеся VI–VII классов в количестве 25 человек выполняли комплекс физкультурно-оздоровительных мероприятий в шестой день недели. Важно отметить, что за шесть месяцев состав занимающихся не изменился. Наличие незначительного количества пропусков было обусловлено объективной причиной – болезнью.

В результате занятий предложенным комплексом мероприятий в экспериментальной группе (ЭГ) наблюдалась положительная динамика результатов физического и функционального развития, что свидетельствует об эффективности данных физкультурно-оздоровительных мероприятий. Показатели динамометрии ЭГ на момент начала и окончания эксперимента увеличились на 1,28 кг (правая кисть) и на 1,12 кг (левая кисть). Время задержки дыхания на полном вдохе (проба Штанге) у ЭГ увеличилось на 0,74 с, а время задержки дыхания на полном выдохе (проба Генчи) увеличилось на 1,84 с.

В процессе формирующего педагогического эксперимента осуществлялась проверка эффективности педагогических средств по формированию ориентации учащихся VI–VII классов на валеологические ценности в процессе физического воспитания. Установлено, что проведение валеологических бесед и физкультурно-оздоровительных мероприятий с учащимися экспериментальной группы способствовали повышению уровня здоровья в предложенном рейтинге ценностных ориентаций: здоровье как ценность до эксперимента находилось лишь на третьем месте, после эксперимента – на первом.

Выводы.

Использование в образовательном процессе новых, малоизвестных и в то же время не уступающих по эмоциональности и безопасности традиционным форм физического воспитания, способствует формированию устойчивых мотивов и выработки привычки к регулярному использованию средств физической культуры с целью укрепления своего здоровья.

Сущность и специфика ориентации подростков на валеологические ценности заключается в комплексном использовании педагогических средств. Данные средства направлены на повышение уровня двигательной активности, выработку привычки к систематическим занятиям, вооружение знаниями, умениями и навыками к самостоятельным занятиям физическими упражнениями с учетом интересов подростков, повышению ценностного отношения к здоровью, обеспечению формирования основных физкультурно-спортивных потребностей в свободное от учебы время.

1. Алексеев, С.М. Корфбол для белорусских школьников / С.М. Алексеев // Фізичная культура і здароўе. – 2009. – № 4. – С. 34–38.

2. Ничипорко, Н.Н. Формирование у студенток мотивационно-ценностного отношения к физической культуре / Н.Н. Ничипорко // Спортивные и подвижные игры и единоборства в современной системе физического воспитания: сб. науч. статей, Гродно: ГрГУ; редкол.: В.В. Григоревич (гл. ред.) [и др.]. – Гродно, 2012. – С. 30–33.

УДК 796/799

ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПОВЫШЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Химаков В.В.

Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
Гомель Беларусь

Формирование у студентов здорового образа жизни и устойчивых здоровых привычек, а также сознательного отношения к собственному здоровью и уровню физической подготовленности является самой главной социальной задачей всего ВУЗовского сообщества, которая осуществляется через совокупность инноваций и