

УДК 37.091.212.7:796.011

Валентин Мосціпан

## ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ УЧНІВ ДО УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

*У статті розкрито причини низької активності учнів загальноосвітніх шкіл м. Прилук під час уроків фізичної культури. Описано шляхи її підвищення з використанням різноманітних засобів та методів системи фізичного виховання.*

**Ключові слова:** активність, урок фізичної культури, мотивація, інтерес.

*В статье раскрыты причины низкой активности учащихся общеобразовательных школ г. Прилуки на уроках физической культуры. Описаны пути ее повышения с использованием разнообразных средств и методов системы физического воспитания.*

**Ключевые слова:** активность, урок физической культуры, мотивация, интерес.

*The reasons of Pryluky secondary schools pupils' low activity during physical training lessons are revealed in the article. The ways of its stimulating by means of using various physical education methods are examined here.*

**Key words:** *activity, physical education lesson, motivation, interest.*

**Постановка проблеми.** Ставлення учнів до навчання значною мірою визначає їх успіхи у навчальній діяльності. К.Д.Ушинський зазначав з цього приводу, що навчання, позбавлене інтересу і взяте лише силою примусу, вбиває в учня бажання до навчання, без якого він далеко не піде.

На жаль, є ще немало шкіл, де уроки фізкультури проводяться нецікаво, шаблонно. На таких уроках учитель не стимулює учнів до самостійної діяльності, не дає їм можливості проявити свою ініціативу, не викликає активного ставлення до виконання запропонованих вправ. Це положення стосується не тільки місцевих шкіл, де проводились дослідження цієї проблеми, а також загальноосвітніх шкіл України.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Практикою кращих вчителів фізичної культури доведено, що свідома активність допомагає учням повністю засвоїти програмовий матеріал, а педагогу – значно підвищити ефективність навчально-виховного процесу. Відомі вітчизняні та зарубіжні вчені у галузі фізичного виховання (Б.Ашмарін, Я.Бельський, Л.Матвєєв, Т.Круцевич, О.Куц, С.Сулиш, Б.Шиян, А.Цьось та ін.) вважають, що активізація навчальної діяльності учнів на уроках фізичної культури зумовлена рівнем їх пізнавальної і рухової активності.

**Мета і завдання дослідження** – вивчити та проаналізувати активність учнів місцевих шкіл на уроках фізичної культури.

**Виклад основного матеріалу.** З метою вивчення цієї проблеми нами проводилось анкетування учнів загальноосвітніх шкіл. У проведенні анкетування під нашим керівництвом брали участь студенти відділення фізичного виховання Прилуцького гуманітарно-педагогічного коледжу ім. І.Я.Франка. Було встановлено, що 65% учнів початкової школи позитивно оцінюють уроки фізичної культури, 13% – негативно, а 22% – індиферентно. Учні старших класів оцінюють їх відповідно: 40% – позитивно, 35% – негативно, 25% – індиферентно. Відповіді свідчать про те, що кожний другий учень (учениця) відвідують уроки фізичної культури за певним «примусом». Однак переважна більшість учнів намагаються не пропускати уроків фізичної культури, тому що бажають отримати добру оцінку з цього предмету. Серед основних причин пропусків уроків учні назвали: відсутність у них інтересу до цього предмету – 40%, відчуття недостатнього рівня особистої фізичної підготовленості – 29%, не влаштовує зміст та спрямованість уроків – 15%, значне фізичне навантаження – 11%, недостатнє фізичне навантаження на уроках – 5%.

Відомо, що пізнавальна активність виявляється у прагненні учнів до свідомого розв'язання навчальних завдань, поширення та поглиблення знань, пізнання сутності дій, які виконуються. Її ознаками є підвищений інтерес до запропонованого навчального матеріалу, чітке виконання фізичних вправ, висока самоорганізація у процесі рухової діяльності та ініціативність у виконанні навчальних завдань. Рухова активність учнів визначається обсягом та інтенсивністю фізичних вправ, що виконуються. Вона є вирішальним чинником забезпечення моторної щільності уроків з фізичної культури [1].

У навчальній діяльності ці два види активності учнів взаємопов'язані. Для стимулювання та управління активністю учнів у навчально-виховному процесі застосовують певні методичні прийоми. Основними з них є чітка організація уроків з фізичної культури. З цією метою доцільно використовувати на уроках більше інвентарю та обладнання, створювати додаткові місця для виконання вправ, застосовувати оптимальні способи організації учнів під час виконання рухів (фронтальний, потоковий, груповий, колове тренування), не припускати втрати часу на уроках (пауз в очікуванні черги для виконання вправ тощо).

В основі творчої активності учнів, найчастіше проявляється не стільки інтерес до самої

рухової діяльності, скільки до її результатів. Тому одним з важливих засобів активізації є повідомлення учням перед початком уроку конкретних освітніх завдань. Коли в процесі уроку це завдання реалізовано, певний програмовий матеріал засвоєно, учні отримують моральне задоволення то їхня активність на наступних уроках може бути гарантованою [3].

Дослідженнями психологів (В. Клименко, І. Онищенко, М. Станків та ін.) доведено, що позитивному ставленню до предмета та активізації процесу навчання учнів значною мірою сприяє вмиле проведення бесід на вступних уроках на початку навчального року і перед початком вивчення певного розділу програми ( легка атлетика, лижна підготовка, спортивні ігри та ін.). До першого уроку доцільно підготувати цікаву розповідь про користь фізичної культури у повсякденному побуті кожної людини й зокрема, в їхньому віці, її роль у зміцненні здоров'я, покращенні фізичного розвитку та рухової підготовленості учнівської молоді. Не тільки на вступних, а й на інших уроках вчитель може активізувати діяльність учнів емоційними і цікавими бесідами, розрахованими на 3-6 хвилин. Вони можуть проводитися під час пауз для відпочинку (після виконання інтенсивних вправ, наприклад, кросового бігу, колового тренування, коли учні виконали всі вправи, тощо). Бесіди не тільки активізують учнів, а й позитивно впливають на реалізацію виховних та освітніх завдань з фізичного виховання.

Активність учнів (особливо старших класів) у навчальному процесі значно підвищується, коли вони чітко усвідомлюють суспільне значення фізичної культури, розуміють, що у майбутньому їм потрібне міцне здоров'я, загартування організму, витриманість та певні координаційні здібності. Важливе значення для розвитку активності учнів має їхній інтерес до запропонованих фізичних вправ. Тому вчителю потрібно організувати навчальний процес таким чином, щоб кожний отримав завдання, яке було б доступне, але обов'язково потребувало від нього затрати певних психо-фізичних зусиль. Мета, яка досягається легко, без напруження, не викликає в учня задоволення. Все це зумовлює необхідність застосування диференційованого підходу до учнів під час уроків з фізичної культури, він здійснюється в таких основних формах.

Учнів розподіляють на підгрупи відповідно до їхнього фізичного розвитку. Для кожної групи розробляються окремі завдання. В основному, це стосується розвитку рухових якостей. Наприклад, в 6 класі більш підготовлені хлопці виконують згинання рук в упорі лежачи від підлозі, а слабші – в упорі від гімнастичної лави.

Розподіл на підгрупи відбувається згідно з тим, як учні володіють технікою складного за координацією руху. Після оволодіння елементами техніки даної фізичної вправи учень переходить на іншу підгрупу, яка вивчає наступні елементи.

Окремим учням пропонують персональні завдання, які вони виконують в індивідуальному темпі (кидки баскетбольного м'яча в кошик, ходьба на лижах та ін.).

Для підвищення активності учнів доцільно періодично застосовувати проблемні завдання. Способи постановки цих завдань можуть бути різні. В одному випадку вчитель ознайомлює учнів з можливими способами вирішення рухового завдання і пропонує відібрати найбільш раціональний з них, а в іншому – лише ставить завдання і пропонує самостійно обрати спосіб його вирішення. Наприклад, під час виконання вправи з рівноваги (ходьба по колоді або гімнастичній лаві) дівчатам пропонують придумати свій оригінальний спосіб пересування по приладу.

Для активізації розумової діяльності учнів на уроках фізичної культури доцільно ставити завдання пошукового характеру. Наприклад, учням пропонують визначити, за рахунок чого збільшується результат метання м'яча на дальність або штовхання ядра, а також які фізичні якості впливають на ефективність виконання цих рухів. Учитель при цьому корегує судження учнів, допомагає їм зробити правильний висновок.

Завдання із самоаналізу потребують певного рівня аналітичного мислення учнів і вміння поєднувати теоретичні знання з руховими діями. Наприклад, самокорекція рухів у процесі виконання вправи за допомогою настанов учителя; промовляння учнем послідовності елементів перед виконанням складної рухової дії (гімнастична комбінація, акробатичні вправи та ін.); словесний звіт про виконання певної вправи з аналізом причин допущених помилок та ін. [5].

Значно активізує діяльність учнів у навчально-виховному процесі з фізичної культури

виконання завдань творчого характеру. Наприклад, учитель дає завдання: скласти комплекс загальнорозвивальних вправ з різних вихідних положень для підготовчої частини уроку фізичної культури (для учнів 7-8 класу) або комплекс вправ ранкової гімнастики для виконання вдома (для учнів 5-6 класу). Також виправдовує себе широке застосування ігрового і змагального методів у процесі навчання, які активізують рухову діяльність учнів в наслідок емоційного напруження, індивідуального та колективного суперництва.

Обов'язковою умовою підвищення активності учнів на уроках фізичної культури є створення оптимального емоційного стану. Позитивні емоції сприяють покращенню реалізації навчальних та виховних завдань. Вони тонізують роботу великих півкуль головного мозку, тоді як негативні емоції, навпаки, пригнічують її і, таким чином, утруднюють засвоєння фізичних вправ, створюють несприятливі для психіки учнів умови на уроках (1).

Анкетування учнів однієї з шкіл міста, яке проводили студенти під час педагогічної практики дозволили отримати таку відповідь на запитання – «Що підштовхує Вас і Ваших товаришів до порушення дисципліни?», більшість з них відповідала: «Нудні, нецікаві уроки з фізкультури». Їхні претензії мали підстави. Моторна щільність уроків в цих класах була низькою, комплекси загальнорозвивальних вправ пропонувалися вчителем на серію уроків без змін, не застосовувався спортивно-ігровий метод. Формальне проведення уроків не викликало в учнів ніякого задоволення, уроки перетворювались в нудне повторення одноманітних та відомих вправ, муштрування, нецікаве «рукомахання».

Учні свідомо чи підсвідомо шукають можливості уникнути зустрічі з людьми, з якими пов'язані неприємні переживання, ухиляються від виконання своїх навчальних обов'язків, пропускають уроки або порушують дисципліну. Своєчасне виявлення основних причин порушення дисципліни дає змоги вчителю прогнозувати відхилення від встановленого порядку, правил поведінки на уроках і таким чином підвищити ефективність навчально-виховного процесу з фізичної культури. Нетактовність, грубість учителя негативно впливають на активність учнів, виявлення ними ініціативи та творчості під час уроків фізичної культури. Крім того, вчитель, який допускає грубість, підриває свої педагогічні позиції, авторитет, втрачає моральне право називати себе вихователем. Некоректність пригнічує психіку учнів, призводить до конфліктів, а іноді й до стійкого небажання займатися фізичною культурою, настроює учнів водночас проти вчителя і до навчального предмета [3].

Правильність поведінки вчителя, його доброзичливість, справедливість та скромність завжди викликають в учнів позитивні емоції під час уроків та повагу до такого педагога. Своєчасні настанови вчителя, його зауваження, розпорядження та команди можуть бути енергійними, мажорними або в'ялими, індіферентними, а від цього часто залежить не тільки настрої, а й навчальні результати. Гумор учителя, його дотепність і добрий настрої, постійне бажання допомогти учням краще оволодіти програмовим матеріалом посилюють задоволення від спілкування з ним. Так, учні закохуються передусім в учителя, а вже потім – у його предмет. Наукові дослідження (Л. Волков, Е. Вільчковський, О. Куц, Т. Круцевич, Б. Шиян та ін.) свідчать, що широке застосування технічних засобів навчання (музики зі словесним поясненням, магнітофонних записів та ін.) скорочує час, необхідний для засвоєння вправ, при цьому, значно збільшується рухова активність учнів. Особливу роль відіграє музичний супровід, сприяючи створенню позитивних емоцій, кращому засвоєнню фізичних вправ (особливо загальнорозвивальних, танцювальних), дотриманню їхнього ритму, темпу, амплітуди та виразності.

Нервово-психічне напруження, пов'язане з виконанням фізичних вправ (особливо складних за координацією), впливає на різних школярів неоднаково: підвищує вольову активність в учнів з сильною нервовою системою (психикою) і викликає почуття невпевненості, боязкості у тих, хто має слабку нервову систему. Тому перед виконанням складних вправ «сильних» учнів слід підбадьорити і стимулювати їх активність, а «слабких» – підтримувати, заспокоїти, відволікати від думок про можливе невдале виконання вправи і від усвідомлення, що на них дивляться їх ровесники. На кожному уроці треба не забувати відзначити найбільш активних учнів, які старанно виконували вправи, були активні у розв'язанні поставлених перед

ними освітніх завдань. Якщо педагогічна робота з активізації учнів у навчально-виховному процесі проводиться систематично, то наслідки її не забаряться. Учні старших класів починають читати популярну літературу з фізичного виховання та валеології, під час уроків регулярно ставлять запитання з техніки виконання фізичних вправ, тактики ігрових видів спорту (баскетболу, волейболу та ін.), більш відповідально ставляться до вимог учителя.

**Висновки.** 1. Встановлено, що із збільшенням віку учнів (з 10 до 13 років) дещо зменшується їх інтерес до уроків фізичної культури, це пов'язано з комплексом причин: безвідповідальне відношення вчителя до планування і проведення уроків, слабкою мотивацією учнів щодо занять фізичною культурою, недостатнім рівнем матеріальної бази та інвентарю у школі.

2. Намагання вчителя проводити уроки фізичної культури емоційно, жваво, цікаво дає йому змогу домагатися ініціативного і творчого ставлення учнів до свого навчального предмета, високої рухової активності, краще прилучити їх до опанування основ фізичної культури, яка є складовою частиною загальної культури кожної сучасної людини.

3. Вчителю потрібно намагатись зробити активну рухову діяльність під час уроків більш зрозумілою, цілеспрямованою та відповідною до індивідуальних особливостей учнів. Необхідно акцентувати увагу на тих елементах, які сприяють формуванню у них відповідального відношення до свого організму, фізичного розвитку, сприяють усвідомленню зміцнення здоров'я, дотримання вимог здорового способу життя, особистого фізичного вдосконалення.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Вільчковський Е.С. Система фізичного виховання молодших школярів. навчально-методичний посібник. / Вільчковський Е.С., Козленко М.П., Цвек С.Ф. – К., 1998. – 231с.
2. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения. Методические рекомендации // Под редакцией М. Безруких и В. Сонькина. – М.: Триада-фарм, 2002. – 237 с.
3. Станкин М. И. Учитель физической культуры: личность, общение. / М.И. Станкин – М, 1993. – 284 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підручник. / Б.М. Шиян – Частина, 2. – Тернопіль, 2002. – 247с.
5. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи / О.Яременко, О.Балакірева, О.Вакулєнко та ін. – К., 2000. – 187с.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

*Мосціпан Валентин Борисович – викладач-методист Прилуцького гуманітарно-педагогічного коледжу ім. І.Я.Франка.*

*Надійшла до друку 20.12.2012 р.*