

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ТРАДИЦИОННОГО КАРАТЕ



*Куликова Т.М. – соис-
катель кафедры пси-
хологии РГУФКСМиТ*



*Романина Е.В. – к.п.с.н.,
профессор кафедры пси-
хологии РГУФКСМиТ*

Ключевые слова: мотивация, учащиеся, физическая культура, каратэ.

Key words: motivation, physical culture, students, karate.

Резюме. В статье анализируются проблемы, связанные с совершенствованием образовательного процесса по физической культуре и формированием мотивации двигательной активности у учащихся старших классов средствами традиционного каратэ.

Summary. The article analyses the problems connected with modernization of education process of physical culture and formation of motivation moving activity of High School Students by means of traditional karate.

Актуальность.

Современные исследования, экспериментальные материалы и теоретические сведения объективно указывают на необходимость расширения сферы применения средств физической культуры и спорта в целостном процессе развития учащихся, постоянного обновления содержания физического воспитания, широкого использования инновационных подходов к организации физического воспитания учащихся /2/.

Проблемы физического воспитания учащихся в настоящее время привлекают внимание многих специалистов в связи с низкой физической подготовленностью подрастающего поколения к современной жизни (Зациорский В.М. 1982, Земляков В.Е. 1990, Хоменкова Л.С. 1987).

По данным большого количества исследований, в сегодняшней школе до 67% учащихся не заинтересованы занятиями физическим трудом на уроках физкультуры, причина такой незаинтересованности кроется в отсутствии мотивации детей к занятиям. Отрицательная динамика интереса к урокам физ-

культуры, особенно, это характерно для учащихся старших классов. В этом возрасте у 15-17 летних школьников есть множество других более интересных, а иногда и запретных вещей, увлечение которыми часто приводит к негативным последствиям.

Сложившаяся проблемная ситуация, по мнению ряда ученых, является следствием недостаточной разработанности инновационных технологий преподавания физической культуры в системе основного и среднего образования.

Среди всех причин несформированности физической культуры у молодежи важнейшей является отсутствие потребности в физкультурной деятельности. Отсутствие интереса у школьников к урокам по физической культуре снижает их двигательную активность. Это приводит к низкой осмысленности ими своих действий, отсутствию инициативности и самостоятельного выполнения учебного материала. Традиционные формы занятий физической культурой в образовательных учреждениях и самодетельные формы занятий ею не позволяют в должной мере сформировать у занимающихся потребность в

занятиях физическими упражнениями и формировать физическую культуру в целом (Бальсевич В.К., Лубышева Л.И., 2005).

Огромная возможность для положительного изменения этой ситуации заложена в совершенствовании физического воспитания школьников на основе использования занятий единоборствами (Ишков В.С., 1992; Дорменко А.В. с соавт. 1994; Акопян А.О., 2004). Занятия каратэ становятся все более привлекательными для современных школьников (Сафошин А.В., 1999; Скороходов В.В., 2000; Шоршоров С.А., 2001; Перескопская М. А., 2002; Микрюков В.Ю., Дмитриев О.Б., 2003; Воронов И.А., 2004).

Основу традиционного каратэ составляют оздоровительно-образовательные и развивающие тренировочные упражнения, отличающиеся высокой эмоциональностью и динамичностью, способствующие расширению двигательного опыта, формированию здоровья, развитию физических качеств и двигательных-координационных способностей.

Огромная возможность для изменения этой ситуации заложена в совершенствовании физического и духовного воспитания школьников на занятиях восточными единоборствами (Биджиев С.В. 1994, Дорменко А.В. 1984, Захаров Е.Н. 1994, Иванков Ч.Т. 1993, Ишков В.С. 1992): Восточные единоборства уникальны во многом и в первую очередь тем, что являются детально разработанной своеобразной системой движений, позволяющей владеть телом, как гармонически единым организмом, способным развивать физические качества и контролировать физическую и функциональную подготовленность занимающихся (Иванов А.Л. 1995, Игами 1976, Накаяма 1973, Вунш СИ. 1998, Нечаева Н.В. 1985, Паркер Е. 1963).

Выделение восточных единоборств как одного из базовых средств физической культуры обусловлено их влиянием на все сферы человека: физическую, двигательную, психологическую. Нельзя сбрасывать

со счетов и то сложное время, в котором мы живем: агрессивность людей, экстремизм, терроризм и др. И конечно, многие хотят приобрести навыки самообороны, психологически почувствовать себя не только здоровым человеком, но и умеющим постоять за себя в сложных жизненных ситуациях. В этом видится важная роль включения элементов традиционного каратэ в образовательный процесс школы. Анализ литературы показывает, что ряд ученых касались проблемы подготовки каратиста (Ю. Л. Орлов, О. В. Игнатов, И. Йорга), а также создания программ тренировок (А. В. Плескачев, С. А. Иванов-Катанский, I. Jorga, М. Накаяма), но этих методических разработок явно недостаточно для включения восточных единоборств в систему физического воспитания общеобразовательных школ /2/.

В связи с изложенным, представляется актуальным изучение возможностей рационального внедрения эффективных технологий преподавания восточных единоборств в практику физического воспитания детей и подростков, в частности, реализации каратэ на уроках физической культуры учащихся старших классов, как одного из средств спортивно-ориентированного физического воспитания.

Организация исследования.

Опытно – экспериментальной базой является физико-математический лицей при Ульяновском государственном техническом университете (УлГТУ). Учащиеся на конкурсной основе поступают в 10 класс лицея из разных общеобразовательных школ города и области и обучаются 2 года. В этом учебном году поступило 205 учащихся (7 классов).

В начале учебного года мы провели анкетирование, направленное на выявление отношения учащихся к занятиям физической культурой.

Данные проведенного исследования показали, что умственная деятельность для лицеистов является преимущественной – 75%;

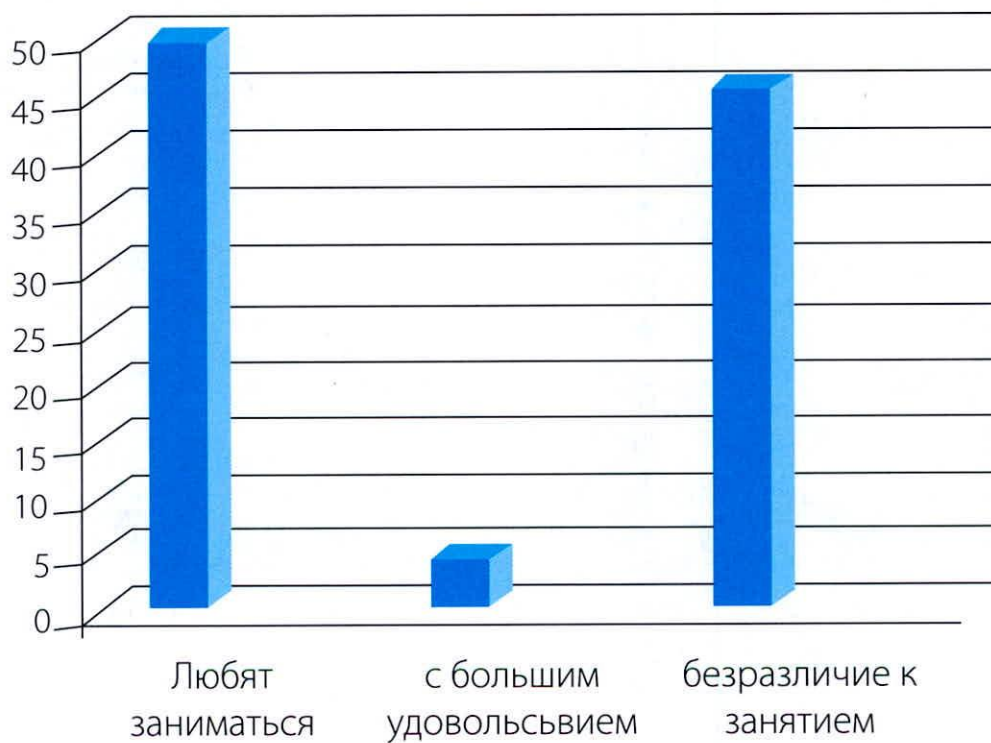


Рис. 1. Отношение к занятиям физической культурой

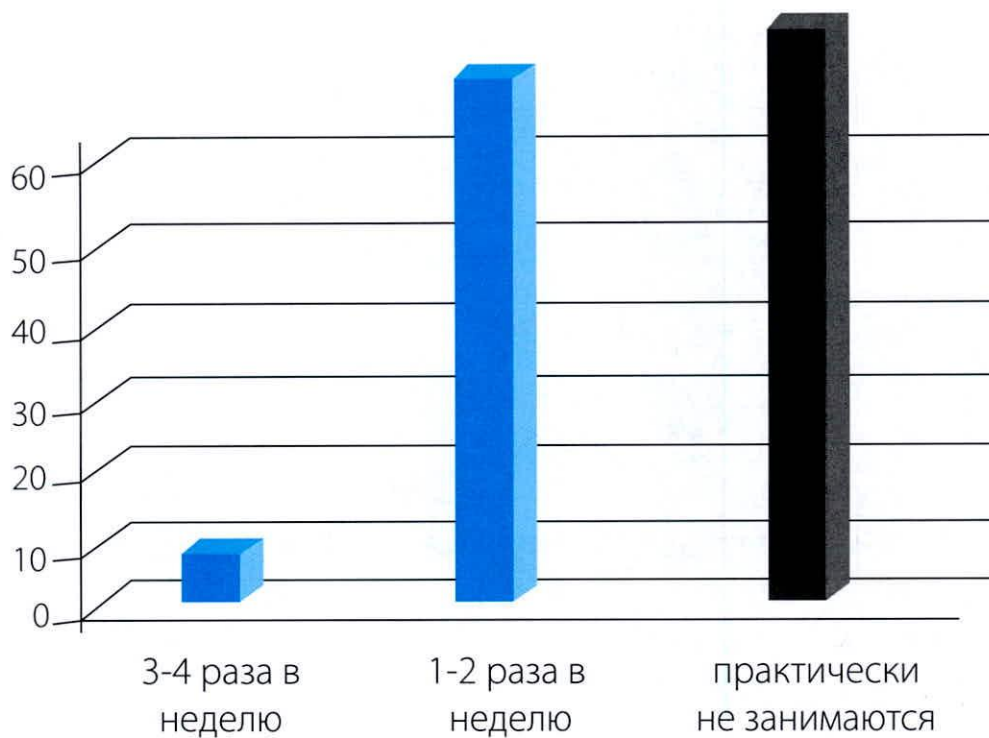


Рис. 2. Занимаются дополнительно физкультурой, кроме занятий в школе

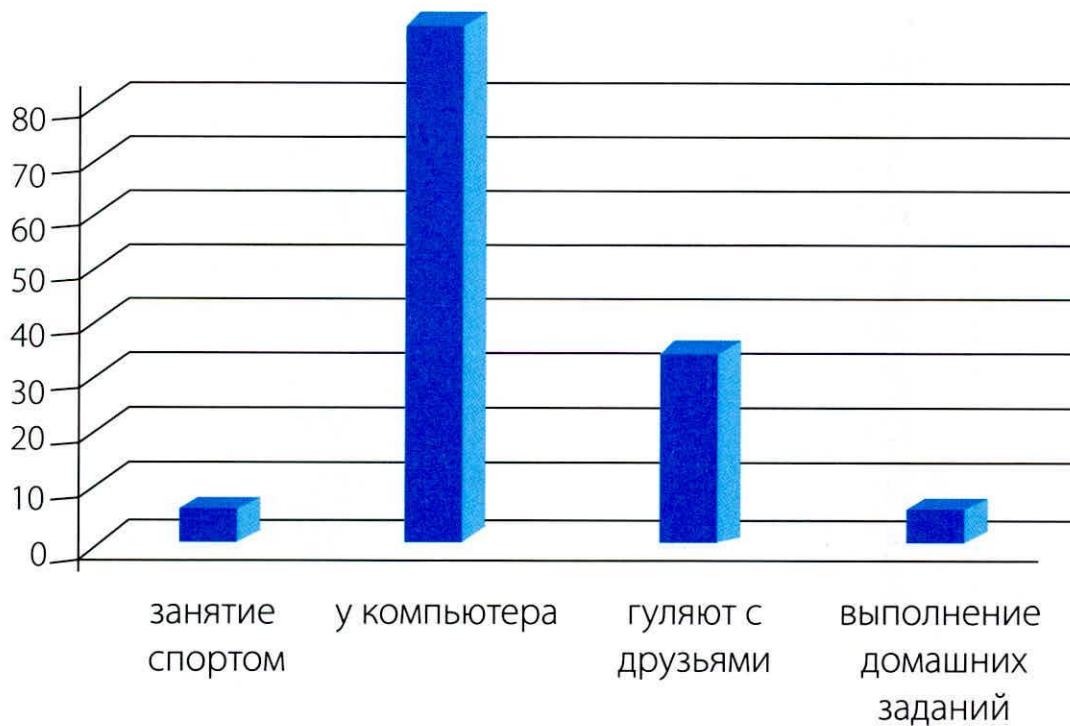


Рис. 3. Чем занимаются в свободное время

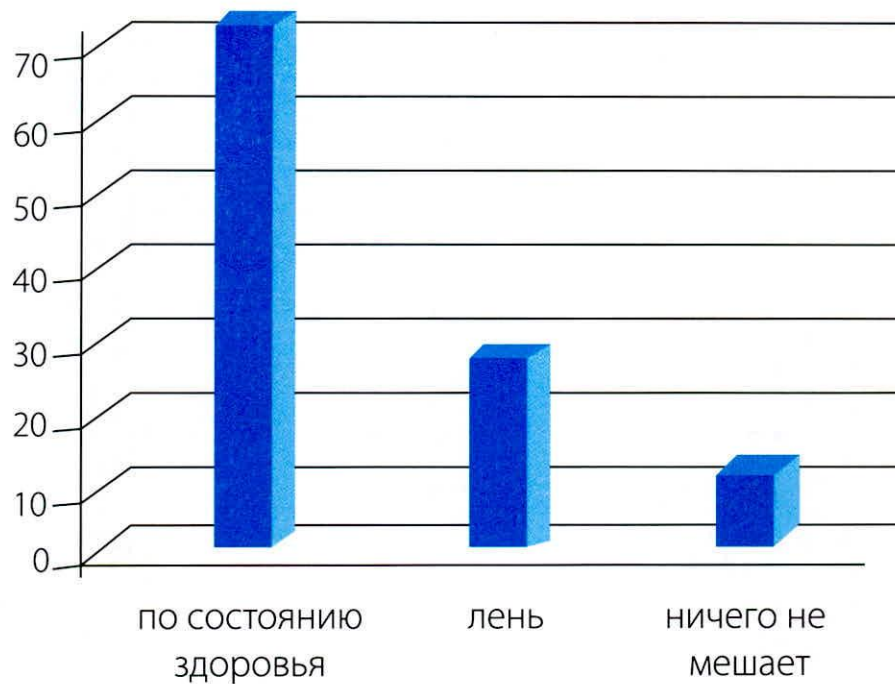


Рис. 4. Причины, мешающие заниматься физкультурой

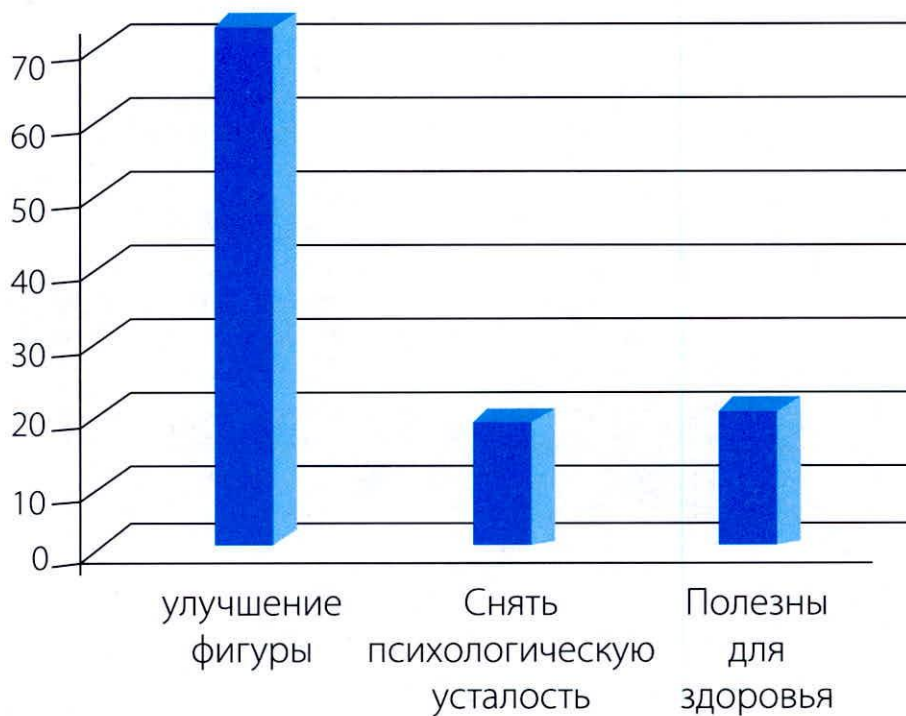


Рис. 5. Приоритетные направления занятиями физической культурой

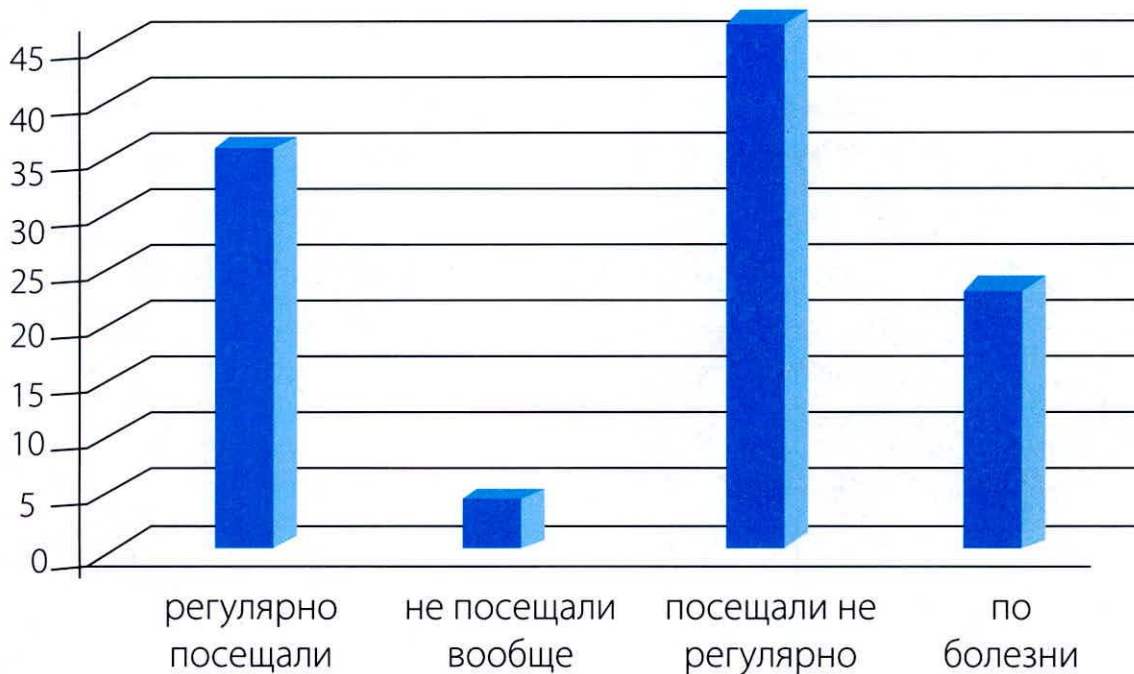


Рис. 6. Посещение занятий по физической культуре в школе

Таким образом, проведенное анкетирование с учащимися 10-х классов и педагогическое наблюдение, позволяет сделать следующие выводы:

1. Поступившие в лицей учащиеся не знают основных принципов тренировки, форм самостоятельных занятий, методов контроля оценки и регулирования нагрузки.

2. Более 80% учащихся не имеют необходимых знаний и умений по самоконтролю, оценки своего физического состояния.

3. У большинства учащихся выявлено негативное отношение к физической культуре, являющееся следствием индифферентного опыта и недостаточной двигательной активности.

В этой связи одним из важных научных направлений исследований в области физического воспитания школьников является внедрение в учебный про-

цесс инновационных технологий и методик, основанных на спортивно-ориентированных формах организации физического воспитания, расширении применения нетрадиционных средств физической культуры в целостном процессе образования.

Поэтому рациональная организация физического воспитания и системное применение средств традиционного каратэ на уроках физической культуры повысит мотивацию у учащихся старших классов, улучшит уровень психического и соматического здоровья, развитие физических качеств и двигательных способностей и расширит двигательный опыт, выходящий за рамки содержания действующей программы по физическому воспитанию учащихся старшего школьного возраста.

Литература:

1. Вещиков Ф.А. Воспитание физической культуры личности у старших школьников на занятиях каратэ во внеурочное время: дисс. ...канд.пед.наук /Ф.А.Вещиков. – Москва, 2007. – 152с.
2. Кондратьев А.Н. Здоровьеформирующая технология физического воспитания младших школьников на основе использования традиционного каратэ: дисс. ...канд. пед. наук /А.Н.Кондратьев. – Тула, 2006. – 150с.
3. Сафoshин А.В. Восточные единоборства в системе физического воспитания детей школьного возраста: дисс. ... канд. пед. наук/ А.В.Сафoshин. – Москва, 1999. – 195с

