

Importance of Basic Principles in Forming Students' Motivation to Physical Culture

Key words: *formation, motivation, education, students, school, pedagogics, psychology, physical culture, healthy lifestyle.*

Annotation: *the article deals with the problem of motivation increasing to physical culture and sport which will be helpful in forming students' healthy lifestyle.*

Одним из проблем школьного обучения является формирование мотивации к учению. Эта проблема рассматривается многими известными психологами и педагогами, как А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович и т.п. Именно ими была поднята проблема: как повысить у ребенка интерес к учению, т.е. формировать мотив.

В связи с этим были определены основные пути реорганизации физического воспитания школьников в следующих направлениях; устранение недостатков «телесной» физической культуры; формирование у учащихся надлежащих объемов современных знаний о здоровом образе жизни; о роли и месте в нем различных средств и форм организации физической культуры; привитие соответствующих мотиваций; обучение минимально необходимым методическим приемам их самостоятельной реализации и только на этой базе проведение надлежащим образом организованных практических занятий. Естественно, что действующие в настоящее время программы и планы физического воспитания школьников, основанные на старых воззрениях на предмет «физическая культура», не соответствуют современным требованиям и нуждаются в коренной перестройке.

Эффективными и рациональными основаниями этой перестройки могут явиться только специально организованные научные исследования.

Школьный возраст, как и все возрасты, является переломным. Он определяется моментом поступления ребенка в школу. У школьника начинается новая, по-своему содержанию и по всей функции деятельность - деятельность учения. Переход к новому положению, отношению с взрослыми и сверстниками, а также в семье определяются, тем как они выполняют свои первые и важные обязанности, и все это ведет к тем проблемам, которые связаны не только с семьей, но и с учебной (1, р. 67).

Наряду с вопросами формирования у учащихся мотивации к учению, также необходимо решать вопросы формирования потребности к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой на базе создания представлений о здоровом образе жизни. Приобретение данных знаний способствует изменению отношения учащихся к физической культуре, побуждая стать сильными, хорошо физически развитыми.

Мотивы, вызывающие потребность в систематических занятиях физической культурой у младших школьников

Младший школьный возраст характеризуется первичным вхождением ребенка в учебную деятельность, овладением видами учебных действий. Каждое из учебных действий претерпевает свои процессы становления (2, р. 142).

Младший школьный возраст среди других этапов жизни выделяется наименьшей заболеваемостью и наибольшим накоплением сил для перехода к следующему периоду. Продолжается активный рост развитие и укрепление мышечной ткани, связок, костей скелета, сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, а главное - нервной системы, управляющей сложнейшим из механизмов - человеческим организмом. ЧСС в этот период колеблется между 84 и 90 ударами в минуту, частота дыхания от 20 до 22 раз. ЖЕЛ доходит до 2000 мл.

Начинается процесс совершенствования движений, в частности, рабочих движений кисти и пальцев. Позвоночник, хотя уже приобрел свою характерную форму, все еще мягок и подвижен, поэтому легко поддается всевозможным искривлениям под воздействием односторонней нагрузки или неправильного положения тела в течение длительного времени (3, р. 19).

Этот возраст благоприятный для развития координационных и кондиционных способностей, выносливости к умеренным нагрузкам и скоростно-силовых качеств. В связи недостаточности развития ЦНС ребенка его организм не способен работать в длительном мышечном напряжении, поэтому у детей быстро наступает утомление. В этот период нельзя допускать переутомление у детей.

С первых же дней требования в школе у детей возникают позиция общественно значимой и общественно оценивающей деятельности. Однако такая широкая мотивация, определяемая новой социальной позицией, не может поддерживать учебу в течение длительного времени и постепенно теряет свое значение.

Занятия физической культурой на школьных уроках позволяют лишь поддерживать нормальное физическое состояние, но не улучшают физическое развитие учащихся. Для этого необходимы и большая частота занятий, и большая физическая нагрузка. Сделать это можно либо путем привлечения школьников к занятиям в спортивных секциях, либо путем самостоятельных занятий учащихся физической культурой в свободное время.

Учитель физкультуры должен развивать у учащихся потребность самостоятельно заниматься физической культурой на базе создания у них представления о здоровом образе жизни. Приобретение этих знаний меняет отношение учащихся к физической культуре и спорту, побуждая их стать сильными, хорошо физически развитым.

Мотивация учения в младшем школьном возрасте развивается в нескольких направлениях. Широкие познавательные мотивы (интерес к занятиям) могут уже к середине этого возраста преобразоваться в учебно-познавательные мотивы (интерес к способам приобретения знаний), мотивы самообразования представлены пока самой

простой формой - интересом к дополнительным источникам знания, эпизодическим чтением дополнительных книг. В первом и втором классах школьники совершают волевые действия главным образом по указанию взрослых, но уже в третьем классе приобретают способность совершать волевые акты в соответствии с собственными мотивами.

Школьник может проявить настойчивость в учебной деятельности, при занятиях физкультурой. Социальные мотивы в этом возрасте представлены желанием ребенка получить главным образом одобрение учителя. Младшие школьники проявляют активность лишь для того, чтобы быть хорошими исполнителями (А.И. Высоцкий), прежде всего для того, чтобы заслужить расположение к себе взрослых, в том числе учителя. Мотивы сотрудничества и коллективной работы широко присутствуют у младших школьников, но пока в самом общем проявлении. Интенсивно развивается в этом возрасте целеполагание в учении. Младший школьник научается понимать и принимать цели, исходящие от учителя, удерживает эти цели в течение длительного времени, выполняет действия по инструкции.

Мотивы занятий физической культурой условно делят на общие и конкретные, что, впрочем, не исключает их сосуществования. К первым можно отнести желание школьника заниматься физической культурой вообще, чем же заниматься конкретно - ему безразлично. Ко вторым можно отнести желание заниматься любимым видом спорта, определенными упражнениями. В начальных классах почти все ученики отдают предпочтение играм: мальчики - спортивным, девочки - подвижным. Затем интересы становятся более дифференцированными: одним нравится гимнастика, другим легкая атлетика, третьим - вольная борьба (4, р. 13).

Мотивы посещения уроков физкультуры у школьников тоже разные: те, кто доволен уроками ходят на них ради своего физического развития и укрепления здоровья, а те, кто не удовлетворен уроками физкультуры (в основном девочки), посещают их ради отметки и чтобы избежать неприятностей из-за прогулов.

В обновленном традиционном обучении речь идет об изменении характера учения, что предполагает изменение позиции ученика. А суть изменения заключается в том, что у учащегося будет не только мотив - потребность быть субъектом, но и появится потребность - мотив изменить себя, быть другим завтра, чем сегодня. У него вырастают внутренний мотив, и формирование мотивации учения должно строиться, на наш взгляд, через три следующие способности:

- хочу, т.е. это моя потребность - мотив;
- хочу, т.е. это я умею делать;
- надо, т.е. это мне нужно знать.

Формирование этих способностей, по сути, есть, содержание мотивации, следовательно, шаги ее формирования.

References:

1. *Abramova SL, Grinitsilin BM, Zolotykh LK. Formation of interest in teaching among schoolchildren. Moscow, 1968; 67.*
2. *Babansky YuK. Methods of teaching in a modern secondary school. Moscow, 1985; 142.*
3. *Balandin VA. The development of cognitive processes of children from 6-10 years old by means of physical education: Physical Culture, Moscow, 2000, № 1; 19.*
4. *Bykov VS. Theory and practice of the formation of needs for physical education in schoolchildren: Physical Culture, Moscow, 2000, №1; 13.*