

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ИГРОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ИНТЕРЕСА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У ПОДРОСТКОВ

Е.С. Прилуцкий, 2 курс

Научный руководитель – А.С. Матвейюк, ассистент кафедры физической культуры
Полесский государственный университет

Актуальность. В современных условиях наблюдается снижение уровня физической активности подростков, что связано с ростом популярности цифровых технологий и пассивных форм досуга. Это приводит к уменьшению интереса учащихся к занятиям физической культурой и снижению их мотивации к двигательной активности [4].

Формирование устойчивого интереса к физической культуре является одной из важнейших задач образовательного процесса. Однако традиционные методы проведения занятий не всегда соответствуют возрастным особенностям подростков и не обеспечивают должного уровня вовлеченности [5].

Одним из эффективных средств повышения интереса к занятиям являются игровые упражнения. Они сочетают физическую нагрузку с элементами соревнования, взаимодействия и эмоциональной вовлеченности, что делает учебный процесс более привлекательным для учащихся [1].

Игровая деятельность способствует развитию двигательных качеств, формированию положительного отношения к физической активности и укреплению социальных связей в коллективе. Кроме того, она учитывает потребности подростков в общении, самовыражении и признании со стороны сверстников [2].

В условиях модернизации системы физического воспитания особую значимость приобретает поиск эффективных методов, способствующих повышению мотивации учащихся. Использование игровых упражнений позволяет повысить активность школьников и сделать занятия более интересными и результативными [3].

Таким образом, актуальность исследования обусловлена необходимостью повышения интереса подростков к занятиям физической культурой посредством внедрения игровых методов обучения.

Цель исследования – изучить влияние игровых упражнений на повышение интереса подростков к занятиям физической культурой.

Методы исследования

В работе использовались следующие методы:

- анализ научно-методической литературы;
- анкетирование;
- педагогическое наблюдение;
- методы математической статистики.

В исследовании принимали участие учащиеся 10-11-х классов.

Таблица – Показатели интереса и активности учащихся

№	Показатель	До внедрения (%)	После внедрения (%)
1	Высокий интерес	28	60
2	Высокая мотивация	32	72
3	Активное участие на уроке	48	80

Анкетирование проводилось с целью выявления уровня интереса, мотивации и активности учащихся на занятиях физической культурой. Для этого была разработана анкета, включающая конкретные вопросы, направленные на оценку отношения учащихся к урокам физической культуры.

Анкета включала следующие вопросы:

1. Интересно ли вам посещать уроки физической культуры? (варианты ответа: да / не очень / нет)

2. С желанием ли вы выполняете физические упражнения на уроке? (да / иногда / нет)
3. Проявляете ли вы активность на уроке (участие в играх, упражнениях)? (всегда / иногда / редко)
4. Нравятся ли вам занятия, проводимые в игровой форме? (да / частично / нет)
5. Хотели бы вы, чтобы на уроках было больше игровых упражнений? (да / не знаю / нет)
6. Как часто вы активно участвуете в выполнении заданий на уроке? (всегда / иногда / редко)

Анализ результатов анкетирования показал, что до внедрения игровых упражнений уровень интереса учащихся к занятиям физической культурой находился на среднем уровне. Так, высокий интерес к занятиям проявляли лишь 28% опрошенных, в то время как большинство учащихся демонстрировали недостаточную заинтересованность.

Уровень высокой мотивации к занятиям физической культурой до эксперимента составил 32%, что свидетельствует о преобладании внешней или ситуативной мотивации. Активное участие в уроках физической культуры отмечалось у 48% учащихся, тогда как остальные школьники участвовали в занятиях пассивно или без выраженного интереса.

После внедрения комплекса игровых упражнений были зафиксированы значительные положительные изменения. Количество учащихся с высоким уровнем интереса увеличилось с 28% до 60%, что свидетельствует о существенном росте заинтересованности в занятиях.

Показатель высокой мотивации вырос с 32% до 72%, что указывает на формирование более устойчивого внутреннего стремления к физической активности.

Также значительно увеличился уровень активного участия на уроках: с 48% до 80%, что говорит о повышении вовлеченности учащихся в учебный процесс и их готовности выполнять предлагаемые задания.

Полученные данные свидетельствуют о том, что использование игровых упражнений оказывает выраженное положительное влияние на отношение подростков к занятиям физической культурой, повышая их интерес, мотивацию и активность.

После внедрения комплекса игровых упражнений наблюдается существенное повышение интереса к занятиям. Учащиеся стали активнее участвовать в уроках, проявлять инициативу и стремление к выполнению заданий.

Отмечается рост мотивации к занятиям физической культурой, что связано с эмоциональной привлекательностью игровых форм, возможностью взаимодействия в команде и элементами соревнования.

Также увеличился уровень физической активности учащихся. Игровые упражнения позволили вовлечь в процесс даже тех школьников, которые ранее проявляли пассивность.

Таким образом, использование игровых упражнений оказывает положительное влияние на интерес, мотивацию и активность подростков.

Установлено, что использование игровых упражнений способствует повышению интереса подростков к занятиям физической культурой. Игровые формы обеспечивают рост мотивации и активности учащихся за счёт эмоциональной вовлеченности и соревновательного характера деятельности.

Внедрение игровых упражнений в учебный процесс является эффективным педагогическим средством, направленным на формирование устойчивого интереса к физической активности.

Список использованных источников

1. Лях, В. И. Физическая культура. 5–9 классы : учебник / В. И. Лях. – Москва : Просвещение, 2019. – 191 с.
2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры : учебник / Л. П. Матвеев. – Москва : Спорт, 2010. – 543 с.
3. Леонтьев, А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – Москва : Смысл, 2005. – 352 с.
4. Макаренко, А. С. Педагогическая поэма / А. С. Макаренко. – Москва : Просвещение, 1988. – 512 с.
5. Мудрик, А. В. Социальная педагогика : учебник / А. В. Мудрик. – Москва : Академия, 2011. – 224 с.