

## ДОКЛАД ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Здравствуйтесь уважаемые председатель и члены комиссии, Вашему вниманию представляется доклад на тему научного исследования «Повышение интереса юношей среднего школьного возраста к занятиям физической».

**Исполнитель: ФИО**

**Научный руководитель: ФИО**

Причины негативных явлений физической культуры в школе обусловлены издержками проводимых в стране реформ социального и экономического развития, прежде всего, касающихся системы образования. Все это приводит к снижению интереса учащихся к уроку физической культуры и занятиям физическими упражнениями в целом. Поэтому главная задача физического воспитания в учреждениях общего среднего образования должна состоять в привитии учащимся привычек здорового образа жизни, формированию физической культуры личности, повышении интереса к занятиям физическими упражнениями. Анализ научно-методической и психолого-педагогической литературы показывает, что, несмотря на многочисленность опубликованных работ по физическому воспитанию школьников, недостаточно освещены вопросы формирования у учащихся интереса к занятиям физической культурой.

**Цель исследования** – повысить интерес юношей среднего школьного возраста к занятиям физической культурой.

**Задачи исследования:**

1. Изучить процесс формирования интереса к занятиям физической культурой.
2. Раскрыть содержание программы по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в учреждениях общего среднего образования.
3. Разработать комплексы упражнений, направленные на повышение интереса юношей среднего школьного возраста к занятиям физической культурой и определить их эффективность.

**Объект исследования** – процесс физического воспитания юношей среднего школьного возраста.

**Предмет исследования** – повышение интереса юношей среднего школьного возраста к занятиям физической культурой

**Методы исследования:**

1. Анализ и обобщение научно-методической литературы
2. Контент-анализ
3. Анкетирование

4. Независимый эксперимент
5. Методы математической статистики

**С целью последовательного решения задач исследование было разделено на три этапа.**

На первом этапе изучалась и анализировалась научно-методическая литература, выявлялась проблема исследования, определялись объект, предмет и методы исследования. В указанный период времени подбирались экспериментальная площадка, экспериментальная группа. Для определения интереса юношей среднего школьного возраста к занятиям физической культурой была разработана анкета.

На втором этапе был проведен независимый эксперимент, в котором приняли участие 12 юношей 14–15 лет. Исследование проводилось на базе учреждения общего среднего образования «СОШ № 196 г. Минска». Вначале исследования были выявлены цели занятий физической культурой юношей среднего школьного возраста, а также основные мотивы, побуждающие к занятиям физическими упражнениями. В ходе эксперимента испытуемые занимались по разработанным нами комплексам упражнений, направленным на повышение интереса учащихся. Занятия проходили 3 раза в неделю продолжительностью 45 минут. По завершению исследования было проведено повторное анкетирование, позволившее определить динамику интереса юношей среднего школьного возраста к занятиям физической культурой.

На третьем этапе осуществлялась обработка результатов исследования методами математической статистики, их систематизация и интерпретация с формулированием общих выводов, оформлялась курсовая работа.

В качестве основных средств, стимулирующих развитие интереса и становление мотивов к занятиям физической культурой, нами использовались упражнения из арсенала современных физкультурно-оздоровительных систем, а также музыкальное сопровождение уроков физической культуры в школе.

Применение физкультурно-оздоровительных систем в подготовительной части урока любой направленности, прежде всего, отражало специфику данного вида упражнений и способствовало развитию определённых двигательных способностей занимающихся.

В подготовительной части уроков с легкоатлетической направленностью включались упражнения аэробики, по технике выполнения приближенные к бегу, прыжкам.

На уроках гимнастики использовалась степ-аэробика, упражнения с медицинболами, скип-аэробика.

На уроках с игровой направленностью в подготовительной части в зависимости от задач урока применялась классическая аэробика с различными

перемещениями приставными, скрестными шагами, упражнения стэп-аэробики на гимнастической скамейке.

Для решения задач основной части урока применялись специально разработанные комплексы упражнений из различных направлений фитнеса (силовые, танцевальные виды аэробики, стретчинг, классическая аэробика, стэп-аэробика), направленные на развитие двигательных способностей, необходимых для реализации задач, поставленных на уроке физической культуры любой направленности.

В заключительной части для снятия напряжённости, повышения эмоционального состояния применялись: стретчинг, упражнения на восстановление дыхания, игры на внимание.

По результатам повторного анкетирования можно констатировать, что 50 % учащихся стали посещать уроки физической культуры с удовольствием, 25 % считают их обязательными, однако 16,7 % опрошенных считают эти уроки ненужными, 8,3 % юношей затруднились ответить на данный вопрос

Повторное анкетирование выявило, что традиционную форму проведения уроков предпочли 41,7 % юношей, уроки с игровой направленностью вызывают интерес у 33,3 % респондентов, 25 % – хотели бы заниматься на уроках конкретным видом спорта.

Считают урок физической культуры таким же важным, как и остальные 33,3 % юношей, 58,4 % испытуемых не считают его таковым, затруднились ответить на этот вопрос 16,7 % респондентов. При повторном анкетировании урок физической культуры оказался таким же важным, как и остальные для 58,3 % юношей, однако по-прежнему, не считают его важным 25 % опрошенных, затруднились ответить на данный вопрос 16,7 % юношей

Из рисунка 4 видно, что после внедрения комплексов упражнений для повышения интереса и мотивации к занятиям физической культурой у юношей прослеживается положительная динамика в определении целей занятия физической культурой. Если по результатам предварительного анкетирования большинство учащихся выделяли для себя целью занятия физической культурой отдых, развлечения 50 %, то после повторного анкетирования большинство респондентов выбрали укрепление здоровья 33,3 %, развить свои физические качества 25 %, формирование потребности в регулярных занятиях 16,7 %.

По результатам предварительного анкетирования большинство учащихся считали основными мотивами, побуждающими их к занятиям физической культурой, желание получить хорошую оценку – 33,3 %, потребность в движении 8,3 %, получение впечатлений от соперничества было мотивом для 16,7 % опрошенных, общение с одноклассниками было доминирующим мотивом для 25 % школьников, 16,7 % юношей занимались физической

культурой для улучшений состояния здоровья. После проведения повторного анкетирования большинство юношей посчитали ведущими мотивами, побуждающими их к занятиям физической культурой, улучшение состояния здоровья – 33,3 %, потребность в движении была важна для 16,7 % опрошенных, мотив получения впечатлений от соперничества был на первом месте для 25 % юношей, 16,7 % школьников занимались физической культурой из-за потребности в движении, общение со сверстниками было доминирующим для 8,3 % юношей.

После внедрения комплексов упражнений большинство респондентов выделили основными мотивами, мешающими заниматься физической культурой то, что они не могут побороть себя, желание есть, но как-то не до физкультуры – 25 % соответственно, на проблемы со здоровьем указали – 16,7 % юношей, нет свободного времени и отсутствие интереса к физической культуре отметили 16,7 и 16,6 %.

С необходимостью домашних заданий по физической культуре были согласны только 25 % юношей, 75 % не согласны. В повторном анкетировании с необходимостью домашних заданий по физической культуре согласились 41,7 % юношей, остались не согласными – 58,3 % респондентов.

Таким образом, можно констатировать, что под воздействием разработанных комплексов упражнений 33,3 % юношей значительно изменили индивидуальный интерес к занятиям физической культурой, но тем не менее наличие 16,7% школьников с ответами в областях отсутствия интереса, пренебрежения интереса определяет необходимость дальнейшего повышения эффективности формирования интереса юношей к занятиям физической культурой.

**Выводы разрешите не зачитывать, так как они прозвучали во время доклада.**

**Спасибо за внимание!**