

УДК 796

**ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА И ОРГАНИЗАЦИЯ МЕРОПРИЯТИЙ ДЛЯ
ШКОЛЬНИКОВ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ ДЛЯ
ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ**

Абдрахманова Юлия Анатольевна

учитель МБОУ СОШ №125, Барнаул, Россия, Email: uliaabdrahmanova1982@mail.ru

Денисова Галина Сергеевна

Ст. преподаватель кафедры физического воспитания ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Россия, Барнаул, Email: degalina@bk.ru

Романова Елена Вениаминовна

кандидат философских наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Россия, Барнаул, Email: romanovaev.2007@mail.ru, ORCID iD 0000-0003-4317-605x

Тарасова Оксана Алексеевна

кандидат педагогических наук, доцент кафедры медицинских знаний, Алтайский государственный педагогический университет, Барнаул, oa_tarasova@list.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7204-5927>, SPIN-код 7032-0763

**TEACHING AND ORGANIZING EVENTS FOR SCHOOLCHILDREN TO DEVELOP
POSITIVE MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**

Abdrakhmanova Yulia Anatolyevna

Teacher, Secondary School No. 125, Barnaul, Russia, Email: uliaabdrahmanova1982@mail.ru

Denisova Galina Sergeevna

Senior Lecturer, Physical Education Department, Altai State University, Barnaul, Russia, Email: degalina@bk.ru

Romanova Elena Veniaminovna

PhD in Philosophy, Associate Professor, Head of the Physical Education Department, Altai State University, Barnaul, Russia, Email: romanovaev.2007@mail.ru, ORCID ID 0000-0003-4317-605x

Tarasova Oksana Alekseevna, candidate of pedagogical sciences, Altai State Pedagogical University, Barnaul, Russia. oa_tarasova@list.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7204-5927>, SPIN-код 7032-0763

Аннотация

В школах Алтайского края, имеющих достаточную материально-техническую базу, с сентября 2025 года был введен третий урок физической культуры, что несомненно, будет положительно влиять на укрепление здоровья подрастающего поколения. В школе МБОУ «СОШ№125» с введением третьего часа внеурочной деятельности (физической культуры,) может означать, что образовательная организация использует этот час для возрождением норм ГТО, новым требованиям к урокам в рамках ФГОС перед нами, педагогами стоит сложная задача мотивировать обучающихся к регулярным занятиям физической культурой.

Объект исследования: процесс формирования мотивации учащихся к ФКиС .

Предмет исследования: «Психолого-педагогическая работа и организация мероприятий для школьников по формированию положительной мотивации для занятий физической культурой и спортом»

Цель исследования: теоретические основы, разработка и апробация модели формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом у школьников.

Задачи исследования:

1. Изучить психолого-педагогическую литературу по (проблеме) теме исследования
2. Разработать и апробировать модель формирования мотивации учащихся к ФКиС;
3. Провести анализ результатов экспериментальной работы

Методы исследования: анализ научно-методической литературы по теме исследования, опрос, педагогическое наблюдение, тестирование, методы математической обработки результатов исследования.

Гипотезой исследования выступило предположение о том, что положительная мотивация к занятиям физической культурой у ребят формируется при условии новизны, практической значимости нового материала, духа соперничества, индивидуального подхода к каждому, учете личного интереса при составлении программ уроков физического воспитания.

Для достижения поставленной цели в ходе исследования буду использоваться такие методы, как анализ и обобщение моего личного педагогического опыта, проведение педагогического эксперимента, анкетирование и тестирование, а также статистические методы обработки результатов. Я считаю, что применение комплексного подхода к выполнению поставленных задач позволит добиться достоверных и значимых результатов, способствующих повышению эффективности подготовки школьников к выполнению норм ВФСК ГТО.

Ключевые слова: ГТО, мотивация, физическая культура, спортивные мероприятия

Abstract

Schools in the Altai Krai with sufficient material and technical resources have introduced a third physical education lesson since September 2025, which will undoubtedly have a positive impact on improving the health of the younger generation. At Secondary School No. 125, the introduction of a third hour of extracurricular activities (physical education) may mean that the educational institution is using this hour to revive the GTO standards and new lesson requirements under the Federal State Educational Standard. We, as teachers, face the difficult task of motivating students to participate in regular physical education.

Research Objective: The process of developing student motivation for physical education and sports.

Research Subject: "Psychological and Pedagogical Work and the Organization of Events for Schoolchildren to Develop Positive Motivation for Physical Education and Sports."

Research Objective: Theoretical foundations, development, and testing of a model for developing positive motivation for physical education and sports in schoolchildren. Research objectives:

1. To review the psychological and pedagogical literature on the research topic
2. To develop and test a model for developing student motivation for physical education and sport;
3. To analyze the results of the experimental work

Research methods: analysis of scientific and methodological literature on the research topic, survey, pedagogical observation, testing, and methods for mathematically processing the research results.

The research hypothesis was that positive motivation for physical education in children is developed through novelty and the practical significance of the new material, a spirit of competition, an individual approach to each student, and consideration of personal interests when developing physical education lesson plans.

To achieve this goal, the study will utilize methods such as analyzing and summarizing my personal teaching experience, conducting a pedagogical experiment, surveys and testing, and statistical methods for processing the results. I believe that using a comprehensive approach to achieving these objectives will enable us to achieve reliable and meaningful results, contributing to the increased effectiveness of preparing schoolchildren to meet the All-Russian Physical Culture and Sport Complex (VFSK) GTO standards.

Keywords: GTO, motivation, physical education, sporting events

Здоровый образ жизни становится нормой для всех. Формирование бережного отношения к здоровью требует учета индивидуальных особенностей каждого ребенка (Ванюшкин, 2014). В то же время большинство учащихся испытывает недостаток возможностей для проявления себя в спортивных секциях, детско-юношеских спортивных школ, где акцент делается на выявлении спортивных талантов и популяризации определенных видов спорта. Ограниченный доступ к платным услугам фитнес-клубов подчеркивает значимость воспитания и социализации личности на государственном, общественном и образовательном уровнях (Барышников, 2017).

На внеурочных занятиях в школах создается уникальная среда для физической культуры и спорта, учитываются различные интересы учащихся. Это не только инновационные подходы в физическом воспитании, но и системный тренировочный процесс, который способствует победам, росту спортивного мастерства, накоплению опыта, необходимого для спортивной карьеры, созданию условий для развития детско-юношеского спорта и обеспечению качества и доступности школьных спортивных занятий (Белкина, 2014).

Специалисты, такие как В.К. Бальсевич, Г.И. Попов, Н.И. Санникова, Л.И. Лубышева и В.И. Лях, акцентируют внимание на важности обновления подходов к физическому воспитанию в школах, подчеркивая необходимость изменить содержанием методы реализации этих программ. В условиях стремительных изменений в обществе важно, чтобы физическое воспитание в образовательных учреждениях соответствовало современным требованиям и обеспечивало гармоничное развитие школьников. В рамках этой модернизации в МБОУ «СОШ№125» Барнаула активно реализуются такие инициативы, как «Президентские состязания», «Президентские спортивные игры», «Наш спорт – твоё здоровье», Сдача нормативов ВФСК «ГТО», и другие. Создаются более доступные и эффективные условия для занятия спортом в школах.

Кроме того, современные школьники обладают совершенно иными интересами и потребностями, что требует гибкости и инновационности в подходах к организации физического воспитания. С учетом этого, физическая культура должна перестать быть исключительно обязательным предметом и превратиться в захватывающую и мотивирующую деятельность, направленную на всестороннее развитие личности учащегося, его физической и социальной активности.

Для подростков основными стимуляторами участия в дополнительных занятиях становятся эмоциональные переживания, увлекательные игры и упражнения с разнообразными спортивными снарядами, а также взаимодействие с ровесниками. Учитель может направить эту мотивацию на регулярные занятия физической культурой, знакомя учащихся с различными видами спорта и формируя основы их физической активности. На начальной стадии работы акцент делается на общей физической подготовке и укреплении здоровья. Группы, как правило, формируются из 20–25 человек, с учётом интересов школьников и особенностей предлагаемой программы.

Урочная и внеурочная деятельность играет ключевую роль в гармоничном развитии физических способностей учащихся и формировании нужных навыков для эффективного выполнения упражнений, направленных на улучшение общей физической формы. Широко применяются различные специализированные тренировки и упражнения, способствующие не только укреплению здоровья, но и улучшению общей физической подготовки, освоение технических аспектов в играх и тестированиях. Подростки ставят своей целью поддержание хорошей физической формы, повышение результативности, активности, которые занимают значительное место в учебно-тренировочном процессе и способствуют всестороннему развитию.

Эти тренировки обладают динамичной структурой, способствующей активному развитию таких жизненно важных качеств, как сила, скорость, ловкость, выносливость и взрывная мощь. Эти элементы играют ключевую роль в успешном исполнении различных физических движений, таких как стремительное ускорение, внезапное торможение или величественные прыжки. Внедрение подобных упражнений в учебный процесс не только усиливает физическую подготовленность, но и

значительно улучшает координацию движений, что является залогом высоких спортивных достижений. Каждое занятие наполняется энергией и целеустремленностью, а участники, преодолевая свои пределы, открывают новые горизонты возможностей. С каждым шагом, с каждым усилием они приближаются к гармонии движений, где ловкость и мощь сливаются в единое целое, ведя к мастерству и результатам, которые делают их тренировки не просто рутинной, а искусством. Таким образом, эти занятия становятся основой не только физического роста, но и психической устойчивости, вдохновляя на новые свершения.

Методические указания по организации внеурочной деятельности в области физического воспитания и оздоровления охватывают важные аспекты:

- постепенное наращивание интенсивности тренировочного процесса;
- гармоничное сочетание упражнений общего развития с атлетическими нагрузками;
- в начальной части тренировки акцент располагается на оттачивании техники передвижения, включающей различные стили ходьбы и бега, что способствует развитию координации и гибкости у спортсменов;
- основная часть тренировки организована как чередование упражнений, направленных на освоение техники и развитие атлетизма, что создает баланс между изучением новых приемов и укреплением физических качеств;
- для поддержания интереса и вовлеченности учащихся применяются соревновательные и игровые методы, оживляющие процесс обучения и придающие ему эмоциональную насыщенность.

Тренировочный процесс и соревнования адаптируются в зависимости от уровня подготовки и спортивного мастерства участников, акцентируя внимание на скорости и точности исполнения. В секциях для учащихся среднего и старшего возраста могут ставиться разнообразные задачи, учитывающие подготовку к соревнованиям. Группы формируются исходя из интересов участников и могут включать до 15 человек для оптимизации индивидуального подхода и эффективной организации тренировок.

Физическое развитие учащихся играет ключевую роль в формировании специализированных навыков, необходимых для успешного участия в соревнованиях. На тренировках осваиваются тактические элементы, становящиеся основой эффективного выступления в играх и тестированиях. Учебные планы включают занятия, направленные на подготовку спортивного актива, а также специализированные тренировки, охватывающие инструкторские и судейские практики. Эти занятия не только способствуют развитию физических качеств, но и помогают учащимся проникнуться всеми тонкостями спортивной дисциплины.

Основная цель внеурочной деятельности в спортивно-образовательной системе заключается в создании условий для всесторонней подготовки учащихся к соревнованиям. Важно, чтобы процесс не ограничивался лишь физическими тренировками, но также включал аспекты тактической подготовки и психологической подготовки, что обеспечит комплексный подход и способствуем успешным результатам на уровне соревнований.

Из всего объема учебного материала внеурочной деятельности выделены ключевые упражнения, сфокусированные на двух основных направлениях подготовки: развитие специфических физических качеств и совершенствование технико-тактических навыков. Помимо базовых упражнений, используются дополнительные задания, углубляющие изучаемые темы и способствующие улучшению учебного процесса.

На начальных этапах тактической подготовки учащиеся изучают базовые действия, взаимодействия и стратегии, которые легко доступны для понимания и широко применяются в процессе обучения. Цели тренировок направлены на формирование основ тактического мышления, освоение методических принципов обучения и изучение правил соревнований. Полученные знания учащиеся применяют в практических занятиях, выполняя различные роли: они помогают учителю в проведении занятий, принимают участие в подготовке к соревнованиям для физкультурно-оздоровительных групп, ведут разминки, исполняют обязанности судей на внутренних соревнованиях и участвуют в организации школьных спортивных команд.

Учебно-тренировочные группы создаются из учащихся, которые проявили заинтересованность к игре в играх и тестированиях. Формирование состава команды происходит на основе наблюдений и анализа результатов достижений учащихся, учитываются их физические способности, а также уровень мотивации и готовности к дальнейшему обучению и тренировкам.

В зависимости от возраста и уровня подготовленности, в тренировочном процессе используется материал, направленный на развитие физических качеств и навыков, необходимых для специализированной подготовки. По мере прогресса учащихся и накопления опыта тренировочная интенсивность постепенно возрастает, что способствует более эффективному переходу от начального обучения к специализированной спортивной подготовке.

В процессе обучения технико-тактическим приемам и комплексной подготовки перед учащимися ставятся задачи повышенной сложности, что способствует углубленному развитию их спортивных навыков и умению быстро ориентироваться в условиях соревнований. На различных этапах подготовки они совершенствуют свои умения, принимая участие в соревнованиях разного уровня — от школьных турниров до состязаний городского и районного масштаба, а также других значимых спортивных мероприятий (government.ru/docs/all/91689/, http://Consultant.rudocument/cons_doc_LAW_278827/).

Методы исследования:

1. Теоретические методы в педагогическом исследовании: анализ психолого – педагогической и методологической литературы, синтез, обобщение.

2. Эмпирические методы в педагогическом исследовании: изучение и обобщение педагогического опыта анкетирования, наблюдение, метод контрольных испытаний, педагогический эксперимент и математический метод обработки результатов.

Оценивая игровые действия, педагог акцентирует внимание на таких качествах, как активность, смелость, упорство и стремление к победе.

В рамках внеклассной спортивной деятельности в системе образования даются следующие рекомендации:

- Улучшить технику и тактику выполнения упражнений в соревнованиях.
- Самостоятельно выбирать способы выполнения упражнений, с учетом их физической и технической подготовки.
- Четкая постановка конечной цели.
- Отработать слаженность действий в учебных играх, соревнованиях.
- Выполнению упражнений с элементами противодействия.

Таким образом, ключевым аспектом успешной подготовки спортсменов является интеграция теоретических знаний и практических навыков. Это требует создания различных форматов занятий и мероприятий, которые обеспечат многообразие опыта. Регулярные мастер-классы, семинары и соревнования помогут студентам не только углубить свои знания, но и применить их на практике, что усиливает связь между учебным процессом и реальными спортивными достижениями.

Кроме того, важно внедрять элементы саморефлексии в тренировочный процесс. Это может проявляться в форме личных дневников или онлайн-платформ, где студенты смогут фиксировать свои успехи, анализировать неудачи и ставить новые цели. Такой подход не только повышает ответственность за собственное развитие, но и крепит мотивацию, что особенно важно в условиях конкурентного спортивного мира.

Не менее значимым является и взаимодействие с родителями, которые могут поддерживать своих детей в стремлении к спорту. Организация совместных мероприятий, где родители участвуют в процессах обучения и тренировки, создает дополнительные мотивирующие факторы и усиливает командный дух как среди спортсменов, так и среди их семей (Асикритов, 2013). Также следует обратить внимание на роль профессиональных тренеров, которые не только передают технические знания, но и становятся наставниками и психологами для спортсменов. Квалифицированный тренер должен уметь выявлять сильные и слабые стороны каждого атлета, индивидуализировать подходы

к тренировкам и вдохновлять на новые достижения. Постоянное обучение тренеров, участие в конференциях и обмен опытом с коллегами способствуют актуализации их знаний и улучшению программ подготовки спортсменов.

Важным аспектом является и внедрение современных технологий в тренажерный процесс. Использование видеонализа, специализированных приложений для отслеживания прогресса и виртуальных симуляций позволяет спортсменам не только улучшать свои технические навыки, но и находить новые пути для самосовершенствования. Это делает тренировки более интерактивными и увлекательными.

Наконец, создание сообщества поддержки, включающего спортсменов, тренеров, родителей и волонтеров, способствует формированию дружеской атмосферы и обмену опытом. Такие сообщества позволяют обсуждать успехи и неудачи, делиться советами и идеями, что укрепляет коллективный дух и помогает каждому участнику в достижении поставленных целей.

1.1 Психофизиологические особенности школьников

Школьный возраст охватывает период развития детей, отличающийся характерными изменениями в психическом и физическом состояниях, обусловленными анатомо-физиологическими особенностями. К 6-7 годам завершается формирование всех слоев клеток в коре головного мозга, и его размер достигает 90% от объема взрослого мозга. Лобные доли активно развиваются, что улучшает как аналитические, так и синтетические функции коры. Пропорция между возбуждением и торможением изменяется: торможение становится более устойчивым, что позволяет детям выполнять более сложные действия. Семилетний ребенок способен выделять основные характеристики предметов и усваивать простейшие понятия.

Ребенок в этом возрасте часто выполняет задания с определенным напряжением и совершает множество лишних движений. Скелетно-мышечная система детей значительно укрепляется, а крупные мышцы развиваются быстрее, чем мелкие. Это приводит к увеличению подвижности — дети активно стремятся бегать и прыгать. Эффективные двигательные навыки способствуют психическому развитию, формируя уверенность и социальное признание среди сверстников. Переход в школу меняет систему отношений ребенка с окружающим миром, и родителям важно поддерживать адаптацию к новым условиям, учитывая возникающие трудности (Куцаев, 2016). У детей формируются важные компоненты образовательной деятельности, влияющие на их развитие. Это включает в себя освоение новых знаний, решение различных задач, радость от совместного обучения с одноклассниками и признание авторитета учителя. Эти элементы учебной деятельности способствуют существенным изменениям в психическом развитии детей. В это время активизируются мыслительные процессы, которые необходимы для дальнейшего освоения научных знаний и формирования основ самостоятельного обучения в жизни (Иванов, 2016).

Исследования показывают, что с возрастом изменяются и мотивы учебной активности детей. Социальные мотивы, стремление к общению и совместной деятельности становятся все более актуальными наряду с познавательными. Они влияют не только на процесс учебы, но и изменяют отношение ребенка к школе и учителям. Например, если обучение связано с желанием избежать наказания со стороны строгих родителей, это может вызывать тревогу и напряжение. Напротив, стремление к знаниям наполняет учебный процесс радостью и увлечением.

Важным аспектом является различие между внутренними мотивами, связанными с учебной деятельностью, и внешними факторами. Познавательная потребность, развивающаяся у детей, различается по своему выражению: у некоторых она проявляется в теоретической форме, у других — в практической, а у третьих может быть совсем слабо выражена. В процессе учебной деятельности также формируются психологические новообразования, значимые для дальнейшего развития детей (Холодов, 2014). Успех в обучении становится важным критерием для оценки не только знаний, но и личностных качеств ребёнка. Мнения родителей о школьной жизни могут оказывать влияние на самооценку и отношение к себе как к ученику. С течением времени ценности обучения у детей и их родителей могут не совпадать.

В этот период наблюдается активное развитие нервной системы, а работа внутренних органов становится более интенсивной. В нервной системе усиливаются процессы возбуждения, что делает школьников более эмоциональными и подвижными.

Школьный возраст также характеризуется увеличением физической выносливости и работоспособности, хотя в целом этот рост относителен, так как у детей сохраняется повышенная утомляемость и эмоциональная чувствительность. Учителя отмечают, что после 20-25 минут занятия эффективность работы детей значительно снижается, а после активных игр они быстро утомляются.

Психологическое состояние учащихся также целиком зависит от новой обстановки, где им необходимо учиться, быть организованными и налаживать отношения с новыми сверстниками. Здоровье школьников в этот критически важный период очень хрупкое, но имеет потенциал для улучшения. Стоит отметить, что по сравнению с дошкольниками, дети школьного возраста болеют реже — до четырех раз в год по сравнению с 5–6 у детей раннего возраста.

Развитие костно-мышечной системы у школьников имеет свои особенности: крупные мышцы развиваются быстрее мелких, что усложняет выполнение точных движений, необходимых при письме (Фомин, 2013). Однако к семи годам у детей активно развивается моторная координация, облегчая освоение новых движений и принося радость. Многие родители ищут для своих детей спортивные секции, что является разумным шагом для укрепления здоровья.

Дети школьного возраста склонны выбирать такие виды спорта, которые легко осваиваются, особенно если они проходят в активной и игровой форме. Однообразные упражнения, требующие статического положения, вызывают у них трудности.

Этот период критически важен для развития и укрепления мышечной системы, повышения работоспособности дыхательных мышц, улучшения координации и формирования навыков управления телом. Силовые тренировки и упражнения для наращивания мышечной массы в этом возрасте неэффективны. Доступны различные виды спорта: плавание, танцы, гимнастика, легкая атлетика, боевые искусства и теннис. Если такие занятия нравятся детям, они содействуют улучшению здоровья. Вместе с тем, недоступность физической активности, длительное время за партой, запрет на подвижные игры, и стресс негативно сказываются на состоянии здоровья школьников. Поэтому детям следует уделять больше времени прогулкам и спорту, ведь физическая активность полезна для всех систем организма, в том числе и нервной.

Важно организовать распорядок дня так, чтобы мотивировать детей заботиться о своем здоровье и выбирать активные занятия на свежем воздухе. Поступление в школу кардинально меняет жизнь ребенка, и обучение становится его основной задачей. Не всегда у детей формируется правильное отношение к учебе, поэтому педагоги и родители должны объяснять, что обучение — это увлекательный процесс, позволяющий открывать новое.

В школьном возрасте основное внимание уделяется мышлению, что приводит к активному развитию и изменениям мыслительных процессов. Образовательный процесс организован так, что словесно-логическое мышление становится ключевым. Осваивая научные понятия, дети начинают формировать основы теоретического мышления, что зависит от того, как и что они изучают. Применение различных методик развивающего обучения демонстрирует заметные результаты (Фомин, 2015).

В этот период также активно развивается внимание. Без его достаточного уровня обучение становится затруднительным. Учитель должен удерживать внимание учащихся на материале, однако дети способны сосредоточиться на одной задаче всего на 10-20 минут. У школьников имеются особенности внимания, среди которых основная — слабая произвольная регуляция. В отличие от старших ребят, которые могут заставить себя сосредоточиться на сложных задачах ради будущего результата, школьники требуют близкой мотивации для концентрации (Ильин, 1989).

Непроизвольное внимание у них развито значительно лучше; все новое и интересное притягивает их внимание без дополнительных усилий. Невнимательность детей может быть вызвана различными причинами: от лени до повышенной возбудимости.

Память также трансформируется под воздействием учебного процесса. Учащиеся лучше запоминают конкретные факты, лица и события, чем длинные описания. Они должны развивать навыки дифференциации в запоминании, чтобы четко понимать, что именно нужно заучивать и каковы цели этого процесса.

Между мальчиками и девочками младшего школьного возраста наблюдаются различия в процессах запоминания (Шмелев, 2016). Девочки легче могут организовать свою память, показывая лучшие результаты в произвольном запоминании. Мальчики, в свою очередь, более успешны в освоении различных методов запоминания.

Эффективность запоминания можно увеличить благодаря осмыслению изучаемого материала. Способы осмысления могут варьироваться. Например, для запоминания текста или сказки важно составить план. Для самых маленьких полезно и доступно создавать план в виде последовательности картинок. Если иллюстраций нет, можно описывать, какие картины следовало бы нарисовать, начиная с начала рассказа и далее. В дальнейшем эти картинки можно заменить на список основных идей.

Что касается мотивации, то, что побуждает ребенка в начале его школьной жизни? Приобретая идентичность школьника, он стремится к хорошим результатам. Важным мотивом учебной деятельности является подтверждение своего статуса. Поощрения от учителя и родителей оказывают значительное влияние на самочувствие ребенка. Социальные мотивы включают ответственность и необходимость образования. Большинство младших школьников проявляют познавательный интерес на достаточно низком уровне, за исключением одаренных детей, которым свойственно глубокое увлечение учебными дисциплинами. Формирование самооценки у младших школьников также имеет важное значение и во многом зависит от оценок, получаемых от учителя и родителей (Карчага, 2018).

Таким образом, общее внимание к процессам запоминания и усвоения информации у школьников необходимо усиливать с помощью разнообразных методов и подходов. Важно учитывать, что каждый ребенок уникален, и то, что работает для одного, может не подходить другому. Учителя и родители должны быть готовы экспериментировать с различными техниками, чтобы найти оптимальные способы формирования у детей эффективных стратегий обучения.

Кроме того, игровая форма обучения может значительно повысить мотивацию и интерес детей к учебному материалу. Игры, направленные на развитие памяти и внимание, не только делают процесс обучения более увлекательным, но и способствуют закреплению изученного материала. Метод игровых заданий также позволяет детям легче воспринимать информацию, так как они учатся в расслабленной и непринужденной обстановке.

Нельзя недооценивать значение командной работы и взаимодействия между детьми. Совместные занятия способствуют обмену опытом и развитию коммуникативных навыков. Дети, работая вместе, учатся не только запоминать информацию, но и обосновывать свои мысли, что в свою очередь способствует глубокому осмыслению изучаемого материала.

Экспериментальная работа по формированию мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом в школе направлена на повышение интереса и осознанной потребности у учеников к регулярным физическим занятиям. Она включает в себя:

Торетическое обоснование и практическую проверку методик формирования мотивации, например, через введение до 50% содержания урока в виде игр и игровых упражнений, что делает процесс физического воспитания привлекательным и способствует формированию осознанной потребности в движении у школьников.

Проведение педагогического эксперимента на базе школы с использованием анкетирования для выявления мотивации и оценки эффективности методик.

Использование разнообразных форм, таких как соревнования, мастер-классы (например, по баскетболу....) и игровая деятельность физкультурно оздоровительной направленности для повышения мотивации к самостоятельным и систематическим занятиям спортом.

Разработка практических рекомендаций для учителей физической культуры по мотивационным стратегиям.

Проведенные мероприятия подтверждают, что комплексный подход с игровой активностью и заинтересованностью существенно улучшает мотивацию и отношение учеников к физической культуре, способствует улучшению физического развития и формированию устойчивой потребности в занятиях спортом.

Таким образом, экспериментальная работа включает организацию игровых и соревновательных методов, анкетирование, систематический анализ мотивационных факторов и методик, что ведет к положительным изменениям в мотивации школьников на уроках физической культуры.

Комплексный педагогический подход, который включает развитие внутренней потребности и интереса учащихся к физической активности, достигается путем внедрения возрастных заданий, игровых форм, соревновательных элементов и системы поощрений, а также поддержки преподавателей и одобрения сверстников, что повышает вовлеченность и стремление учащихся к регулярным занятиям. Особое внимание уделяется формированию осознанной потребности в занятиях, связанной с укреплением здоровья, саморазвитием и получением удовольствия. Для формирования положительной мотивации важна организация физического воспитания с учетом ценностных ориентаций и которая влияет на сознание и поведение обучающихся, способствуя их приобщению к здоровому образу жизни и спорту за счет педагогических условий и инновационных технологий. Таким образом, мотивация в МБОУ «СОШ №125» строится на сочетании внутренних и внешних факторов, обеспечивающих устойчивый интерес и активное участие школьников в физической культуре и спорте.

Способы повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом в МБОУ «СОШ №125» включают комплексный подход с применением как внутренней, так и внешней мотивации. Для внутренней мотивации важны теоретические уроки физкультуры, акцент на личностном росте, ведение дневников самоконтроля и регулярные поощрения даже незначительных успехов. Внешнюю мотивацию стимулируют использование игровых методов, активных форм обучения, информационно-коммуникационных технологий эффективной проектной деятельности, уроков здоровья, занятий в спортивных секциях, участие в олимпиадах, конкурсах и предметных неделях физической культуры, а также замена реальных отметок на потенциально завышенные для поддержания интереса учащихся. Педагогическая поддержка, словесное поощрение и создание условий для самостоятельной активной деятельности способствуют повышению мотивации обучающихся к занятиям спортом и физкультурой.

Для формирования мотивации к занятиям физической культурой и спортом учащихся начальных классов можно выделить следующие этапы, учитывая возрастные особенности и психологию младших школьников:

Таким образом мотивация строится от интереса и удовольствия к спорту, через поддержку и создание условий, к формированию самостоятельности и привычки к регулярным физическим упражнениям. Такой пошаговый подход учитывает психологические и возрастные особенности младших школьников.

Внеурочные мероприятия играют важную роль в формировании мотивации к спорту у школьников. Они вовлекают учащихся в спортивную жизнь школы, способствуют укреплению здоровья и развитию активной жизненной позиции. Внеурочная деятельность по физической культуре расширяет знания и умения, формирует потребность и мотивацию к систематическим занятиям спортом, развивает интеллектуальные, творческие и коммуникативные способности детей.

Участие в спортивных соревнованиях, турнирах, спортивных праздниках и играх во внеурочное время способствует закреплению навыков, полученных на уроках физкультуры, и повышает интерес к занятиям спортом. Эти мероприятия помогают снять стресс, улучшить эмоциональное состояние школьников, сплотить коллектив и развить моральные качества, такие как умение дружить, сопереживать, справедливо побеждать и достойно принимать поражение. Родительское участие и партнерство школы с семьей также усиливают формирование мотивации к

спорту. Поэтому внеурочная работа по физической культуре является ключевым инструментом для формирования устойчивой мотивации к занятиям спортом и здоровому образу жизни у детей.

При планировании внеклассных мероприятий необходимо учитывать их цели и задачи, а также возрастные особенности, интересы и уровень подготовки учащихся, продумывая при этом, что дети должны узнать, чему научиться и не менее важно какие эмоции они могут испытать.

Основные этапы планирования включают выбор актуальной и интересной темы для выбранной возрастной группы, разработку содержательной части, где учитывается раскрытие главной идеи мероприятия, и распределение ролей между организаторами и участниками. Важно создавать условия для активного вовлечения детей, учитывая их инициативу и особенности восприятия.

Для младшего школьного возраста подойдут игровые и творческие формы, у подростков более эффективны интеллектуальные и исследовательские методы, а для старших школьников можно включать дискуссии, проекты и мастер-классы. Организация пространства и подбор материалов также должны соответствовать возрасту участников. Вовлечение родителей и взаимодействие с детьми в подготовке повышают эффективность мероприятия и формируют заинтересованность в его успешном проведении.

Библиографический список

Постановление правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. №540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» » [Электронный ресурс]. URL: government.ru/docs/all/91689/

Письмо Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности» [Электронный ресурс]. URL: http://Consultant.rudocument/cons_doc_LAW_278827/

Асикритов, А. Н. Программа по адаптивной физической культуре. 1-9 классы / А.Н. Асикритов. - М.: Владос Северо-Запад, 2013. - 588 с.

Барышников, В. Я. Физическая культура. 1-2 классы. Учебник / В.Я. Барышников, А.И. Белоусов. - М.: Русское слово - РС, 2017. - 343 с.

Белкина Е. В. Проблемы нового комплекса ГТО / Е. В. Белкина, Г. А. Белкин, С. А. Быков // Психология и педагогика: современные методики и инновации, опыт практического применения. - 2014. - №7. - 10 с.

Ванюшкин В. А. Профессиональная деятельность педагога по физической культуре в рамках внедрения Всероссийского физкультурно- 93 спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / В. А. Ванюшкин, И. В. Тарасевич // Актуальные проблемы и подходы к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»: Материалы Всероссийской науч.-практ. конф.: Урал. гос. пед. ун-т. Екатеринбург. - 2014. - 37 - 40 с.

Иванов О.Н. ГТО: прошлое и настоящее / О.Н. Иванов // Вестник Югорского государственного университета. 2016. № 1 (40). С. 174-176.

Ильин В.И. Научно-методические и организационные основы физического воспитания. М., 1989.

Карчага, Е. С. Развитие комплекса ГТО. История и современность / Е. С. Карчага. - Текст: непосредственный // Молодой ученый. - 2018. - № 10 (196). - С. 154-157.

Куцаев, В. В. Рекомендации школьникам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. В. Куцаев: Физическая культура в школе. – 2016. – 145 с.

Фомин Н.А., Филин В.П. Возрастные основы физического воспитания. – М.: Физкультура и спорт. – 2015 – 175 с.

Фомин, Н.А. Физиологические основы двигательной активности / Н.А. Фомин – М.: Физкультура и спорт. – 2013. – 224 с.

Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов: учеб. пособие для вузов. – 3-е изд. – М: Академия, 2014. – 48 с.

Шмелев, В. Н. Внедрение комплекса ГТО в деятельность общеобразовательных организаций / В. Н. Шмелев: практика административной работы в школе. – 2016. – 85 с.

References

Decree of the Government of the Russian Federation No. 540 dated June 11, 2014 "On Approval of the Regulations on the All-Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Labor and Defense" [Electronic resource]. URL: government.ru/docs/all/91689/

Letter of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation dated 08/18/2017 No. 09-1672 "On the direction of Methodological recommendations for clarifying the concept and content of extracurricular activities in the framework of the implementation of basic general education programs, including in terms of project activities" [Electronic resource]. URL: http://Consultant.rudocument/cons_doc_LAW_278827/

Ashikritov, A. N. Adaptive physical culture program. Grades 1-9 / A.N. Ashikritov. Moscow: Vldos Severo-Zapad, 2013. 588 p.

Baryshnikov, V. Ya. Physical culture. Grades 1-2. Textbook / V.Ya. Baryshnikov, A.I. Belousov. - М.: Russian word - RS, 2017. - 343 p.

Belkina E. V. Problems of the new TRP complex / E. V. Belkina, G. A. Belkin, S. A. Bykov // Psychology and pedagogy: modern methods and innovations, experience of practical application. - 2014. - No. 7. - 10 p.

Vanyushkin V. A., Tarasevich I. V. Professional activity of a physical education teacher within the framework of the introduction of the All-Russian physical culture and Sports complex "Ready for labor and Defense" (TRP) / V. A. Vanyushkin, I. V. Tarasevich // Actual problems and approaches to the introduction of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defense": Materials of the All-Russian Scientific-practical conference: Ural State Pedagogical University un-T. Yekaterinburg. - 2014. – 37 - 40 p.

Ivanov O.N. TRP: past and present / O.N. Ivanov // Bulletin of Yugorsky State University. 2016. No. 1 (40). pp. 174-176.

Пуйн V.I. Scientific, methodological and organizational foundations of physical education. Moscow, 1989.

Karchaga, E. S. The development of the TRP complex. History and modernity / E. S. Karchaga. - Text: direct // Young scientist. - 2018. - № 10 (196). - Pp. 154-157.

Научно-периодический журнал «Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта». - 2026. - 43 (3)

Раздел 1. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЕ ВОПРОСЫ
ДУХОВНОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

DOI: [https://doi.org/10.14258/zosh\(2026\)3.04](https://doi.org/10.14258/zosh(2026)3.04)

Kutsaev, V. V. Recommendations to schoolchildren for self-study in preparation for passing the standards of the TRP complex / V. V. Kutsaev: Physical education at school. - 2016. – 145 p.

Fomin N.A., Filin V.P. Age-related foundations of physical education. Moscow: Physical Culture and Sport, 2015, 175 p.

Fomin, N.A. The physiological foundations of motor activity / N.A. Fomin, M.: Physical culture and sport, 2013– 224 p.

Kholodov, J.K. Theory and methodology of physical education and sports / J.K. Kholodov, V.S. Kuznetsov: textbook. handbook for universities. – 3rd ed. – Moscow: Akademiya, 2014. – 48 p.

Shmelev, V. N. The introduction of the TRP complex into the activities of general education organizations / V. N. Shmelev: the practice of administrative work at school. - 2016. – 85 p.