АКТУАЛИЗАЦИЯ ВОЛЕВЫХ ПРОЯВЛЕНИЙ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ НА УРОКЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Зобкова Елена Валерьевна

*Кандидат педагогических наук, доцент
Владимирский филиал Российской Академии
народного хозяйства и государственной службы
при Президенте РФ
г. Владимир*

Полякова Наталья Николаевна

*старший преподаватель
Владимирский филиал Российской Академии
народного хозяйства и государственной службы
при Президенте РФ
г. Владимир*

ACTUALIZATION OF VOLITIONAL MANIFESTATIONS IN HIGH SCHOOL STUDENTS AT THE PHYSICAL CULTURE LESSON

Zobkova Elena Valeryevna

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor
Vladimir Branch of the Russian Presidential Academy of
National Economy and Public Administration
city of Vladimir*

Polyakova Natalia Nikolaevna

*Senior lecturer
Vladimir Branch of the Russian Presidential Academy of
National Economy and Public Administration
city of Vladimir*

Аннотация. В статье затрагивается вопрос о проблеме воспитания волевых качеств у юношей – старшекласников на уроках физической культуры. Показана роль учителя физической культуры в решении этого вопроса, поскольку на уроке происходит не только совершенствование мышечного и опорно-двигательного аппарата школьника, но и формирование его личности. Забота о воспитании волевых качеств у учащихся в значительной мере способствует подготовке их к трудовой деятельности, к службе в армии.

Abstract. The article deals with the issue of education of strong-willed qualities in high school boys at school students in physical education classes. The role of the physical culture teacher in solving this issue is shown, since not only the improvement of the muscular and musculoskeletal system of the student takes place in the lesson, but also the formation of his personality. Taking care of the education of strong - willed qualities in students greatly contributes to their preparation for work, for service in the army.

Ключевые слова: волевая активность, учащиеся, физическая культура, индивидуальные особенности, темперамент.

Keywords: volitional activity, students, physical culture, individual characteristics, temperament.

При соответствующей организации учебно-воспитательного процесса специфика предмета «Физическая культура» позволяет эффективно формировать и совершенствовать у учащихся такие волевые качества как решительность, смелость, настойчивость и др. В то же время это порой вызывает у учителей физической культуры определенные трудности. Данный факт, на наш взгляд, объясняется недостатком методических рекомендаций по реализации в условиях урока физической культуры теоретических положений и принципов воспитания волевых качеств.

Поэтому мы делаем попытку обсудить некоторые методологические подходы, способствующие воспитанию и закреплению волевых проявлений, при овладении сложными двигательными действиями на уроках физической культуры у юношей - старшекласников.

Учащимся на уроке физкультуры постоянно приходится преодолевать те или иные объективные (специфические для данной деятельности) и субъективные трудности. При этом степень трудности физических упражнений при одних и тех же внешних условиях их выполнения воспринимается учениками совершенно по-

разному. Например, нервное напряжение, вызванное у юношей - старшеклассников необходимостью преодолеть защитную реакцию при разучивании опорного прыжка ноги врозь через «коня», может быть различным в зависимости от двигательного опыта, физической подготовленности, типологических особенностей их нервной системы. Учителю физической культуры в данном случае важно учитывать психологические закономерности, влияющие на индивидуальные особенности проявления волевых качеств у школьников.

Так, у учащихся с чертами меланхолического темперамента решительность и смелость чаще всего проявляются кратковременно и при преодолении относительно небольших затруднений. Важным условием для проявления решительности и смелости у них служит приподнятое состояние, понимание стоящей задачи и путей ее решения, осознание своей безопасности, самостимуляция и стимуляция со стороны учителя и одноклассников. У учеников с чертами холерического темперамента может проявляться неустойчивость эмоционального тонуса, повышенная нервозность перед выполнением сложного упражнения, поспешность в принятии решения. Учащимся с чертами флегматического темперамента для проявления осознанной решительности и смелости обычно требуется тщательная и заблаговременная подготовка. Для учащихся с чертами сангвинического темперамента характерно ярко выраженное проявление решительности, смелости и настойчивости. Однако бывают случаи, когда они при неудачах временно утрачивают способность проявлять эти качества [1].

Учителю физической культуры следует брать во внимание тот факт, что при форсированном подходе к освоению сложного рискованного упражнения отрицательные эмоции, возникающие у слабо подготовленных ребят (особенно при проявлении соответствующих свойств темперамента), могут рефлекторно закрепляться и приводить к возникновению психологических барьеров, преодолению которых в дальнейшем часто не помогают никакие волевые усилия.

Воспитание у учащихся уверенности в своих силах является одним из важных условий повышения их волевой активности. Здесь очень важен индивидуальный подход, особенно к школьникам с относительно слабым типом нервной системы.

Определить психологические проявления слабости нервной системы отдельных учеников можно по результатам наблюдения за ними на уроках физической культуры и на соревнованиях. О слабости нервной системы свидетельствуют следующие признаки:

1. Проявление страха и нерешительности при выполнении новых упражнений, связанных с определенным риском.
2. Неспособность длительное время работать без перерыва.
3. Медленная восстанавливаемость на уроках физической культуры, соревнованиях и после них.
4. Слабая способность произвольно контролировать внимание на предстоящей деятельности при неблагоприятных условиях (устомление, посторонние раздражители, непривычная обстановка).
5. Низкая способность владеть собой в сложных ситуациях.
6. Недостаточная устойчивость эмоционального тонуса на уроках физической культуры, соревнованиях в повседневной жизни.

Соответственно противоположные проявления данных признаков свидетельствует об относительно сильной нервной системе [2,3].

Учитывая, сложное, с точки зрения двигательных действий, упражнение для юношей – старшеклассников учителю физической культуры при выборе методических приемов, которые бы обуславливали более быстрое освоение учениками данного упражнения, необходимо ориентироваться, особенно на начальном этапе обучения, прежде всего на наиболее слабых учеников.

Кроме постепенного повышения трудности двигательного действия учителю следует использовать методические приемы и средства, которые бы активизировали сознание и стимулировали бы волевые проявления учащихся: анализ техники выполняемых упражнений; создание правильных представлений о движении; уточнение мышечно-двигательных ощущений (объяснение, показ, применение наглядных пособий и др.) и др. Стимулирование волевых проявлений обеспечивается за счет требовательности к точности и качеству выполнения заданий, категоричности установки на преодоление трудностей, организации взаимопомощи, применении игрового и соревновательного методов проведения занятий на стадии совершенствования двигательного навыка.

Учитывая психологические особенности старшеклассников, при оценке техники и качества выполнения упражнения важно отметить, какие волевые качества учащийся проявил. Стимулируя волевую активность старшеклассников, учитель должен вооружить их приемами самовоспитания. К последним в данном случае могут быть отнесены следующие: иметь четкое представление об элементе, связанном с риском, спокойно продумать его в ощущениях; давать себе категорическую установку на выполнение трудного упражнения; концентрировать внимание на деталях техники в их последовательности, выделяя главные моменты; критически оценивать свои успехи и неудачи на уроках физической культуры и на соревнованиях.

В то же время следует учитывать, что сама психологическая установка на самовоспитание без активной воспитательной работы учителя малоэффективна. Личностная активность ученика предполагает, прежде всего, должную активность педагога.

В заключение отметим, что воспитательный потенциал учебной программы по физической культуре не ограничивается отдельными относительно сложными гимнастическими упражнениями. Каждый ее раздел требует от учащихся преодоления определенных трудностей и проявления соответствующих волевых усилий на протяжении всего периода обучения. А для того, чтобы процесс воспитания волевых качеств проходил не стихийно, а организованно, был в своей основе управляемым, поддающимся определенному контролю, учителю физической культуры необходимо учитывать индивидуальные особенности занимающихся и сравнения зоны их потенциального и ближайшего развития.

Список литературы

1. Вяткин, Б.А. Роль темперамента в спортивной деятельности. – М.: ФиС, 2012. – 320 с.
2. Петровский, А.В. Общая психология. Изд-во: Просвещение. Общая психология: Учеб. пособ. для студ. пед. ин-ов / Под ред. А.В. Петровского. 2-е изд., доп. и перераб. М., 1976.
3. Теплов, Б.М. Современное состояние вопроса о типах высшей нервной деятельности и их определение // Психология индивидуальных различий. – М., 1982.

References

1. Vyatkin, B.A. The role of temperament in sports activity. - M.: FiS, 2012. - 320 p.
2. Petrovsky, A.V. General psychology. Publishing house: Enlightenment. General Psychology: Textbook. for students. ped. in-s / Edited by A.V. Petrovsky. 2nd ed., supplement and revision M., 1976.
3. Teplov, B.M. The current state of the question of the types of higher nervous activity and their definition // Psychology of individual differences. - M., 1982.