**Воспитание познавательной активности на уроках физической культуры**

Практика показывает, что учение как процесс освоения знаний, навыков и умений протекает успешно лишь при достаточно высокой познавательной активности детей – стремлении к познанию, к овладению более полными и глубокими знаниями.

При обучении школьников на уроках физической культуры воспитание познавательной активности имеет важное значение. Психологи утверждают, что, даже когда человека учат выполнять физические действия, решающее звено – психологическое. Во все практические действия обязательно входят элементы действий психических, и без них нельзя научиться внешним, практическим действиям.

Активизировать познавательную деятельность учащихся на уроках физической культуры важно ещё и вот почему. Ни один учитель познакомился на практике с пассивностью учеников в учебной деятельности, с падением у них интереса к занятиям физическими упражнениями. Причины? Одна из них о том, что, согласно программе, обучение одним и тем же двигательным действиям. Бегу, например, прыжкам, метаниям, осуществляется в течении многих лет, и учитель часто не разнообразит этот процесс. Другая причина – нередко учителя в своей практической работе ограничиваются обучением репродуктивным, т.е. требуют выполнения заданий по образцу. В лучшем случае даётся схема действия без опознавания целесообразности рекомендуемых способов выполнения упражнений. Такое обучение лишает детей проявления творческого начала в действиях, что и приводит к пассивности.

Многие учителя стимулируют деятельность школьников, варьируя способы выполнения знакомых упражнений, способы организации учебной деятельности учеников и т.д. Подобное разнообразие создаёт определённый эмоциональный фон, вызывает интерес к физическим упражнениям. Однако более широкие возможности для повышения у детей интереса к занятиям заключены, на наш взгляд, в организации познавательной деятельности учащихся путём предоставления им большей самостоятельности, творческой инициативы, путём усложнения (в пределах доступного) познавательных задач, требующих применения приобретённых знаний и навыков в различных, изменяющихся условиях учебной деятельности.

Каковы же реальные возможности воспитание познавательной активности на уроках физической культуры? Раскроем это на примере своего опыта.

Чтобы активизировать познавательную деятельность учеников, было намечено: повысить уровень знаний по физической культуре у школьников, выработать у них сознательное отношение к освоению двигательных действий.

Прежде всего важно было определить, какие знания по технике изучаемых двигательных действий надо дать ученикам. Учитывалось , что по нашему предмету нет учебника. Поэтому, чтобы компенсировать этот недостаток, обратились к межпредметным связям. При сообщении теоретических сведений по физической культуре используются знания, которые получают школьники на уроках по другим учебным предметам. Но опираться только на имеющиеся знания (когда пройдены соответствующие темы) оказалось недостаточным. Важно ещё и разъяснять незнакомые понятия, входящие в содержание других дисциплин общешкольного курса, необходимые для усвоения, углубления знаний по физической культуре (если предмет или тема ещё не изучались, но их изучение предполагается в других четвертях учебного года или в последующих классах). При этом устанавливается контакт с другими преподавателями учебных дисциплин, а непосредственному сообщению теоретических сведений предшествует подготовительная работа:

намеченное к обучению двигательное действие анализируется – определяется его биодинамическая двигательная структура, выясняются гигиенические требования к его выполнению и влияние на развитие двигательных качеств;

определяется примерный объём и содержание теоретических сведений, знание которых поможет учащимся понять закономерности выполнения изучаемых упражнений и успешно освоить их;

устанавливается какие предметы школьного курса и какие именно темы использовать при сообщении конкретных сведений по физической культуре;

уточнятся, какие из намеченных тем по другим предметам изучались уже, а какие только предстоит изучать (опора на знания или разъяснение ещё не изучавшихся понятий);

определяется последовательность изложения теоретических сведений в серии уроков, намеченных на обучение конкретному двигательному действию; на каждый урок планируется определённый объём информации, органично (без ущерба для двигательной деятельности) входящий в структуру и содержание урока;

рекомендуется учащимся повторить соответствующие темы по другим предметам; поскольку работаем в контакте с учителями других предметов, они на своих уроках проверяют выполнения этого задания.

Разумеется, межпредметные связи не самоцель. Они используются при обучении двигательным действиям, освоении которых в значительной степени зависит от понимания учащимися биомеханических закономерностей и структуры движения, при выполнении упражнений, вызывающих значительные функциональные сдвиги в организме занимающихся, требующих обеспечения определённых гигиенических условий, а также упражнений, неоднозначно воздействующих на развитие физических качеств.

Упражнения, простые по координации (маховые движения руками в различных направлениях, пружинящие наклоны, подскоки, переход из упора присев в упор лёжа и т.д.), не требуют специального разучивания с привлечением знаний по другим школьным предметам. Вряд ли целесообразно раскрывать структуру, например, обычных приседаний, но важно объяснить назначение вариантов этого упражнения, отличающихся по способу выполнения и режиму работы мышц. Если приседания выполняются на носках или с подниманием на носки в конце выполнения, они оказывают большое воздействие на мышцы задней поверхности голени, чем приседание на всей ступне. Приседание в умеренном темпе, повторяющиеся много раз подряд, способствуют развитию преимущественно силовой выносливости; выполняемые же в предельно быстром темпе, сериями с небольшим числом повторений в каждой, развивают в большей мере свойство мышц (ног) к быстрым сокращениям («быструю силу»). Для успешного овладения, например, опорным прыжком или метанием малого мяча на дальность способом №из-за спины через плечо» ученикам полезно знать, что результат (качественный и количественный) выполнения этих упражнений зависит от степени развития (и проявления) специальных физических качеств.

Другое действие средство воспитания познавательной активности – задания по взаимоанализу действий учащихся. Наиболее рациональный способ организации учебной деятельности учеников в данном случае – сменный: одна смена выполняет задание, другая не пассивно ожидает очереди, а наблюдает, ученики, вспоминая сведения о биодинамической структуре изучаемых упражнений, подмечают ошибки, помогают устранять их.

Ещё большие познавательные возможности заключает в себя другой вид заданий – контроль за действиями товарища (партнёра) с оценкой (в баллах) за выполнения разучиваемого упражнения. Работа организуется так, что исключается взаимооценка, а это обеспечивает большую объективность оценки. Так, при освоении кувырка вперёд класс выстраивается в колонну по четыре – шесть. Стоящие в шеренге с права по одному поочерёдно делают кувырок, а каждый стоящий во второй шеренге оценивает выполнение его находящимся впереди и т.д. Естественно, каждая оценка, выставляемая учениками, контролируется и сравнивается с собственной. При расхождении оценок ученику предоставляется обосновать своё мнение.

При выполнении задания по самоанализу и контролю школьники овладевают навыками биомеханического анализа, учатся применять знания на практике. Подобные задания способствуют проявлению самостоятельности учащихся, побуждают их к расширению и углублению знаний.

Не менее действенное средство воспитания познавательной активности – задания для самостоятельной работы. Чаще всего – проведение самостоятельной разминки.

Для этого вначале сообщаются соответствующие теоретические сведения и даются более простые задания: подобрать и провести несколько упражнений, воздействующие на определённые группы мышц; составить комплекс упражнений, пригодных для общей части разминки; составить и провести специальную часть разминки к соревнованию или занятию определённым видом упражнений. На первых порах задания выполняются как индивидуальная разминка, а с приобретением необходимых знаний – и как разминка с группой товарищей.

Практикуются и задания по самостоятельному выполнению дополнительных упражнений (главным образом на развитие физических качеств) между подходами к основным (в данном уроке). Например, при выполнении упражнений на перекладине или брусьях ученики между подходами к снарядам проделывают упражнения, развивающие силу ног, прыгучесть; между попытками в прыжках в высоту – упражнения, развивающие силу мышц рук, гибкость и т.д.

Содействуют воспитанию познавательной активности так называемые поисковые ситуации. Ученикам называется учебно – воспитательная задача, которую они должны решать сами, с частичной помощью учителя. Например, при обучении основам лыжных ходов предлагается выяснить, целесообразно ли при передвижении на лыжах использовать палки, эффективно ли сказывается их применение на повышении количественного результата. Чтобы помочь ученикам правильно ответить, организуется учебный эксперимент. Предлагается сравнить эффективность передвижение двух учеников (примерно одинаковой подготовленности) по глубокому снегу: один использует палки, другой нет. Такой эксперимент воочию убеждает, что палки необходимы при передвижении, так как помогают сохранять устойчивое равновесие. Затем предлагается сравнить скорость передвижения (на небольшом отрезке) одного и того же ученика с палками и без них (время фиксируется секундомером). В результате наблюдающие делают вывод: при умелом использовании палок скорость передвижения повышается. При таком обучении школьникам предоставляется возможность высказать предположения и, сопоставляя наблюдаемые явления, проверить и доказать истинность собственных суждений. Усвоение знаний, таким образом, становится результатом самостоятельных наблюдений учащихся, результатом их активной умственной деятельности.

Познавательная деятельность учеников активизируется систематически, включая и освобождённых от практических занятий. Каждому из освобождённых поручается наблюдать за выполнением упражнений конкретным учеником и фиксировать свои наблюдения (упражняющимся не сообщается, за кем ведётся наблюдение). В задание входит: записать название всех выполняемых (наблюдаемых учеником) упражнений (или изобразить их графически), указать число их повторений, отметить допущенные ошибки, выставить соответствующую оценку. Такая работа полезна не только освобождённому, но и учителю: анализ записей позволит проверить дозировку упражнений, установить типичные ошибки и т.д.

Приведённые в статье примеры показывают не малые возможности повышения эффективности обучения.