

*Зобкова Елена Валерьевна, канд. пед. наук, доцент*

*Владимирский филиал «Российской академии народного хозяйства  
и государственной службы при Президенте Российской Федерации»*

*Россия, г. Владимир*

*Полякова Наталья Николаевна, старший преподаватель*

*Владимирский филиал «Российской академии народного хозяйства  
и государственной службы при Президенте Российской Федерации»*

*Россия, г. Владимир*

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ВНИМАНИЯ НА УРОКАХ ФИЗКУЛЬТУРЫ У ШКОЛЬНИКОВ**

**Аннотация:** Обучение двигательным действиям представляет собой процесс познания системы движений, из которых состоит конкретное двигательное действие, и закономерных связей между этими системами. Вниманию здесь принадлежит особая роль, так как оно, характеризуя динамику протекания познавательных психических процессов, обеспечивает направленность психической деятельности. В этой связи изучение роли внимания в процессе обучения двигательным действиям является актуальным вопросом дидактики физического воспитания и спорта.

**Ключевые слова:** свойства внимания, двигательная деятельность, учащиеся, урок, физическая культура.

**Annotation.** Training in motor actions is a process of learning the system of movements that make up a specific motor action, and the natural connections between these systems. Attention here has a special role, since it characterizes the dynamics of the flow of cognitive mental processes, provides the direction of mental

activity. In this regard, the study of the role of attention in the process of learning motor actions is an urgent issue of didactics of physical education and sports.

**Keywords:** attention properties, motor activity, students, lesson, physical culture.

С целью изучения внимания у школьников на уроках физической культуры нами проведено экспериментальное исследование в школах г. Владимира. В исследовании приняли участие школьники 5 – 9 – х классов в количестве 100 человек. При изучении внимания мы остановили свой выбор на четырех его свойствах: сосредоточенности, устойчивости, распределении и переключении. Это обусловлено тем, что данные свойства внимания могут характеризовать внимание в целом как психическое явление; методики для изучения указанных свойств внимания просты, не требуют аппаратуры и могут легко использоваться преподавателями в учебном процессе. Для изучения сосредоточенности, устойчивости и распределения внимания применялась корректурная проба в буквенном варианте. Переключение внимание изучалось с помощью черно – красной – таблицы путем попарного счета черных и красных цифр, расположенных в определенной последовательности. По данному свойству внимания регистрировались два показателя: время выполнения теста, что характеризует скорость, и число ошибок, что характеризует точность выполнения деятельности.

В результате исследования выявлено, что на уроках физкультуры отмечается произвольное и непроизвольное внимание, устойчивое и динамическое.

На уроках физкультуры на школьников действуют различные раздражители из внешней среды, при этом школьники не готовятся к восприятию этих раздражителей. В основе такой перцептивной деятельности лежит ориентировочный безусловный рефлекс. Подобная направленность сознания характеризует непроизвольное внимание [1]. На уроках физической культуры необходимо учитывать как положительные, так и отрицательные

стороны произвольного внимания. Сильное воздействие внезапных раздражителей может вызвать у учащихся охранительное торможение. Учителя физкультуры должны учитывать эту особенность произвольного внимания и снижать воздействие этих раздражителей. Прежде всего – это правильное расположение занимающихся в зале, по отделениям, правильная постановка задач урока.

Произвольное внимание играет положительную роль в ознакомлении с окружающей обстановкой, в лучшем приспособлении к новым условиям.

Сознательная направленность школьника на выполняемую двигательную деятельность характеризует произвольное внимание. Для организации произвольного внимания необходима четкая постановка задач урока, контроль учителя за выполнением поставленных задач [2], использование учителем различных приемов, например, акцентирование голосом и другими звуковыми сигналами выполнение отдельных технически сложных элементов двигательного действия. Это слуховые ориентиры («хоп»), музыкальное сопровождение, которое, к сожалению, не во всех школах находит применение, применение отметок – ориентиров: отметки разбега при прыжках в длину и в высоту, при опорном прыжке – отметка постановки рук на коня и т. д.

Для формирования устойчивого внимания необходимо давать короткие задания, которые бы осуществляли направленность сознания на восприятие пространственных параметров движения, таких как величина бегового шага, размах в движении руками, выполнение движения с различным направлением (бег по прямой, по виражу, противходом, змейкой), работа над точностью упражнения.

Уровень затрат нервной энергии характеризует интенсивность внимания. Снижение интенсивности внимания сопровождается ухудшением качества работы. Высокая интенсивность внимания достигается соблюдением оптимального объема нагрузки – недопустимо на уроке решение двух обучающих задач; выработкой динамических стереотипов двигательной деятельности.

Постулирование положения о позитивном влиянии внимания как психологического феномена на успешность обучения двигательным действиям еще далеко недостаточно для управления данным процессом. Для осуществления последнего необходимо, по крайней мере, знание, как представлено то или иное свойство внимания в рассматриваемом процессе. В этой связи представляет интерес изучение связи свойств внимания с успешностью обучения двигательным действиям, что и явилось предметом нашего дальнейшего исследования.

Успешность овладения двигательными действиями определялась при изучении учащимися упражнений программного материала по гимнастике. В процессе формирования двигательных навыков приняли участие юноши, имеющие примерно одинаковый уровень двигательной подготовленности и не знакомые ранее с изучаемыми гимнастическими упражнениями. Оценка за выполнение двигательного действия производилась по общепринятой пятибалльной шкале.

С целью установления связи между успешностью овладения занимающимися разучиваемыми двигательными действиями и свойствами внимания нами применялась ранговая корреляция по Спирмену.

В результате корреляционного анализа вышло выявлено, что наблюдаемые зависимости между успешностью обучения двигательным действиям и свойствами внимания следует рассматривать как тенденцию к положительному влиянию внимания на эффективность обучения гимнастическим упражнениям. Причем это в большей мере зависит от уровня развития переключения внимания с установкой на точность работы. В этой связи при обучении двигательному действию следует делать акцент на точность восприятия опорных признаков разучиваемого физического упражнения. Так как установка на скорость может способствовать созданию неадекватного образа последнего и, как следствие, процесс обучения будет идти методом проб и ошибок, что сделает его менее эффективным и более длительным. Кроме того, нами установлено, что успешность обучения двигательным действиям обусловлена

характером взаимосвязей между отдельными свойствами внимания и от ведущего положения того или иного свойства в корреляционной структуре свойств внимания. На основании результатов нашего исследования можно заключить, что при обучении двигательным действиям следует дифференцированно подходить к учащимся, различающимся не только по уровню развития свойств внимания, но и по установке на выполняемую деятельность – на скорость или на точность.

При анализе индивидуальных данных выявлено, что имеются случаи, когда при высоком развитии свойств внимания занимающихся они медленно и некачественно овладевают двигательными действиями и, наоборот, имея низкие показатели свойств внимания, учащиеся быстро овладевали гимнастическими упражнениями. Поэтому для управления процессом развития двигательных умений и навыков необходимо дальнейшее изучение факторов, обуславливающих успешность освоения двигательных действий, а также выявление и учет индивидуальных качеств, которые проявляясь в индивидуальной динамике формирования двигательных умений и навыков, существенно влияют на учебную деятельность.

Таким образом, можно сделать вывод, что внимание оказывается одним из важнейших показателей успешности обучения двигательным действиям. Учащиеся с высоким уровнем внимания в большинстве своем лучше усваивают новые движения и проявляют больший интерес к учебной деятельности. Они более активны.

Организация внимания на уроке физкультуры должна занимать ведущее место, т.к. от внимания зависит развитие способности школьника произвольно управлять своими действиями.

#### **Библиографический список:**

1. Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В. Петровского. – М., 1981.
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. – М., 1987.