Министерство образования и науки Российской Федерации

Департамент образования Вологодской области

Государственное образовательное учреждение

среднего профессионального образования

"Тотемский педагогический колледж"

Курсовая работа

по спортивным и подвижным играм и методике преподавания

Влияние использования нестандартного оборудования на формирование интереса младшего школьного возраста на уроках физической культуры

специальность 050720 Физическая культура

Тотьма 2008

Оглавление

[Введение](#_Toc276080752)

[Раздел 1. Особенности младшего школьного возраста](#_Toc276080753)

[Раздел 2. Использование нестандартного оборудования на уроках физической культуры](#_Toc276080754)

[2.1 Применение нестандартного оборудования на уроках физической культуры](#_Toc276080755)

[2.2 Установка оборудования](#_Toc276080756)

[2.3 Изготовление нестандартного оборудования](#_Toc276080757)

[2.4 Методика организации детей на занятии с нестандартным оборудованием](#_Toc276080758)

[Раздел 3. Организация и результаты исследования](#_Toc276080759)

[3.1 Методы и организация исследования](#_Toc276080760)

[Заключение](#_Toc276080761)

[Список используемой литературы](#_Toc276080762)

[Приложения](#_Toc276080763)

## Введение

Во всестороннем развитии личности важное значение имеет физическое воспитание. Однако, в условиях социально-экономических реформ, проводимых в нашей стране, было ослаблено внимание к развитию физической культуры и спорта, что привело к ухудшению учебно-материальной базы, снижению уровня компетентности преподавателей и учителей физической культуры, повышению уровня заболеваемости опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, значительному возрастанию нарушений в эмоционально-волевой сфере [2, с.26-27].

Любая физическая деятельность человека в быту, в спорте требует определенного уровня развития физических или, как их еще называют, двигательных качеств. Чем он выше, тем лучше работоспособность организма и выше производительность труда при одновременно меньших затратах энергии. Основные физические качества - выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость и скоростно-силовые - определяют эффективность трудовой деятельности человека, состояние его здоровья, долголетие активной жизни, успехи в спорте.

Главная цель учащихся - разностороння физическая подготовленность, быстрое и эффективное овладении своей профессией, нужными трудовыми навыками и действиями. Чем многограннее будет физическая подготовленность школьников, чем большим числом двигательных навыков они овладеют, тем легче будет достигнута эта цель [6, с.37].

Хорошо известно, что профессиональные навыки приобретаются и совершенствуются в процессе обучения.

Физические качества развиваются естественно, по мере перехода ученика из одной возрастной категории в другую. Такое развитие называется возрастными изменениями. Происходит оно сравнительно медленно и неравномерно, иногда с задержкой, снижением и даже прекращением роста. Однако возможно целенаправленное развитие физических качеств на основе так называемых сенситивных (т.е. наиболее благоприятных) периодов развития тех или иных качеств и применения, соответствующих данному возрасту средств и методов. [5, с.36]

Учитель должен решать следующие задачи на уроках физической культуры:

Предотвращение заболеваний опорно-двигательного аппарата.

Предотвращение заболеваемости сердечно-сосудистой системы.

Укрепление здоровья школьников.

Но при этом возникает проблема. В школьных спортивных залах морально устаревшее спортивное оборудование, не позволяющее увеличить плотность урока, снять психологический барьер в обучении.

Решение этих проблем можно решить с помощью использования нестандартного спортивного оборудования в процессе физического воспитания. Но при этом необходимо учитывать, что нестандартное спортивные снаряды должны отвечать основным требованиям, предъявляемым к спортивному оборудованию, а именно:

способствовать повышению эффективности занятий;

быть доступным для лиц разной физической подготовленности;

способствовать развитию всех мышечных групп и большинства физических качеств ученика;

быть простым в изготовлении, удобным и надежным в эксплуатации, легко обслуживаться;

занимать минимальную площадь [13, с.76].

***Цель исследования:*** выявить влияние использования нестандартного оборудования на формирование интереса младшего школьного возраста на уроках физической культуры.

***Задачи:***

Проанализировать литературу по данной теме.

Раскрыть процесс влияния использования нестандартного оборудования на формирование интереса.

Дать определение оборудованию и нестандартному оборудованию.

Рассмотреть общую характеристику интереса учащихся младшего школьного возраста.

Рассмотреть особенности младшего школьного возраста.

Рассмотреть применение нестандартного оборудования на уроках физической культуры и методы организации детей на занятиях с нестандартным оборудованием.

Разработать методические рекомендации по использованию нестандартного оборудования.

***Объект исследования:*** формирование интереса у детей.

***Предмет исследования:*** формирование интереса к урокам физической культуры под влиянием использования нестандартного оборудования.

***Гипотеза:*** при использовании нестандартного оборудования формирование интереса на уроках физической культуры будет повышено.

***Методы исследования:***

анализ и обобщение литературных источников;

анкетирования;

шкалирования;

***Актуальность:*** в настоящее время в школах морально устаревшее спортивное оборудование, которое не позволяет эффективно проводить уроки физической культуры. Вследствие этого у детей падает интерес к урокам физкультуры. Чтобы повысить уровень посещаемости и интереса у детей на занятиях преподаватели физической культуры используют нестандартное оборудование.

## Раздел 1. Особенности младшего школьного возраста

Младшим школьным возрастом считается возраст детей примерно от 7 до 11 лет. Этот возраст характеризуется относительно равномерным развитием опорно-двигательного аппарата, но интенсивность роста отдельных размерных признаков его различна. Так, длина тела увеличивается в этот период в большей мере, чем его масса [23, с.168].

Суставы детей этого возраста очень подвижны, связочный аппарат эластичен, скелет содержит большое количество хрящевой ткани. Позвоночный столб сохраняет большую подвижность до 8-9 лет.

Мышцы детей младшего школьного возраста имеют тонкие волокна, содержат в своем составе лишь небольшое количество белка и жира. При этом крупные мышцы конечностей развиты больше, чем мелкие.

В этом возрасте почти полностью завершается морфологическое развитие нервной системы, заканчивается рост и структурная дифференциация нервных клеток. Однако функционирование нервной системы характеризуется преобладанием процессов возбуждения.

Для детей младшего школьного возраста естественной является потребность в высокой двигательной активности. В период учебных занятий двигательная активность школьников не только не увеличивается при переходе из класса в класс, а наоборот, все более уменьшается. Поэтому крайне важно обеспечить детям в соответствии с их возрастом и состоянием здоровья достаточный объем суточной двигательной активности.

Этот возраст является наиболее благоприятным для развития физических способностей [25, с.67].

В возрасте 7-10 лет начинают формироваться интересы и склонности к определенным видам физической активности, выявляется специфика индивидуальных моторных проявлений, предрасположенность к тем или иным видам спорта. А это создает условия, способствующие успешной физкультурно-спортивной ориентации детей школьного возраста, определению для каждого из них оптимального пути физического совершенствования [11, c.165].

Таким образом, уровень физического развития младшего школьника вполне допускает ежедневные систематические занятия и не вызывает переутомления, перенапряжения.

Интерес - это форма проявления познавательной потребности. Интерес выражает отношения личности к предмету как к чему-то для неё ценному и привлекательному. Сначала у школьника формируется интерес к самой учебной деятельности, без осознания её значения. Только после возникновения интереса к результатам своего учебного труда формируется у него интерес к содержанию учебной деятельности, к приобретению знаний [12, с.132].

Развитие интересов идёт от интересов к отдельным фактам. Задача учителей, во-первых, всемирно развивать проявившиеся способности, во-вторых, создавать условия для активного формирования интересов. У детей занимающихся физической культурой формировать интерес можно через нестандартные оборудования. Данное нестандартное оборудование вызывает интерес тем, что его формы могут быть необычны, яркой окраски. Дети с лёгкостью могут работать с ними. Для младшего школьного возраста характерно любопытство "Что, где, лежит?", "Из чего это сделано?" [9 с.277, 292]. Заставить заинтересовать трудно, неприятно обеим сторонам, но в принципе возможно. Этот путь интереснее и приятнее, он предполагает опору на внутренний стимул к учёбе и эти стимулы можно поддерживать через нестандартные оборудования. Нужно искать те педагогические средства, с помощью которых можно создать внутреннею мотивацию. Осознанная мотивация - это замечательно, но не на всех этапах обучения возможна. Для многих детей характерна не осознанная учебная мотивация, а интерес к процессу занятия. Так ниже представлен перечень таких источников, не претендующих на безусловную полноту, но, тем не менее, весьма объёмный и необходимый.

***Интерес к информации.***

***"***Ужасно интересно всё то, что неизвестно" - такова психологическая природа этого источника мотивации. Большинство детей приходят в школу "почемучками", с огромным желанием узнать, понять, заглянуть туда, куда нет пути прямому человеческому взгляду. Младших школьников волнует вопрос как всё устроено. И подкрепить интерес к занятиям физической культуре можно с помощью нестандартного оборудования [10, с.78].

***Интерес к учителю.***

Для младшего школьника очень важно общение с учителем. Возможность общаться в ходе учебного процесса для многих школьников - огромный стимул. Когда младший школьник общается с учителем, учитель прежде заинтересовывает его к учебной деятельности.

***Интерес в самопознании.***

Дети сами познают, как устроено то или иное нестандартное оборудование. Прежде всего, через познание вырабатывается стимул и учение.

***Интерес к способу действия.***

Учитель, прежде всего не должен "натаскивать" и объяснять, как устроено нестандартное оборудование. Дети должны сами понять, как что делать. В этом и заключается интерес к определённому действию [10, с.80].

***Интерес к творчеству.***

Через упражнения с нестандартным оборудованием у развивается творчество. Дети сами могут придумывать интересные упражнения с данным инвентарём. Они повышают свою творческую деятельность, и всё больше заинтересовываются в занятиях физической культурой.

Таким образом, если грамотно использовать нестандартное оборудование на уроках физической культуры, то проблем обучению станет намного меньше, и детям будет более интересно заниматься на них.

## Раздел 2. Использование нестандартного оборудования на уроках физической культуры

## 2.1 Применение нестандартного оборудования на уроках физической культуры

Нестандартное оборудование - это оборудование, сделанное собственными руками из списанного инвентаря и подручных средств.

***Волейбол***

При дефиците материального обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием большое значение приобретают умения и навыки учителя физической культуры модернизировать старый инвентарь и приспосабливать его к использованию в новом качестве. Известная поговорка гласит: "Все новое - это хорошо забытое старое". Сейчас, конечно, запросы и требования к качеству инвентаря выше. Тем не менее, существуют варианты продления жизни волейбольных мячей и изготовления самодельных механических приспособлений, способных успешно заменить дорогостоящее стандартное оборудование [6, с.23].

Ахиллесова пята современных мячей - некачественный клапан. Порой из приобретенного в магазине такого товара через месяц-другой добрая половина мячей выходит из строя. При их ремонте основная трудность состоит в том, как восстановить фабричный шов на покрышке, чтобы мяч не терял своей первоначальной формы.

Ситуация еще сложнее, если надо восстанавливать пришедший в негодность мяч с вулканизированной резиной типа "Gala". Но в любом случае есть приемлемый вариант восстановления рабочей формы мяча. Острым ножом или лезвием безопасной бритвы нужно вырезать клапан, вынуть камеру и на ее место вставить новую либо неповрежденную старую из мяча с изношенной покрышкой. Диаметр отверстия при этом не должен превышать 25-28 мм, чтобы на мяче не образовалась "грыжа". Кроме того, на клапан новой камеры нужно наклеить кусок старой покрышки с площадью поверхности в 2-3 раза больше, чем отверстие. Для эстетичности можно вырезанный в начале кружок вернуть на прежнее место реставрируемого мяча [6, с.24].

Шитый мяч можно починить без изменения его первоначальной формы, если восстановить фабричный шов, который разошелся оттого, что порвалась нитка. Делается это с помощью двух хирургических игл.

Чтобы ускорить процесс усвоения навыков игры и совершенствовать навыки и повышать техническое мастерство у учащихся, обычно применяют типовые стандартные тренажеры типа "Замковые держатели мяча" и "Пружинные держатели мяча". Можно приспособить планку для прыжков в высоту и гимнастический обруч для изготовления приспособления, выполняющего функции пружинного держателя мяча. Для этого обруч разрезают в одном месте. Края разреза отгибают мягкой резиной. Отогнутые края разреза стягивают с помощью куска резинового жгута (эспандера); они удерживают мяч, размещенный между ними. Резиновый жгут прикреплен к обручу горизонтально, строго по его диаметру надрезом, чтобы не препятствовать удару по мячу рукой. Обруч, в свою очередь, закреплен вертикально в подвижном хомутике с фиксирующим винтом, который используют в оборудовании стоек, применяемых для прыжков в высоту. Хомутик с обручем надевается на планку для прыжков в высоту, расположенную вертикально. Он может перемещаться вверх и вниз, позволяя регулировать высоту фиксации мяча [6, с.24].

Для изготовления приспособления типа замкового держателя мяча понадобится планка для прыжков в высоту, гимнастический обруч, разрезанный и не полностью выпрямленный; кусок мягкого троса 4,5-5 м, старый набивной мяч массой 1 кг, кусок прочного шнура длиной 0,5-1,5 м и обычная бельевая прищепка. Чтобы удержать мяч с помощью бельевой прищепки, к мячу нужно пришить "язычок" из куска старой покрышки размером 3х4 см.

При работе с этими тренажерами можно использовать гимнастический подкидной мостик, для получения эффекта зависания при прыжке. Это поможет ускорить освоение техники нападающего удара в без опорном положении [6, с.25].

Таким образом, при использовании нестандартного оборудования типа "Замковые держатели мяча" идет формирование интереса у детей с их использованием. Это, прежде всего, проявляется в установке такого оборудования. Учащиеся с азартом устанавливают и познают данное оборудование. В этом случае у детей идет формирование познавательного интереса. Так же происходит формирование интереса к самому учебному процессу или заданию, выполняемому на уроке.

Как известно, в волейболе большое значение имеет не только точность удара по мячу, но и точность попадания мяча в цель. Если для отработки первого технического приема служат держатели мяча, то для совершенствования второго приема применяют всевозможные мишени, которые располагают на стене или на полу. Можно использовать два вида переносных мишеней: в форме кольца и объемную мишень [6, с.26].

Мишень в форме кольца представляет собой гимнастический обруч, который может перемещаться по вертикальному штативу вверх и вниз и переставляться в любую точку спортивной площадки. В качестве штатива используют стойку для прыжков в высоту. К этой стойке через хомутик с винтом-фиксатором прикреплен обруч в горизонтальной плоскости. Особенно эффективно это приспособление работает при совершенствовании приема мяча с подачи.

Второй вид мишени применяем для повышения точности подачи и нападающего удара. Это "мишень-карман" или "мишень-ловушка". Она проста в изготовлении. Для этого надо взять три гимнастических обруча и связать между собой. Плоскость одного обруча и боковые криволинейные поверхности между обручами затягивают плотной матерчатой тканью. Нижний обруч лежит на полу. Плоскость третьего обруча собственно и служит мишенью, и расположена она приблизительно перпендикулярно возможному направлению полета мяча при нападающем ударе. При этом частота попадания в такую мишень примерно в два-три раза выше, чем, если бы она представляла собой обруч, лежащий на полу. [7, с.30-31]

При использовании данного оборудования у детей так же идет развитие познавательного интереса. Дети легко и просто могут справляться с различными заданиями, даваемыми учителем. Так же они могут сами придумывать задания с данным оборудованием, что вызывает у детей более выраженный интерес к данному оборудованию и заданию.

*Баскетбол*

При прохождении раздела "Баскетбол" при разучивании техники ведения мяча можно применить простое приспособление - мяч на пружине, которое легко можно сделать своими силами [13, c.60].

Приспособление состоит из пружины, в которую вставлена трубка длиной 170-220 мм с кольцом. Диаметр кольца 200-200 мм. Трубка крепится к пружине болтом.

Все приспособление крепится к вертикальной стойке гимнастической стенки. В нерабочем положении металлическое кольцо прижато к стенке. Чтобы выполнить упражнения, надо отвести кольцо от стены до горизонтального положения и вложить в него большой мяч.

Это исходное положение для разучивания отдельных элементов - правильно положения руки на мяче, движения руки при ведении мяча. При неправильном выполнении техники ведения мяча мяч в кольце будет "убегать" от ученика, а кольцо прижимается к гимнастической стенке.

При выполнении упражнений надо стоять сбоку от снаряда, соблюдая правильную стойку баскетболиста, сочетая движение рукой с пружинящей работой ног. Не рекомендуется смотреть на мяч. В зале можно укрепить несколько подобных приспособлений. Это повысит плотность урока. [13, с.61]

Т.о. при использовании этого оборудования у детей закладывается правильность выполнения техники ведения мяча на начальном этапе разучивания. Так же можно применить и игровые комплексы для более интересного прохождения учебного материала на данном уроке. Например: "Брось - поймай". Перед каждой колонной на расстоянии 2 м от стены кладут гимнастический мат. По сигналу первый игрок с ведением мяча бежит к мату, ложится и выполняет передачу в стену, ловит мяч после отскока, ведя мяч, возвращается назад и передает его в руки второго игрока.

"Неудобный бросок". Команды стоят в колоннах по одному. По сигналу выполняется ведение, игрок обводит стойки, потом, добежав до центральной линии, выполняет бросок сзади между ног впереди стоящему игроку своей команды и встает в конец колонны.

*Легкая атлетика*

В процессе обучения школьников бегу с преодолением препятствий перед учителем зачастую встает проблема спортивного инвентаря.

Гимнастические скамейки, козел и другие удобно применять в зале, а стандартные легкоатлетические барьеры можно использовать лишь при обучении технике без опорных способов преодоления препятствий.

В работе можно применять разборные препятствия, изготовление которых в школьной мастерской не вызовет трудностей [22, c. 19].

Препятствие состоит из перекладины (деревянный брус - 1400х120), двух несущих и двух выдвижных (стальная труба прямоугольного сечения (560х30х60)) стоек и двух подножек (дюралюминиевый швеллер - 1400х140х70) [22, c. 20].

Несущая стойка фиксируется на подножке при помощи подпятника, выполненного из стального уголка и закрепленного сварным швом у основания стойки, а также растяжек, которые имеются в любой школе. Выдвижная стойка вверху заканчивается крепежной лапкой (стальная пластина - 150х60х8), имеющей паз (90х114). Крепление лапки осуществляется также при помощи сварного шва по периметру. Несущие выдвижные стойки соединяются направляющими болтами М12х60, которые вставляются в сквозное отверстие каждой стойки и соответствующие пазы другой стойки. Поднятая на нужную высоту выдвижная стойка затягивается гайками.

Металлические шайбы с прокладками, выполненные из твердой резины, предохраняют стойки от царапин и хорошо их фиксируют.

Перекладина препятствия устанавливается при помощи четырех болтов М14х140, по два с каждой стороны, вставляемых в пазы крепежных лапок выдвижных стоек и снизу затягиваемых гайками.

Процесс разборки или сборки препятствия одним человеком при определенном навыке занимает не более 6-7 мин. В разобранном виде препятствие не занимает много места и удобно для хранения, а сравнительно небольшой вес позволяет без особого труда доставлять это приспособление к предполагаемому месту занятий. Таким образом, разобранное препятствие может с одинаковым успехом использоваться как в условиях спортивного зала, так и в тренировочных занятиях на местности [22, c.21].

Необходимую устойчивость препятствию обеспечивают длинные подножки. Для большей безопасности проведения занятий предусмотрена возможность дополнительного крепления всего препятствия. Для этого на обоих концах подножек просверлены отверстия, в которые вбиваются металлические колышки в случае проведения занятий на местности. Используются и болты в комплекте с заранее забетонированными в местах крепления на грунте металлическими пластинами, имеющими резьбовые отверстия [22, c.23].

Благодаря возможности изменять высоту с 62 до 92 см в зависимости от возраста и подготовленности, учащихся препятствие может применяться как в младших классах, так и в старших.

Учебно-тренировочное разборное препятствие можно применять круглогодично, что позволяет значительно разнообразить уроки физической культуры и лучше подготовить старшеклассников на полосе препятствий.

При использовании этого оборудования у детей формируется интерес к двигательным действиям. С данным оборудованием учащиеся придумывают различные задания, так идет формирование интереса к творчеству, например: "Укрощение змей". Выполняется в парах. Один игрок держит в руках длинную веревку, которую он вращает, создавая волны. Другой стоит за барьерной стойкой и прыжками пытается наступить на веревку. Если удается, то меняются местами [8, c.31].

"Ногами в цель". На полу рисуют мишень, за попадание в каждый ее круг дают определенные очки. Игроки садятся за барьерную стойку, которую ставят за большой круг. Затем по очереди кидают ногами в мишень самодельные мешочки с песком. После всех бросков подсчитывают очки.

Снаряд для метания легко изготовить силами учеников в каждой школе из отслуживших свой срок волейбольных мячей. Чтобы сделать его, нужна покрышка от волейбольного мяча, бельевая веревка, капроновые нитки, большая игла и материал набивки [22, c.24].

Взяв веревку, сплетаем ее (вшестеро) и на одном конце завязываем узел, оставляя свободный конец веревки длинной 15-20 см. Затем, разрезав волейбольный мяч по шву, отпариваем и извлекаем отслужившую камеру, набиваем покрышку тряпками и вставляем в прорезь покрышки узел веревки. После этого шов зашиваем. Место выхода веревки прошиваем вокруг, пропуская нить через узел. Хорошо закрепляя сплетенные веревки капроновой нитью, мы продлеваем срок службы снаряда.

Предлагаемые мячи с веревкой можно метать в любое время года, летом и зимой, на улице и в зале. Неплотно набитая покрышка смягчает удар о стену и предохраняет ее от разрушения.

За 5 минут каждый ученик может выполнить 20-30 бросков. Применяя этот снаряд, ученики старших классов улучшат свои показатели в метании. [22, с.45-46]

Таким образом, при использовании нестандартного оборудования на уроках физической культуры, увеличивается плотность урока, повышается качество обучения, эмоциональный настрой учащихся.

## 2.2 Установка оборудования

Обучение учащихся практическим навыкам установки многокомплектного оборудования начинается с четкого распределения между ними обязанностей по выполнению определенных функций. Одни из ребят развертывает секции оборудования в рабочее положение: отодвигали их от стены к центру зала и фиксировали стопорными болтами к полу, а также размещали гимнастические маты и скамейки. Остальные учащиеся устанавливают снаряды оборудования после его развертывания (из расчета по два человека на каждый снаряд) [7, c.43].

Методика установки таких снарядов, как перекладина и брусья (они составляют основу многокомплектного спортивного оборудования), примерно одинакова. Поэтому достаточно подробно рассмотреть методику установки одного снаряда - перекладины.

В исходном положении гриф перекладины в секции оборудования расположен вертикально: верхний его конец укреплен шарнирно в подвижном хомуте, а нижний упирается в "пятачок" [7, c.44].

Один из двух учащихся, распределенных на установку снарядов, приподнимает гриф перекладины немного вверх и вынимает его из упорного пятачка, расположенного в нижней части секции. Затем он отодвигает нижний конец грифа в сторону и передает его товарищу, а сам опускает верхний его конец вместе с подвижным хомутом до необходимого уровня высоты установки перекладины, фиксирует этот хомут через отверстие болтом.

Второй учащийся в это же время на необходимой высоте фиксирует подвижный хомут рядом стоящей секции стопорным болтом через отверстие в трубе секции. Затем он укрепляет свободный конец грифа в скобе хомута также стопорным болтом.

Аналогично устанавливают жерди брусьев. После укладки гимнастических матов начинается опробование снарядов. На этом установка перекладин и брусьев в рабочее положение заканчивается.

Свертывание оборудования осуществляется в обратном порядке: убираются гимнастические маты и скамейки, устанавливаются в исходное положение грифы перекладин и жерди брусьев (вертикально), освобождаются фиксаторы каждой секции, сдвигаются к стене перекладины и брусья [7, c.45].

Имеет смысл подробнее рассказать и о методике установки гимнастических канатов в рабочее положение. В исходном положении они слегка закручены вокруг одной из вертикальных труб секции. Для их установки вначале необходимо выдвинуть секции оборудования к центру зала и зафиксировать их. Канаты раскручивают, затем, держась за нижний конец, резким движением в сторону сдвигают верхний конец каната, закрепленный на кольце (которое имеет возможность свободно, перемещаться по горизонтальной трубе, связывающей шарнирно все секции), к середине промежутка между секциями.

Установка гимнастических канатов в исходное положение осуществляется в обратном порядке. Ну, если возникла необходимость установить гимнастические канаты не только из исходного положения всего оборудования, но и после окончания упражнений на перекладинах и брусьях, т.е. когда оборудование уже развернуто и снаряды установлены? Для этого нужно только убрать грифы перекладин и жерди брусьев (в обратном порядке) в исходное положение в каждой секции и установить описанным выше методом гимнастические канаты в рабочее положение [14, c.45].

Для профессионально-прикладной физической подготовки и других видов деятельности, учащихся в многокомплектном спортивном оборудовании предусмотрены также гимнастические лестницы, которые могут располагаться горизонтально, образуя своеобразный рукоход.

В исходном положении гимнастические лестницы расположены вертикально и соединены шарнирно с горизонтальной верхней трубой секции. Опытным путем можно выявить рациональную методику перевода лестниц в горизонтальное (рабочее) положение.

Так же, как и при установке перекладин, брусьев и канатов, несколько учащихся отодвигают секции оборудования к центру спортзала и фиксируют их. Остальные учащиеся распределяются по два на каждую гимнастическую лестницу [14, c.46].

Устанавливают лестницы в горизонтальном положении последовательно, начиная с любого конца оборудования. Один из освободившихся учащихся взбирается на верхнюю горизонтальную трубу первой секции и принимает из рук в руки конец лестницы, который подают ему два товарища, стоящие внизу, и стопорит ее болтом в скобах, приваренных к трубе. Затем передвигается по укрепленной уже лестнице и стопорит остальные. Освободившиеся учащиеся укладывают маты и расставляют скамейки. Установка лестниц в исходное положение происходит в обратном порядке. При достаточном уровне подготовленности и организации, учащихся время, затрачиваемое на установку снарядов на уроке, составляет не более 2 мин. Причем для более успешной подготовительной работы по установке снарядов целесообразно периодически менять учащихся на различных операциях с целью изучения ими всех приемов и действий [14, c.47].

Подготовка к работе многокомплектного спортивного оборудования, расположенного на открытой площадке, намного проще и в основном сводится к поддержанию чистоты рабочего состояния снарядов и их отдельных узлов, скамеек и других приспособлений.

Стремясь постоянно поддерживать интерес ребят к процессу самой деятельности, будь то упражнения или установка снарядов, с первых занятий можно организовать установку и уборку снарядов многокомплектного оборудования в виде соревнования между отдельными группами учащихся.

Таким образом, установка оборудования воспитывает у детей такое качество как бережное отношение к инвентарю. Так же используется соревновательный метод для поднятия эмоционального тонуса, что прививает любовь к уроку [9, c.22].

## 2.3 Изготовление нестандартного оборудования

*Складная наклонная скамья.*

Трансформируемое изделие, для жима лежа - наклонная скамейка. Она состоит из двух плоскостных элементов, соединенных между собой рояльной петлей. Каждый из этих элементов скамьи снабжен. Ножками. Парные ножки П. - образной формы различной величины (40-50 см и 15-20 см) обеспечивают наклонное положение скамьи [1, c.32].

После тренировок такая скамейка складывается вверх (ни в коем случае не вниз), а ножки предварительно поворачиваются и устанавливаются в ее плоскости. В рабочем положении она имеет длину 180 см, ширину 45-50 см. Угол наклона скамьи к плоскости площадки 20°.

Скамейка снабжается расположенными сбоку ручками, при помощи которых ее можно легко переносить.

Конструкция скамьи состоит из двух металлических рам. Плоскость скамейки может покрываться гнуто выклейными элементами из фанеры; древесностружечными, древесноволокнистыми плитами (не более 2 см толщиной) с последующей фанеровкой или покрытием пластиком, а также и просто армированным пластиком.

Желательно, чтобы верхний элемент скамьи имел неглубокий (1-2 см) продольный желоб, расположенный посредине, для того чтобы максимально уменьшить нагрузку на позвоночник спортсменов. [1, с.12]

В сложенном виде такая скамья напоминает своеобразный плоский чемодан с размерами 90Х45 см, удобный для переноски. Вес его различен в зависимости от применяющихся материалов, но находится в пределах 10-15 кг. Это изделие настолько просто в изготовлении, что может быть сделано в течение нескольких часов [1, c.34].

Делая скамейку для тренировок, необходимо закреплять ножки так, чтобы не было перекосов. Ножки должны устанавливаться в рабочем положении под углом к плоскости площадки, чтобы обеспечить большую жесткость и предохранить от случайного складывания их в процессе тренировки. Скамья будет опираться фактически в трех местах: первая пара ножек, вторая пара ножек и торец нижней половины скамьи. Конструкция, закрепляющая ножки к скамье, должна предусматривать поворот их только в одну сторону.

Металлические П. - образные трубки для ножек могут иметь диаметр 2,5-3 см. Концы их снабжаются резиновыми или пластмассовыми башмачками. Такие насадки делаются для предотвращения скольжения скамьи по поверхности площадки [1, c.10].

Скамьи аналогичного типа давно и с успехом применяются во многих спортивных залах нашей страны, а (также в некоторых зарубежных странах; США, Австрии, Швеции, ФРГ и других) Скамьи оригинальной конструкции изготавливаются, например, американской фирмой "Йорк Барбелл компаний".

Возможно изготовление собственными силами и другого типа трансформируемой скамьи. Рабочая поверхность ее имеет длину 140-150 см, ширину 45-50 см. Скамья состоит также из двух элементов: самой плоскости скамьи и подголовника. Эти элементы при необходимости могут приподниматься с каждого края, а затем фиксироваться в таком положении на время тренировки.

Такая конструкция удобна тем, что благодаря изменениям угла наклона двух частей скамьи можно разнообразить тренировки, развивать определенные группы мышц. [1, с.13]

Каждый из этих двух элементов рабочей плоскости скамьи крепится к металлическому основанию подвижно (на рояльных петлях, шарнирах). Фиксация под углом происходит при помощи простых опорных элементов с защелками на различную высоту. Изготавливаются они из стальных полосных элементов (сечение 3-4 мм) или стальных трубок (диаметр 20-25 мм). Основание имеет металлическую раму с четырьмя ножками (диаметр трубок 25-30 мм), на которую непосредственно укладывается сама скамья. Скамья может изготавливаться из гнутовыклейных элементов фанеры; древесностружечных, древесноволокнистых плит (не более 2 см толщиной) с покрытием пластиком или фанеровкой, из столярной плиты.

Деревянные элементы этих двух типов скамей покрываются бесцветным матирующим нитролаком, который оставляет видимой для глаза текстуру древесины. Металлические элементы покрываются нитроэмалью светло-серого, серо-стального, голубого цвета, а подвижные и фиксирующие элементы маркируются желтым или белым цветом. Ножки скамьи снабжаются, как и у предыдущего типа, пластмассовыми или резиновыми башмачками. Углы и кромки рабочей плоскости скамей всех типов необходимо сделать овальными, чтобы избежать травм.

Таким образом, складная наклонная скамейка удобна в применении и развивает силовые качества у детей. Так же ее можно использовать на уроках гимнастики [1, c.23].

*Складные перекладины.*

Это решение будет особенно удачным, если сложенные перекладины располагаются не у плоскости, а в самой плоскости стен. Тогда ровная торцовая поверхность сможет использоваться и для отработки ударов мяча о стену при тренировках по теннису.

Чтобы не усложнять конструкцию перекладин и в то же время обеспечить изменение ее по высоте, можно установить несколько (2-3) перекладин различной высоты для людей различного роста, а также для детей младшего и среднего школьного возраста. С одной стороны перекладина шарнирно соединяется со стеной, а с другой стороны устанавливается на стойке с растяжками. Таким образом, сняв растяжки, перекладину можно быстро сложить.

Стойка покрывается нитроэмалью светло-серого или серо-стального цвета. Шарниры, позволяющие перекладине складываться, маркируются белым или желтым цветом. [1, с.16]

*Подъемные гимнастические кольца.*

У торцовой стенки могут также располагаться кольца. Их конструктивный принцип таков. На высоте трех метров, то есть в верхней части этой стенки закрепляется консоль. Стальная конструкция может быть изготовлена из труб или прямоугольного замкнутого профиля и должна быть снабжена роликами, по которым перемещаются тросы с прикрепленными к ним кольцами [1, c.48].

Консоль должна выступать из плоскости стены примерно на 3 м, чтобы спортсмены случайно не могли удариться о деревянную стенку. Особые требования должны быть предъявлены к ее закреплению.

Консоль следует навешивать на бетонный столб-стойку, используемую для ограждения площадки. В качестве дополнительного закрепления можно использовать щитовую конструкцию торцовой стенки. Причем вся конструкция должна быть рассчитана на динамическую нагрузку в 200 кг. Если тренировка на кольцах закончена, они поднимаются, и все пространство площадки поступает в распоряжение спортсменов другой специализации. Не следует забывать, что при тренировках на кольцах на поверхность универсальной спортивной площадки должны укладываться два, три мата.

Окрасить консоль рекомендуется в светло-серый или белый цвет. [1, с.50]

*Переносные брусья.*

Кроме описанного спортивного оборудования, могут быть использованы простейшие изделия, напоминающие равновеликие брусья. Что же они собой представляют? Назовем их условно брусьями для отжимания.

На деревянном основании размером 1х1 м устанавливаются на металлическом основании два бруса. Длина каждого составляет 80 - 90 см, причем их сечение овальное - аналогично обычным спортивным брусьям, а ширина между ними переменная, от 30 до 50 - 60 см.

Брусья устанавливаются на высоте 35-45 см от поверхности этого деревянного основания. Закрепляются они на стойках из полосного металла. Металлическая конструкция основания предусматривает изменение расстояния между брусьями, для чего нижняя часть стоек снабжена отверстиями через каждые 5 см. Такое переменное расстояние необходимо, так как на снарядах занимаются люди самой различной комплекции. Что будет узко для одного, окажется широким для другого Такие упрощенные брусья служат не только для отжимания из различных позиций, но и для тренировки брюшного пресса (прямой угол) и т.д. Эта конструкция настолько проста, что может быть выполнена даже школьниками младших классов на уроках по труду. Деревянные элементы изделия покрываются бесцветным матирующим лаком, сохраняющим натуральный цвет древесины, а металлические - нитроэмалью светло-серых или серо-стальных цветов. Нижняя часть металлических стоек, позволяющая при помощи винтов и гаек менять расстояние, маркируется белым или желтым цветом [1, c.55].

Другой тип брусьев для отжимания еще более простой. Это изогнутая металлическая трубка (сечение 2,5-3 см), образующая одновременно и брусья и опоры. Изготавливаются из одного гнутого и затем сваренного куска трубы общей длиной 4-4,5 м или двух элементов трубы (по 2-2,2 м каждый), предварительно изогнутых. Прежде чем замыкать по периметру трубу, на нее следует надеть 6-8 резиновых насадок цилиндрической формы с внутренним диаметром, равным наружному диаметру трубы. Это необходимо для того, чтобы увеличить трение между основанием брусьев и площадкой. Брусья покрываются нитроэмалью светло-серого или серо-стального цвета. Места для хвата руками маркируются белым или голубым цветом. Эти два изделия можно размещать на любой свободной части площадки и легко переносить вес каждого из них составляет 8-10кг. Хотя брусья для отжиманий ни в какой мере не могут заменить настоящие гимнастические брусья в спортивном зале, но, тем не менее, с их помощью школьники да и люди среднего возраста смогут освоить некоторые гимнастические навыки, укрепить пресс, развить силу и. т.д., что очень важно для гимнастики [1, с.63].

*Передвижной тренажер.*

Непременным - предметом спортивно-вспомогательного оборудования в помещении, приспособленном для спорта, является передвижной тренажер. Особенно необходим он для маленьких помещений спортивных клубов с площадью 60-80 м. Эта установка используется для развития силы, выносливости, координации движений. Длина ее 130 - 140 см, ширина 60 см, а высота 15 - 20 см. Конструкция изделия настолько проста, что может быть изготовлена собственными силами в короткий срок. Она представляет металлическую раму с упором для ног и сиденьем-тележкой на четырех роликах, перемещающихся по направляющим. Сиденье прикреплено пружиной или многослойными резиновыми бинтами (величину усилия можно менять сменой пружин или бинтов) к ножному упору, что позволяет тренировать сгибатели и разгибатели мышц ног, и брюшной пресс. Руки захватывают бруски с металлическими тросиками, к которым прикреплены пружины или резиновые бинты. Сгибая и разгибая руки или прогибаясь в спине, можно дозировать физическую нагрузку занимающихся.

Установка имеет три поперечных ребра жесткости. Непосредственно под упором для ног, у плоскости пола устанавливаются два ролика. Поэтому после окончания тренировки установка может перевозиться в зону хранения или просто перемещаться в любую часть помещения [1, с.64].

*Наклонная лесенка.*

Еще более простой предмет спортивно-вспомогательного оборудования - наклонная лесенка - необходим для помещений любых габаритов, включая и самые тесные. Он является эффективным снарядом для развития физической силы. Лесенка снабжена двумя боковинами, укрепленными на настенных брусках. Она закрепляется на стене стационарно. При желании вы можете предусмотреть возможность ее откидывания к плоскости стены.

Шесть-семь перекладин лесенки позволяют проводить тренировки с людьми разного роста. Лестница бывает различных типов: узкой, широкой, с разными углами наклонов и с различным сечением брусков-ступеней для захвата (круглых, эллипсовидных). Устанавливать ее следует так, чтобы нижняя перекладина наклонной лесенки была на высоте кистей поднятых рук человека среднего роста, то есть 2-2,1 м [1, с.70].

*Стенка и лестница, кольца и канат.*

Рядом со стеллажом можно установить две секции гимнастической стенки, каждая по 60-80 см шириной. Круглые (или овальные) бруски желательно укреплять на вертикальных стойках с различным шагом. Например, для одной секции шаг между брусками гимнастической стенки составляет 12-15 см, для другой 20-25 см. Сечение круглого бруска может быть 2,8 - 3 см, сечение овального 3\*2,5 см.

Две секции гимнастической стенки устанавливаются на расстоянии 20-25 см от стены и жестко закрепляются. Высота стенки 1,5-2 м.

Непосредственно перед стенкой может быть установлена детская подвесная лестница, кольца, канат. Подвеска этих предметов бывает не только на плоскости потолка. Для облегчения сооружения этих спортивных игрушек использована консольная металлическая конструкция в блоке с гимнастической стенкой. При установке опоры для навески веревочной лестницы, колец и каната следует предусмотреть достаточную жесткость конструкции, ведь ребенок будет не только лазить, подтягиваться, но и крутиться, раскачиваться, что вызовет и динамическую нагрузку.

При установке колец желательно предусматривать возможность изменения высоты подвески над уровнем пола. Сечение колец должно быть небольшим (28-30 мм), чтобы ребенку не составляло никакого труда захватить их всей ладонью. Кольца покрывать нитролаком или нитроэмалью нежелательно, поскольку поверхность чистой древесины легче захватить руками. Деревянная лесенка сооружена так, что позволяет менять расстояние между ступенями при помощи простого подтягивания каната [1, с.73].

Методические указания.

Ползанье полезное упражнение и для старших детей. При ползании вводятся более сложные задания, например: передвигаться на четвереньках, толкая головой мяч, в прямом направлении, и "змейкой", через дуги. Дети по указанию воспитателя свободно применяют разнообразные способы пролезания в обруч - сверху, снизу, боком, держа его двумя и одной рукой. Они хорошо воспринимают показ и объяснения, которые в сочетании с накопленным двигательным опытом обеспечивают овладение правильной техникой лазанья чередующимся шагом. Этот шаг наиболее экономный, и быстрый. Он свидетельствует о хорошем уровне координации движений. Дети начинают замечать свои ошибки, пытаются их исправить. Они понимают связь между способом лазанья и достижением лучшего результата [3, c.25].

Важно обратить внимание ребят на исходное положение, создающее правильный начальный цикл движения, - рука и нога должны находиться на нужных перекладинах, и этим облегчается дальнейшее передвижение. У некоторых детей еще остается при слезании приставной шаг. Воспитатель напоминает, что при овладении чередующимся шагом надо передвигаться спокойно, не торопясь. На этом этане обучения одобрение воспитателя получает тот, кто влез и слез правильным, способом, хотя и не так быстро. Уточняется умение лазать одноименным и разноименным способами [3, c.26].

По мере освоения правильного способа лазанья у детей появляется желание и возможность выполнять движение в быстром темпе. Переход с пролета на пролет осуществляется одновременно с влезанием по диагонали. Дети выполняют это движение друг за другом, спускаясь вниз по последнему, пролёту. В этом упражнении важны согласованность действий детей, их выдержка, умение подождать, пока впереди влезающий перейдет на соседний пролет. Если имеются условия, хорошо научить детей лазать по веревочной лестнице. Мягкая опора создает различные непривычные положения, которые помогают воспитанию умения проявлять ловкость, решительность, смелость, упражняют в равновесии. Целесообразно такое лазанье проводить босиком, что укрепляет мышцы и связки стоп, пальцы ног, голеностопный сустав, предупреждает плоскостопие. В старшей группе можно показать детям перелезание "перевалом" через препятствие высотой 50-60 см. Выполняется движение из исходного положения, стоя к снаряду лицом: опереться грудью и руками о препятствие, повернуться вдоль него, перенести через него сначала одну ногу, затем другую, держась руками, опуская ноги поочередно на другую сторону препятствия, встать к нему лицом, выпрямиться. В старшей группе делаются попытки обучения лазанью по канату. К этому движению необходимы подготовительные упражнения:

1. Стоя у каната, захватить его руками на уровне груди, постепенно перехватывать руки вверх, как можно выше, хорошо вытягиваясь вверх.

2. Стоя у каната в глубоком приседе, захватить его руками, перехватывать их вверх, переходя в вис стоя.

3. Сидя у каната, захватить его подошвами ног: ступню правой йоги повернуть носком внутрь и прижать наружной стороной к канату. Ступню левой ноги повернуть носком наружу и прижать наружной стороной к канату с другой стороны. Зажать канат ступнями. Это упражнение можно выполнять сидя на скамейке с гимнастической палкой, поставив ее на пол вертикально между ногами. [3, с.28]

*Вертикальная передвижная лестница.*

Вертикальная передвижная лестница изготовлена из алюминиевых труб диаметром 36 мм. Основание лестницы крепится к двум деревянным опорам, площадь каждой 35\*180 см, высота 3 см. Четыре вертикальные трубы сварены между собой поперечными отрезками труб аналогичного диаметра. Расстояние между вертикальными трубами 70 см, между ступеньками - 60 см [1, с.29].

*Раздвижная лестница.*

Раздвижная лестница состоит из двух одинаковых лестниц высотой 3 м, верхние концы которых скреплены металлическим стержнем диаметром 10 мм. Длина упругой доски 3,5 м, ширина - 35 см, толщина - 5 см.

Высотное бревно высотой 5,3 м включает в конструкцию вертикальную стойку высотой 5 м 17 см, диаметром 13 см, толщина стенки 5 мм. В верхней части стойки имеется отверстие для болта под крепление.

Ширина полого дюралюминиевого бревна - 16 см, длина - 4 м, высота - 13 см. На вертикальную часть бревна надета металлическая муфта длиной 22 см, толщина стенок 8 мм. В 10 см от конца бревна имеется сквозное отверстие для вставки металлического стержня с гайками на концах. На противоположной стороне бревна - насадочное место для вертикальной стойки с отверстием. Шарнир обстоит из двух металлических ушек толщиной 20 мм, приваренных параллельно к пластине, которая крепится четырьмя болтами к стене спортзала. Расстояние между ушками 17 см. В середине боковых стенок (ушек) имеется отверстие под ось, на которой подвижно крепится бревно. Диаметр металлических болтов, крепящих шарнир к стене - 2 см, длина зависит от толщины стены спортзала. Для крепления шарнира пробиваются четыре отверстия в стене, куда вставляются болты. С обратной стороны ставятся стальные шайбы и завинчиваются гайкой и контргайкой.

Страховочный трос диаметром 5 мм крепится с двух сторон к монтажным петлям балки. Стальные стропы с помощью стандартных растяжек удерживают конструкцию в вертикальном положении. Выполнение упражнений в условиях описанных конструкций позволяет существенно повысить адаптационные возможности организма подростков к условиям высоты и ограниченной площади опоры [1, с.36-38]

Таким образом, нестандартное спортивное оборудование удобно и легко в применении. Развивает такие качества как силу, ловкость, координацию движений. Также они снимают психологический барьер. При изготовлении и установке оборудования возможно привлечение детей.

## 2.4 Методика организации детей на занятии с нестандартным оборудованием

В практике физического воспитания применяют следующие способы организации учащихся: фронтальный, групповой (по отделениям), посменный, "станционно" - круговой, поточно-круговой, индивидуальный. Все перечисленные способы можно условно разделить на три основные группы:

1) фронтальное размещение учебной группы в целом, без деления ее на части,

2) групповое размещение - по отделениям, группам, звеньям и т.д.,

3) размещение индивидуальное [20, c.35].

Порядок работы учащихся, т.е. выполнение ими физических упражнений, также можно условно разделить на три способа:

1) одновременное,

2) посменное,

3) поочередное.

Выбор способа размещения ребят и выполнения ими физических упражнении на уроке с использованием нестандартного спортивного оборудования зависит от поставленных задач, от уровня подготовленности обучаемых, от оснащенности мест занятий и др.

Так, при решении задачи обучения двигательным действиям значительное количество времени уходит на объяснение и показ упражнений, разбор типичных ситуаций, возможных при выполнении упражнения. На таких уроках наиболее эффективен фронтальный способ размещения учащихся и посменный (или поочередный) - в зависимости от количества снарядов - способ выполнения ими физических упражнений [20, c.37].

Как только ребята овладевают определенными двигательными действиями на спортивных снарядах, фронтальный способ сменяется на групповой (или посменный) с поочередным выполнением упражнений. Группа делится на 2-3 смены, которые по очереди отрабатывают одно двигательное задание на одном и том же спортивном оборудовании.

Этот же способ организации учащихся эффективен при работе на разнотипных снарядах. Такие уроки повышали интерес ребят к занятиям, активизировали их деятельность. Например, 10 разнотипных снарядов (5 перекладин и 5 брусьев) и 10 однотипных (гимнастические канаты). Учебную группу можно поделить на подгруппы по 3 человека в каждой. Сначала можно делать упражнения на перекладине и брусьях с последующей их сменой. Затем (после уборки одних и установки других снарядов) можно работать на гимнастических канатах для развития силы и силовой выносливости. Поточное выполнение упражнений осуществляется следующим образом: один ученик работает на снаряде, другой страхует его, третий наблюдает и анализирует действия товарища. Потом происходила смена: закончивший упражнение садится на скамейку и отдыхает, отдыхавший ранее страхует третьего. Затем подгруппы сменялись [26, c.12].

Пытаясь разнообразить не только упражнения, но и организационные формы их выполнения, можно прийти и к раздельному способу выполнения двигательных заданий. При этом необходимые пояснения и анализ упражнений проводились до и после их выполнения.

На уроке, проводимом с использованием нестандартного спортивного оборудования, одновременное или посменное выполнение упражнения всегда сочетается с раздельным или поточным способами. Например, гимнастическая комбинация на перекладине может быть выполнена тремя сменами учащихся как посменно-раздельно, так и посменно-поточно. В первом случае проводились пояснения и анализ движений после выполнения комбинации каждой смены, во втором-после работы всех смен. Для такого типа урока характерны новые виды деятельности учащихся: выполнение функций групповода, страховка товарища и помощь ему, анализ техники движений и своевременная информация о ходе выполнения двигательного действия и т.д. Все это пришло на смену пассивному наблюдению и длительному ожиданию ребятами своей очереди, что имело место при традиционном проведении уроков.

Вместе с тем изучение особенностей проведения урока с нестандартным оборудованием выявило тот факт, что в каждом разделе учебной программы для развития учащихся основных и специальных физических качеств самым эффективным способом организации учащихся является "станционно" - круговой. Он позволял разнообразить используемые упражнения при достаточной физической нагрузке, повысить моторную плотность урока [26, с.13].

Таким образом, при выборе методики организации занятия учитель ставит различные перед собой задачи, которые эффективно и легко может решить на данном уроке. На таких занятиях повышается интерес к занятиям. Повышение интереса к занятиям зависит от удовлетворенности. На таких занятиях он удовлетворяет свои интересы, потребности в двигательной активности. Когда учащиеся испытывают состояние удовлетворенности, происходит и формирование положительно активного отношения к физической культуре.

## Раздел 3. Организация и результаты исследования

## 3.1 Методы и организация исследования

В работе использованы следующие методы исследования:

1. Метод анализа и обобщения литературных источников.

2. Анкетирование.

3. Метод шкалирования.

Используя метод анализа и обобщения литературных источников, мы изучили 27 литературных издания. Нами освещены результаты трудов наиболее известных авторов, которые работали над проблемой использования нестандартного оборудования на формирование интереса у детей. Теоретической основой данной дипломной работы послужили работы по изучению нестандартного оборудования на формирование интереса. Многие авторы рассматривают нестандартное оборудование как один из важнейших факторов в формировании интереса.

В своей работе мы использовали анкетирование. Анкетирование является самым распространенным методом в исследовании. Им пользуется наибольшее количество авторов. Мною проводилась анкета в начале практики и в конце для выявления отношения детей к урокам физической культуры и учителю (см. приложение 1).

Нами использовалась методика шкалирования. Эта методика была разработана Давыдовым и использована в системе Занкова. Методика использовалась с целью выявления формирования интереса детей на уроках физической культуры. Детям была предложена шкала от 1 до 5, их мы просили оценить (поставить оценку) на сколько им было интересно на уроке (см. приложение 2).

Исследование проводилось в 4 этапа на базе МОУ "Осиновская основная школа".

I этап - анализ литературных источников и подбор методов;

II этап - проведение анкетирования;

III этап - проведение метода шкалирования;

IV этап - обработка результатов, выводы, рекомендации.

Исследование проводилось на базе МОУ "Осиновская основная школа". Возрастной состав испытуемых 9-10 лет, общее количество 10 человек, из них 7 мальчиков и 3 девочки.

Цель исследования: повысить формирование интереса у детей младшего школьного возраста к урокам физической культуры через нестандартное оборудование.

Результаты исследования.

На I этапе исследования нами обработано 27 источников литературы, подобраны методы исследования. Литературные источники были подобраны в 2007 г. При анализе литературных источников больше шла опора на таких авторов как Селивко Г.К., Албанин В.Г., Джамгарова Т.Т., Гладышев А.А. и многих других, так как в данных источниках дается подробное описание методики выполнения и использования нестандартного оборудования.

На II этапе исследования мы провели анкетирование для выявления отношения детей к урокам физической культуры к учителю. Анкета проводилась в начале практики и в конце практики.

Результаты высчитывались следующим образом:

Количество ответов по каждому вопросу делили на общее количество учащихся и умножали на 100%.

Мы получили следующие результаты.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ответы учащихся | Процентное соотношение | |
| В начале практики | В конце практики |
| Да | 100% | 100% |
| Физкультура  Рисование  Труды  Математика | 60%  20%  10%  10% | 80%  10%  10%  0% |
| Да  Нет  Иногда | 50%  20%  30% | 70%  20%  30% |
| Да  Нет | 90%  10% | 100% |
| Да  Не всегда | 70%  30% | 100% |
| Выполнять задания  Играть в футбол  Играть в игры | 20%  50%  30% | 20%  30%  50% |
| Ничего  Кататься на лыжах | 80%  20% | 90%  10% |
| Да  Нет | 60%  40% | 80%  20% |

Из полученных результатов следует, что отношение детей к урокам физической культуры и учителю к концу практики изменились. Если к началу практики процентное число ответов детей по любимому предмету физкультуры 60%, то к концу составляло 80%. Это свидетельствует о том, что интерес к урокам физкультуры вырос.

На III этапе исследования был проведен метод шкалирования. Это методика применялась нами на преддипломной практике во время уроков физической культурой. Испытуемым предлагалась шкала по которой они оценивали уроки со стандартным и нестандартным оборудованием (см. приложение 2).

Результаты высчитывались следующим образом:

Количество ответов по стандартному оборудованию составляет 40 ответов и по нестандартному оборудованию то же 40.40 ответов берем за 100%, а 1% получается 0.4. Считаем количество ответов на каждом уровне и делим их на 0.4.

Результаты получились следующие:

*Уроки проведенные со стандартным оборудованием.*

1 уровень - 5%

2 уровень - 12,5%

3 уровень - 40%

4 уровень - 25%

5 уровень - 17,5%

Это свидетельствует о том, что уроки со стандартным оборудованием проходят обычно и не вызывают большого интереса.

*Уроки с нестандартным оборудованием.*

1 уровень - 5%

2 уровень - 7,5%

3 уровень - 20%

4 уровень - 42,5%

5 уровень - 25%

Это свидетельствует о том, что уроки с нестандартным оборудованием повышают интерес детей к урокам физической культуры.

Из данных показателей мы видим, что самый большой процент ответов у уроков со стандартным оборудованием на 3 уровне, т.е. обычные уроки. После проведения уроков с нестандартным оборудованием мы видим, что показатели значительно изменились. К концу практики показатель перешел с 3 уровня на 4, где видно, что у детей формируется интерес к урокам физической культуры.

Итак, проанализировав психолого-педагогическую литературу, учитывая результаты нашего исследования мы пришли к выводам, что использование нестандартного оборудования является важным условием в формировании интереса.

***Выводы:***

Решив поставленные задачи, мы пришли к следующим выводам:

1. Проведенный теоретический анализ психолого-педагогической литературы показал, что использование нестандартного оборудования возможно на уроках физкультуры и является одним из средств формирования интереса.

2. В результате использования нестандартного оборудования у детей меняется отношение к урокам, учителю и оборудованию.

3. Формирование интереса зависит не только от используемого оборудования, но и от правильно применяемых методов и средств учителем в зависимости от вида урока.

4. Уроки с использованием нестандартного оборудования повышают интерес к урокам физкультуры больше, чем уроки с нестандартным оборудованием.

***Для реализации этого нами разработаны следующие методические рекомендации:***

нестандартное оборудование должно быть практичным, удобным и легко применяемым в использовании;

нестандартное оборудование должно соответствовать гигиеническим требованиям;

при изготовлении нестандартного оборудования привлекать учащихся;

сочетать использование стандартного и нестандартного оборудования;

перед использованием нестандартного оборудования на уроках физкультуры его необходимо испытать;

нестандартное оборудование должно соответствовать правилам техники безопасности;

выбирать нестандартное оборудование для уроков физической культуры с учетом физической подготовленности и индивидуальных возможностей учащихся;

обязательно проверять исправность нестандартного оборудования в начале и в конце урока;

использование нестандартного оборудования в школе позволяет создать необходимые условия для реализации дифференцированного подхода.

## Заключение

Таким образом, использование нестандартных спортивных сооружений в школе позволяет создать необходимые условия для реализации индивидуального, дифференцированного подхода в обучении, повысить уровень познавательной активности учащихся, обеспечить комфортные условия для всестороннего развития личности, сформировать потребность в культуре движений, оптимальном физическом развитии и крепком здоровье.

Нестандартное спортивное оборудование удобно и легко применяется на уроках, прививает интерес и любовь к занятию, снимает психологический барьер у детей. Дети бережнее относится к инвентарю, повышается плотность урока, повышается качество обучения. Так же при использовании такого оборудования происходит влияние на формирование интереса младшего школьного возраста на уроках физической культуры. Происходит удовлетворение интереса, который может укрепляться, развиваться, становиться более глубоким и разносторонним. Интерес, таким образом, является постоянным катализатором энергии человека: он либо облегчает выполнение деятельности, либо стимулирует волевое усилие, помогает проявлять терпение, упорство, настойчивость, способствует целеустремленности. И при этом дети, испытывающие состояние удовлетворенности на уроках, работают на них ради своего физического совершенствования, а не удовлетворенные ходят ради оценки и для избежания неприятностей.

Я считаю, что гипотезу, которая нами была выдвинута, достигла своих подтверждений. С использованием нестандартного оборудования у детей начинает формироваться интерес к урокам физкультуры.

## Список используемой литературы

1. Албанин В.Г. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. - М.: "Просвещение", 2003.
2. Алексеев Н.И., Афанасьев В.З., Бессуднов А.И. Физическая культура. - М.: "Просвещение", 1995.
3. Вавилов Е.Н. Учите бегать, прыгать, ползать, метать. - М.: "Просвещение", 1997.
4. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. - М.; "Академия", 2002
5. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей. - Я.: Издательский центр "Гринго", 1996 - 176 с.
6. Вишнев В.Е. Физическая культура в школе // Педагогика, 2003. - №4
7. Гладышев А.А. Многокомплексные гимнастические снаряды. - М.: "Просвещение", 2004.
8. Гойхман П.Н., Трофимов О.Н. Легкая атлетика в школе. - М.: "Владос", 1998.
9. Горбунов А.И. Физическая культура в школе // Педагогика, 1989 - №11
10. Джамгарова Т.Т., Пуни А.Ц. Психология физического воспитания и спорта. - М., 1999.
11. Дубровский В.И. Спортивная медицина. - М.: Издательский центр "Владос", 2002 - 512 с.
12. Крутецкий В.А. Психология: Учебник для учащихся педучилищ. - М.: "Просвещение", 1996.
13. Лепешкин В.А. Физическая культура в школе // Педагогика, 1990. - №6
14. Лысенко М.Л., Чвиколова Л.А. “Программа по физической культуре для учащихся 1 -11 классов" (волейбол) инновационных школ. - Магадан: "Владос", 1999.
15. Максименко А.М. Основы теории и методики физической культуры. - М., 1999. стр. - 146
16. Мишин Б.И. Настольная книга учителя физкультуры: Справочно-методическое пособие. - М; "Астрель", 2003.
17. Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование. Под редакцией Железняка Ю.Д. - М.: Издательский центр "Академия", 2000 - 384 с.
18. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. - М.: "Просвещение", 1998.
19. Сирис П.З. Профессионально производственная направленность физического воспитания школьников: Книга для учителя. - М.: "Академия", 1996.
20. Унт И.Э. Индивидуализация и дифференциация обучения. - М.: "Просвещение", 1998.
21. Физическое воспитание учащихся 5-7 классов: Пособие для учителя. / Под ред.В.И. Ляха, Г.Б. Мейксона. - М.: "Просвещение", 1997. с.153
22. Фиснеков Б.И. Физическая культура в школе // Педагогика, 2003
23. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2000.
24. Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. "Гигиена и здоровье школьника" изд. "Просвещение", 2000.
25. Хрипкова А.Г., Антонова М.В., Форбер Д.А. "Возрастная физиология и школьная гигиена". - М.: "Просвещение", 1998.
26. Якимская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. - М.: "Академия", 1996.
27. Ямбург Е.А. Школа для всех. - М.: "Просвещение", 2000.

## Приложения

Приложение №1

Вопросы к анкете по выявлению отношения к урокам физической культуры и учителю.

В каком классе ты учишься?

Нравиться ли тебе учиться?

Какой из предметов тебе больше нравиться?

Пропускаешь ли ты уроки по физической культуре?

Ведешь ли ты здоровый образ жизни?

Интересно ли тебе на уроках физической культуры?

Что тебе больше нравиться в уроках физической культуры?

Что самое сложное на уроках физической культуры?

Занимаешься ли ты в свободное время физическими упражнениями?

Приложение №2

Шкала по выявлению формирования интереса у детей на уроках физкультуры.

5 очень интересно

0

4 интересно

3 обычно

2 однообразно

1 очень однообразно

Приложение№3





Приложение №4

Конспект урока с нестандартным оборудованием

Класс: 3

Тема: Подвижные игры и эстафеты.

Задачи:

1. Укрепить ДС, ССС.

2. Познакомить с эстафетными заданиями с нестандартным оборудованием.

3. Воспитывать чувство коллективизма, соперничества.

4. Создать хорошее эмоциональное настроение.

5. Развивать координационные способности, мышечные ощущения, скоростно-силовые качества, ловкость, быстроту.

Оборудование: шары из материала, палки, лыжи, ракетки и бумажные шарики.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| Подготовительная часть  Основная часть  Заключительная часть | 1. Организовать класс на начало урока.  2. Подготовить организм к предстоящей работе.  1. Развивать координационные способности, мышечные ощущения.  1. Развивать скоростно-силовое качество.  1. Развивать скоростно-силовое качество.  1. Развивать ловкость быстроту.  1. Снять эмоциональное напряжение. | Построение.  Сообщение задач.  "Салки ноги врозь"  Выбирается один водящий, остальные - убегающие. Водящий должен догнать убегающего и осалить его. Осаленный игрок встает в широкую стойку ноги врозь и произносит слова: "Чай, чай выручай!" Другой игрок должен пролезти ему между ног. Игра продолжается пока водящий не осалит всех убегающих.  Деление на команды.  "Хлопни по шару"  На расстоянии 5м. от участника к стойке привязывают шар на длинной веревке. Участнику завязывают глаза и дают в руку палку. Затем участника раскруживают, после чего он должен дойти до шара и задеть его. Из команды вызываются по 3 участника. На то чтобы найти мячик и задеть его дается 1.30мин.  "Встречная эстафета"  Одна команда строится напротив другой на расстоянии 30-40м.1 игроки зажимают коленями мяч и прыгают до противоположной стороны и становитесь на другой линии. Затем другой игрок делает то же самое что и первый.  Выбирается из команды одного сильного. Один игрок садиться на санки, другой толкает санки сзади, толкает до линии. Затем он отпускает санки, и они скользят самостоятельно. Где они остановятся,  ставится флажок. Так до последнего игрока. Затем замеряют общее расстояние.  Задание выполняется в парах 1человек из 1 команды и 1 человек из другой команды. Для выполнения нужны лыжи по одной на человека, ракетка и бумажные шарики. Шарик кладется на ракетку и одевается лыжа. Затем бегут до флажка и, обегая его, возвращаются назад, передавая эстафету.  Построение.  Подведение итогов. | 30’  30’  5 мин.  1 мин.  2-10 мин.  5 мин.  5 мин.  2-7 мин.  2-3 мин. | Класс в одну шеренгу становись! Равняйсь! Смирно! На 1,2 расчитайсь!  1. Игра начинается по сигналу учителя.  2. Игроки не должны выбегать за отмеченную границу.  1 номера 1 команда, 2 номера 2 команда.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  2. Побеждает команда быстрее выполнившее задание.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  Класс в одну шеренгу становись! В эстафетных конкурсах победила команда……… |

Приложение №5

Конспект урока с нестандартным оборудованием

Класс: 3

Тема: Подвижные игры и эстафеты.

Задачи:

1. Укрепить ДС, ССС.

2. Познакомить с эстафетными заданиями с нестандартным оборудованием.

3. Воспитывать чувство коллективизма, соперничества.

4. Создать хорошее эмоциональное настроение.

5. Развивать координационные способности, мышечные ощущения, гибкость, ловкость, быстроту, точность движений.

Оборудование: валенки, мешочки с песком, веревка, палки с мячиками из материала.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Части урока | Частные задачи | Содержание | Дозировка | Методические указания |
| Подготовительная часть  Основная часть  Заключительная часть | 1. Организовать класс на начало урока.  2. Подготовить организм к предстоящей работе.  1. Развивать координационные способности, быстроту.  1. Развивать гибкость, координационные способности.  1. Развивать быстроту реакции на другой объект.  1. Развивать координационные способности.  1. Развивать точность движений.  1. Снять эмоциональное напряжение. | Построение.  Сообщение задач.  "Салки ноги врозь"  Выбирается один водящий остальные убегающие. Водящий должен догнать убегающего и осалить его. Осаленный игрок встает в широкую стойку ноги врозь и произносит слова: "Чай, чай выручай!" Другой игрок должен пролезти ему между ног. Игра продолжается пока водящий не осалит всех убегающих.  Деление на команды.  Первый игрок от команды добегает до флажка, берет валенок, поворачивается спиной к цели и кидает валенок. Если игрок попадает в цель, получает 2 балла, а не попадает 1 балл. Затем возвращается, назад передавая эстафету.  Игрок из одной команды добегает до мешочка с песком, садится на снег и берет ногами мешочек и кидает в цель. На снегу отчерчено 3 круга 1 - 1 балл, 2-2 балла, 3-3 балла. Возвращается назад и передает эстафету.  "Укрощение змеи"  Выбирается водящий и становится в центр и держит в руках веревку, которую вращает по кругу, создавая волны. Остальные пытаются наступить на веревку. Кто наступает, тот становится на место водящего.  Один из игроков берет в руки 2 палки и на палки кладет или берет палками мячик и бежит до флажка. Обегает его и возвращается назад, передавая эстафету. Кто быстрее выполнит задание, тот и побеждает.  У флажков на земле лежат шарики, сделанные из бумаги, а наверху привязан мячик на веревке. Подвешенный мячик раскачивается и мешает взять шарики. Один из игроков подбегает к шарикам и пытается взять их. Если он касается руками мяча, то останавливается и возвращается назад к команде и бежит следующий игрок.  Построение.  Подведение итогов. | 30’  30’  5 мин.  1 мин.  5 мин.  5 мин.  5 мин.  5-10 мин.  5-10 мин.  2-3 мин. | Класс в одну шеренгу становись! Равняйсь! Смирно! На 1,2 расчитайсь!  1. Игра начинается по сигналу учителя.  2. Игроки не должны выбегать за отмеченную границу.  1 номера 1 команда, 2 номера 2 команда.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  2. Кидать валенок, только стоя спиной к цели.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  2. Где мячик падает, там его подбираем и начинаем движение.  1. Игра начинается по сигналу учителя.  2. Нельзя касаться руками мяча.  Класс в одну шеренгу становись! В эстафетных конкурсах победила команда……… |