**Юрій Пелипенко**

**(Біла Церква, Україна)**

**ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ ПОЗИЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ**

Проблема формування позитивної позиції не тільки стосовно до фізичної культури, а й взагалі будь до чого дуже складна. Це поняття дуже об'ємне, багаторівневе та інтегральне. Розгляд його так чи інакше пов'язується з такими педагогічними та психологічними визначеннями: пізнавальний інтерес, ставлення, спонукання, потреби, мотиви. Всі ці поняття змістовно взаємопов'язані між собою. їх застосування зумовлюється рівнями, метою та науками, які розглядають їх. Заданими психологічної науки у стержневій основі їх лежать мотиви, мотиваційна сфера особистості.

Мотиви, мотивація є стержнем психології особистості. Вони зумовлюють особливості поведінки і діяльності її. Визначаючи поняття мотиву, можна вважати, що це усвідомлена властивість особистості на рівні само спонукання своєї поведінки і діяльності, які виникають у вищій формі відображення потреб, іншими словами, мотиви це внутрішня потреба, що виникає на основі почуттів і помислів особистості і спонукає до задоволення потреби. Таким чином, мотиви як психологічні фактори людської поведінки, діяльності посідають провідне місце в структурі позитивної позиції особистості.

З цих позицій, знаючи це, викладач фізичної культури професійно зобов'язаний спрямувати свою діяльність на те, щоб в мотиваційній сфері студента був присутній і мотив заняття фізичними вправами. По суті це не бажаність, а професійна необхідність, яку потребує відповідної систематики та постійної присутності.

Формування мотивів є досить складним процесом, який в загальних рисах можна подати таким чином: " усвідомлення - засвоєння - прийняття наслідування у практиці".

З педагогічної точки зору це передбачає певний ланцюг взаємопов'язаних етапів практичного вирішення певних завдань.

1. Спонукання пізнавального інтересу до фізичної культури та спорту.
2. Засвоєння певного обсягу теоретичних знань, понять, законів, теорій, засобів, методів, принципів, які пояснюють сутність процесів фізичного виховання, тобто створення інформаційно освітньої, прикладної сфери студента.
3. Забезпечення відображення ефективності у практичній діяльності.
4. Підтримка та подальший розвиток позитивної позиції до фізичної культури на рівні переконань та самостійного практичного прагнення до занять.

Виділені станом мають досить умовний характер, і представлені вони окремо з метою певної зручності їх розуміння, а не як методична послідовність чи окремі змістові розділи роботи. Це твердження і зумовлює складність практичної реалізації даного питання.

Все це реалізується через навчально - виховну діяльність викладачів у всій системі фізичного виховання. Йдеться про те, що сформувати позитивну позицію до фізичної культури - це означає сформувати її до навчально виховної роботи усього комплексу фізичного виховання студента за весь період навчання. Тобто досягнення кінцевого результату здійснюється через формування позиції студента до всіх форм занять фізичною культурою ліцею, як сумісної навчально - виховної діяльності викладачів і студента. У результаті учні повинні отримати відповідні запитання: "За ради чого була їх діяльність на занятті, на всіх заняттях?"

Якщо учні внутрішньо сприймають мотивування, докази викладачів, то навчальний матеріал буде мати особливу вагомість (сутність). Тільки в цьому випадку проходить збіг навчальної мети (що потрібно робити?), а репродуктивні навчальні дії здобувачів освіти переходять в усвідомлену навчальну діяльність.

Загальні вимоги до мотивування повинні;

а) бути наочними;

б) враховувати рівень розвитку здобувачів освіти;

в) брати до уваги інтереси, статеві особливості і пов'язані з ними переваги (для юнаків - міцність, сила, воля; для дівчат - пластика, краса рухів);

г) лаконічність, доступність доказів;

д) нести у собі особисту і суспільно корисну потребу (зміцнення здоров'я, підготовка до праці).

Викладач, збагачуючись досвідом, повинен удосконалювати мотивування з кожної теми заняття. Для цього використовується навчально популярна, методична, художня література з питань впливу занять фізичною культурою на різні строки життєвої діяльності здобувачів освіти. Особливо важливо мати мотивування з питань боротьби з шкідливими звичками (паління, пияцтво, наркоманія, ожиріння).

Майстерність, професійний талант викладачів ніде так виразно не виявляється, як у його здібності сформувати у всіх здобувачів освіти стійкий, глибокий інтерес до занять фізичною культурою. Інтерес є одним із головних мотивів навчальної діяльності. Чим менший інтерес до фізичної культури, тим більша необхідність у примушуванні. Останнє викликає у здобувачів освіти опір, вимагає від них надмірних вольових зусиль і призводить їх участь на заняттях на рівень формальності. Процес фізичного виховання стає безрадісним, стомлюючим, а наслідок його малоефективним. Цілком зрозуміло, що виникає стійкий інтерес до занять фізичною культурою не просто. Це досягається планомірною, усвідомленою працею викладачів протягом усього часу навчання здобувачів освіти в ліцеї.

Для того, щоб сформувати стійкий інтерес до фізичної культури, необхідно враховувати наявність трьох компонентів:

1. Знання якими володіє людина у певній галузі діяльності;
2. практична діяльність людини у цій галузі;
3. емоціональне задоволення, що відчуває людина у зв'язку з цими знаннями і практичною діяльністю.

На початковій стадії інтерес до фізичної культури може виникати на основі окремого компоненту емоційного задоволення, пізнавальної зацікавленості, усвідомлення корисної діяльності. Але викликати інтерес, зробити його стійким, усвідомленим можна тільки у подальшому систематичному врахуванні всіх компонентів.

Аналіз практичного стану системи фізичного виховання свідчить, що у процесі роботи виступає тільки один компонент - практична діяльність. У таких умовах педагогічні зусилля мають низьку результативність. Сподівання на те , що знання й емоційне задоволення з'явиться у здобувачів освіти без участі викладачів (стихійно чи на основі тільки фізіологічної залежності), як правило, не підтверджуються, а якщо і підтверджуються, то тільки частково.

До основних прийомів у формуванні інтересу здобувачів освіти до фізичної культури належать:

1. Новизна, різноманітність засобів, методів, способів організації,
2. Визначення коректних, доступних завдань навчання, тренування, які можливі для виконання до кінця уроку або декількох їх.
3. Забезпеченість чіткого, точного і глибокого розуміння кожним здобувачем освіти сутності і значення навчального матеріалу у цілому і частково.
4. Використання ігрового та змагального методів.
5. Постійне спонукання здобувачів освіти до самостійних занять фізичними вправами, спортом у позаурочний час, домашні завдання.
6. Систематичний контроль за досягненнями.
7. Використання системи заохочування.

Комплексне використання цих прийомів сприяє формуванню пізнавального інтересу.

Підводячи підсумок викладеному, можна стверджувати, що позитивне практичне вирішення питання з формування в здобувачів освіти позитивної позиції до фізичної культури є головною умовою ефективного вирішення завдань фізичного виховання здобувачів освіти.

По суті, фізичне виховання, його кінцева мета є результатом суми "свідомого і практичного", у їх органічній єдності. Позитивне вирішення першого вирішальною мірою "полегшує" (сприяє, спрямовує, забезпечує, визначає і т.д.) досягнення другого "практичного".

Відсутність позитивної позиції здобувачів освіти до фізичної культури "свідомо" не може бути укомплектовано ніякою досконалістю методики реалізації "практичного". Якщо робиться така спроба, то вона будується на аргументах; дисципліна, обов'язок, примушування, залякування оцінкою тощо, якщо є "свідоме" то успіхи (досягнення) "практичного" зміцнюють його ще більше, а це в свою чергу значно активізує "практично - діяльне". У цьому сутність реалізації їх єдності.

**Література:**

1. Апанасенко, Г. Л. Індивідуальне здоров’я: теорія і практика. — К.: Здоров’я, 2008. — 272 с.
2. Матвєєв, Л. П. Теорія і методика фізичної культури. — К.: Олімпійська література, 2010. — 384 с.
3. Волков, Л. В. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту**.** — К.: Олімпійська література, 2012. — 336 с.
4. Сергієнко, Л. П. Теорія і методика фізичного виховання. — К.: Олімпійська література, 2014. — 400 с.
5. Бобрицька, В. І. Формування мотивації до занять фізичною культурою у студентів. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві. — 2016. — №1. — С. 45–50.
6. Москаленко, Н. В. Формування позитивного ставлення студентської молоді до занять фізичною культурою. — Харків: ХДАФК, 2015. — 212 с.
7. Круцевич, Т. Ю., Пангелова, Н. Є. Теорія і методика фізичного виховання. — К.: Олімпійська література, 2017. — 392 с.