

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина  
Выпускающая кафедра педагогики

Кирдяпкина Кристина Александровна  
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА  
Эстетическое воспитание школьников 11-12 лет на уроках физической культуры

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Физическая культура

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ  
Зав. кафедрой доктор педагогических наук,  
профессор Адольф В.А.

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Научный руководитель кандидат  
педагогических наук, доцент Строгова Н.Е.

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Обучающийся Кирдяпкина К.А.

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Дата защиты \_\_\_\_\_

Оценка \_\_\_\_\_  
(прописью)

Красноярск, 2020

## Содержание

|  |          |
|--|----------|
| <b>Введение.....</b>   | <b>3</b> |
| Глава 1. Теоретические основы эстетического воспитания школьников 11-12 лет на уроках физической культуры .....  | 7        |
| 1.1. Содержательная характеристика понятий «эстетическое воспитание» и «эстетическая воспитанность».....   | 7        |
| 1.2. Особенности эстетического воспитания школьников на уроках физической культуры .....   | 9        |
| 1.3. Средства эстетического воспитания на уроках физической культуры.....  | 18       |
| Выводы по первой главе.....  | 21       |
| Глава 2. Организация и проведение опытно-экспериментальной работы по эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры.....  | 22       |
| 2.1. Диагностика уровня эстетического воспитания школьников 11-12 лет.....   | 22       |
| 2.2. Апробация комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры.....  | 32       |
| 2.3. Анализ опытно-экспериментальной работы по проверке эффективности комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры..... | 42       |
| Выводы по второй главе.....  | 47       |
| Заключение.....  | 49       |
| Практические рекомендации.....   | 51       |
| Список использованных источников.....  | 52       |

## Введение

**Актуальность.** Эстетическое воспитание уже с древних времен неразрывно связано с физическим совершенствованием подрастающего поколения. Если мы заглянем в прошлое, во времена Древней Греции, где широко использовался художественно-эстетический опыт Восточных народов, то можно увидеть новый этап в развитии мировой цивилизации. Именно тогда стала прослеживаться взаимосвязь эстетики с физическим воспитанием. Изящность и грация очень высоко ценились во время воспитания гимнастов. В Греции высокую популярность получила гимнастическая школа палестра.

Эстетическая составляющая привлекала своей многогранностью, люди хотели наслаждаться красотой атлетических состязаний, красотой и мелодичностью музыки. Мы видим, что эстетика играла значимую роль в Древние времена и продолжила своё развитие в последующее время. Уже тогда люди понимали, что это необходимо прививать подрастающему поколению. В современное время именно учитель физической культуры, используя разнообразные средства и методы физического воспитания, способствует формированию эстетической подготовки у школьников.

Таким образом, необходимость нашего исследования определяется следующими **противоречиями**:

- между созданием эстетически развитого общества и отсутствием чёткой системы эстетического воспитания, что затрудняет осуществление комплексного подхода к организации воспитательного процесса;

- между возрастающей социальной значимостью проблемы эстетического воспитания личности и её недостаточной разработанностью в теории и практике на современном этапе развития общества;

- между разработкой программы по направлению эстетического воспитания и недостатком обеспечения воспитательного процесса для реализации данной программы.

Выявленные противоречия позволили сформулировать **проблему** исследования, которая состоит в оптимизации процесса эстетического воспитания в

системе физической культуры школьников, акцентируя внимание на формирование эстетической, двигательной культуры, красоту, эстетического представления и т.д. Решение этого проблемного вопроса возможно, на наш взгляд, посредством целенаправленного научного исследования, актуальность которого несомненна. Обозначенные противоречия и проблема обусловили выбор **темы** исследования: «Эстетическое воспитание школьников 11-12 лет на уроках физической культуры».

**Цель:** теоретически разработать, обосновать и опытно-экспериментальным путем проверить комплекс мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры.

**Объект исследования:** процесс физического воспитания школьников.

**Предмет исследования:** процесс эстетического воспитания школьников 11-12 лет на уроках физической культуры.

**Гипотеза исследования:** эстетическое воспитание школьников 11-12 лет на уроках физической культуры будет эффективным, если:

- выявлены особенности эстетического воспитания шестиклассников на уроках физической культуры;

- определены уровни и критерии сформированности эстетической воспитанности шестиклассников на уроках физической культуры;

- разработан и реализован в опытно-экспериментальной работе комплекс мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию шестиклассников на уроках физической культуры.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать сущностное содержание понятий «эстетическое воспитание» и «эстетическая воспитанность».
2. Раскрыть особенности школьников 11-12 лет как субъектов эстетического воспитания.
3. Определить и описать уровни и критерии эстетической воспитанности школьников 11-12 лет.

4. Разработать и в процессе опытно-экспериментальной работы проверить результативность комплекс мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры.
5. Проанализировать полученные результаты и разработать практические рекомендации.

#### **Методы исследования:**

- теоретические (анализ психолого-педагогической, научно-методической и справочно-энциклопедической литературы, нормативно-программной документации по тематике исследования);
- эмпирические (наблюдение, беседа, изучение опыта, анализ продуктов деятельности учителей физической культуры, педагогическое тестирование, самооценка, экспертная оценка);
- социологические (анкетирование, опрос);
- статистические (ранжирование, шкалирование);
- методы математической статистики и обработки полученных данных.

#### **Этапы исследования:**

На первом этапе (сентябрь 2019 г.) анализировались социологические, психологические и педагогические источники с целью определения общей концепции исследования. Были определены основные параметры исследования, его объект, предмет, гипотеза, методология и методы. На этом же этапе проводилась разработка отдельных компонентов комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры.

Второй этап исследования (сентябрь 2019г. – май 2020г.) – посвящен реализации комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников на уроках физической культуры, в опытно-экспериментальной работе. Был осуществлен констатирующий и начат формирующий эксперимент.

На третьем этапе (май 2020 г.) будут анализироваться результаты опытно-экспериментальной работы, проводиться обработка, систематизация и обобщение результатов исследования; уточнятся теоретические положения и выводы,

полученные на первом и втором этапах работы; завершено оформление выпускной квалификационной работы.

**Опытно-экспериментальная база исследования.** Эмпирическая часть исследования проводилась на базе МБОУ Средняя школа № 86 имени М.Ф. Стригина г. Красноярск. В исследовании было задействовано **24** школьника.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в том, что проанализирована сущность понятий «эстетическое воспитание» и «эстетическая воспитанность»; разработан комплекс мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию шестиклассников на уроках физической культуры; разработаны и описаны уровни сформированности эстетической воспитанности у школьников шестых классов и даны их содержательные характеристики.

**Практическая значимость** исследования заключается в разработке и практической апробации комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию шестиклассников на уроках физической культуры.

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Материалы исследования использовались при проведении опытно-экспериментальной работы на базе МБОУ Средняя школа № 86 имени М.Ф. Стригина г. Красноярск.

**Основные идеи и результаты** отражены в статье, опубликованной в сборнике XII Международной научной конференции «Образование и социализация личности в современном обществе» (14-16 апреля 2020 г., г. Красноярск).

**Структура.** Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, шести параграфов, заключения, списка использованных источников (38 источников), 2 приложений, 67 страниц.

# Глава I. Теоретические основы эстетического воспитания школьников 11-12 лет на уроках физической культуры

## 1.1. Содержательная характеристика понятия «эстетическое воспитание»

Со слов педагога Слостёнина В.А. «воспитание» –это процесс целенаправленного влияния, целью которого выступает усвоение ребёнком необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей. Поэтому воспитание мы можем рассмотреть в широком и узком смысле. Прежде всего, мы должны понимать, что данный термин является основополагающим в педагогической мысли.

Воспитание в широком смысле рассматривается как общественное явление, как воздействие общества на личность. В данном случае воспитание практически отождествляется с социализацией.

Воспитание в узком смысле рассматривается как специально организованная деятельность педагогов и воспитанников для реализации целей образования в условиях педагогического процесса. Деятельность педагогов в этом случае называется воспитательной работой.

Цель воспитания - ожидаемые изменения в человеке, осуществленные под воздействием специально подготовленных и последовательно проведённых воспитательных действий.

Воспитание детей - целенаправленная деятельность, призванная сформировать у детей систему качеств личности, взглядов и убеждений. Взгляды на то, что считать воспитанием и кто призван играть главную роль в воспитании детей, существенно расходятся как в обществе, так и в профессиональной среде.

Если мы рассмотрим воспитание, как эстетическую составляющую, то мы увидим огромный пласт, включающий в себя формирование личности со всех сторон её духовной жизни, что позволит приближаться к прекрасному. Эстетика, характеризуется, как наука чувственного восприятия, эстетического освоения окружающего нас мира, поддающаяся законом красоты.

Понятие «эстетическое воспитание» неразрывно связано с термином «эстетика», который происходит от греческого слова «эстетис» - чувственный. Данный термин впервые был введён в литературу немецким теоретиком искусства А.Г. Баумгартеном. Его работа под названием «Эстетика» был введен в печать в 1750г. Но если окунуться в далекое прошлое, то можно сказать, что данный термин употреблялся уже задолго до этого времени, далеко в древности.

Прежде всего, эстетическое воспитание в общей системе развития человека реализовывает свои прямые функции. Оно определяет содержащийся в них эстетический компонент во всех видах деятельности и превращает в средство эстетического развития, образования, формирования человека. Что касается трудовой деятельности, то здесь выделяется красота целей и самой деятельности, его результатов и тех взаимоотношений, которые возникают в процессе работы. Особое внимание в нравственности уделяется чувству прекрасного в идеалах, в человеке, в его поведении, установках и стремлениях. Открывается великолепие гармоничного звука, создаваемых человеком звуковых композиций в музыке перед детьми. Через основы физической культуры и гигиены ребенок познает красоту человеческого тела, физкультурных, спортивных действий и т.д. А в случае если объединить два эти элемента и использовать на уроках физической культуры, то музыкальные композиции отыщут свое воплощение в жизни при помощи всевозможных физических упражнений. Также используя музыкальные средства на различных праздничных днях, весёлых стартах, эстафетах, мы станем приобщать школьников к ощущению великолепного, к чувству такта, к связи движения и музыки. Данное средство имеет большой смысл в воспитании духовно развитой личности. Кроме этого личность ребенка развивается ещё и в нравственном аспекте.

Расширяются познания ребенка о мире общества и природы. Разнообразные творческие занятия детей в художественной самодеятельности и в всевозможных кружках содействуют развитию их мышления и фантазии, формированию трудовых способностей и умений, моральных свойств, таких как: целеустремленность, воля, мужество, упорность, организованность, дисциплинированность.

Воспитанность – высококачественная черта значения образования и воспитания человека. Отображает высшую образованность, моральное безупречность и этичность поведения.

Эстетическая воспитанность - наличие идеала, представление о совершенном, совершенство в искусстве и действительности.

Эстетический идеал - социально обусловлен, представление о совершенстве красоты человека, человеческих отношений, труда.

Художественной вкус - общественное явление, способность чувствования и оценки совершенства и несовершенства, целостности или же противоположности содержания и формы в искусстве и жизни.

Развитая способность любования красотой, совершенством в искусстве и жизни является необходимым признаком эстетической воспитанности. С элементом любования тесно связана общая способность к глубокому переживанию чувств, создаваемых эстетическим объектом.

Тот факт, что наиболее слабым местом эстетической воспитанности школьников является область эстетического идеала и художественного вкуса, делает эстетическую воспитанность ребенка недостаточной, ограниченной.

## **1.2. Особенности эстетического воспитания школьников на уроках физической культуры**

Уроки физической культуры, включающие в себя элементы эстетической направленности занимают большое место в системе обучения и воспитания школьников, помимо этого занимают важнейшее место в подготовке умственно отсталых школьников к самостоятельной жизни и производительному труду. Материал учебной программы включает гимнастику, легкую атлетику, лыжную подготовку, игры.

Уроки физической культуры содействуют развитию силы, ловкости, координации движений, ориентировки в пространстве, помогают преодолеть недостатки психической деятельности.

Занятия физическими упражнениями создают благоприятные условия для эстетического воспитания. За счёт занятий формируется красивая осанка, осуществляется гармоничное развитие форм телосложения, воспитывается понимание простоты и красоты движений. Все это помогает воспитанию эстетических чувств, вкусов, представлений, способствует проявлению позитивных впечатлений жизнерадостности, оптимизма.

Эстетическое воспитание включает в себя все стороны духовной жизни формирующейся личности, позволяет также правильно понимать и оценивать прекрасное, стремится к нему.

Человек с развитым эстетическим вкусом, как правило, стремится создавать эстетические ценности, осуществляя эстетическую деятельность, которая в всевозможных формах обширно представлена в физической культуре и спорте.

Связь физического и эстетического воспитания базируется на единстве их цели – формировании человека, а физическое совершенство составляет часть эстетического материала.

Из содержания эстетического отношения к действительности вытекают общие задачи эстетического воспитания:

- Воспитание эстетических потребностей, т.е. сознательного стремления к прекрасному.
- Воспитание эстетического восприятия и чувства, т.е. способности воспринимать и переживать прекрасное. Оно требует установления чувственного контакта с предметами и явлениями, окружающего мира.
- Восприятие эстетических понятий, вкусов, оценок и суждений, т.е. способности не только воспринимать, и оценивать и понимать прекрасное.
- Восприятие эстетических идеалов, т.е. правильного понимания и активного стремления к тому образу современной жизни и современного человека, который является характерным для нашего общества.
- Развитие творческих эстетических способностей в различных видах деятельности.

Эстетическое воспитание призвано формировать у людей эстетические потребности. При этом важно не только сформировать способности наслаждаться,

воспринимать красоту в ее разнообразных проявлениях, но и ключевым образом воспитать способность воплотить ее в реальных действиях и поступках. Занятия физической культурой представляют широкие возможности для этого .

Мир эстетических явлений физической культуры довольно сложен и многообразен. Прежде всего, он включает в себя конкретные эстетические ценности, стороны и аспекты физической культуры, которые в определенных условиях приобретают эстетическую значимость для человека, вызывают у него эстетические чувства, эстетическое наслаждение, оцениваются им с особой, эстетической, точки зрения. Эстетическая оценка важным образом находится в зависимости от развитости у человека эстетических взглядов, теорий, которых он придерживается, эстетических категорий, на которые он опирается в ходе познания и преобразования явлений физической культуры.

Осуществляя эстетическую деятельность, человек с развитым эстетическим вкусом имея эстетические потребности, стремится создавать эстетические ценности.

Предметом изучения эстетики физической культуры может являться – эстетическое содержание и эстетические ценности; законы сознания, отражающие физическую культуру с эстетической точки зрения; формы эстетической деятельности человека в области физической культуры и спорта.

Эстетическую культуру школьников будут характеризовать ниже перечисленные компоненты.

Прежде всего, это достаточная широта эстетических представлений в связи с различными явлениями окружающей действительности и в связи с занятиями физической культурой и спортом. Эти представления считаются посылом к настоящему восприятию, осмысливанию и освоению многообразных эстетических проявлений. Необходимым условием осознания и относительной устойчивости критериев эстетической оценки является широта эстетических представлений, понятий и суждений.

Человека с высокой эстетической культурой характеризует и довольно высокий эстетический вкус, свидетельствующий о духовном богатстве данной личности. Отлично развитый эстетический вкус функционирует как очень весомое

условие восприятия, освоения и оценки прекрасного и безобразного в окружающих явлениях действительности.

Одним из наиболее главных показателей эстетической культуры личности будет являться эстетика деятельности, выражающаяся во внешнем виде, поведении, поступках и отдельных действиях школьников. Все вышеназванные компоненты эстетической культуры должны развиваться и стремиться к совершенству в процессе эстетической подготовки учащихся.

Остановимся немного конкретнее на восприятии окружающей действительности. Вследствие того как учителю физической культуры во взаимодействии с учащимся сопутствует и обязательный психологический компонент – способность к восприятию.

Восприятие представляет собой отражение предметов и явлений в совокупности их свойств и частей при конкретном воздействии их на органы чувств человека и базируется на живом созерцании. В эстетическом восприятии потребность взять предмет во всей его целостности и неповторимости, во всем обилии и своеобразии его свойств, требует очень дифференцированных впечатлений. Тут особый смысл имеет изысканная чувствительность к цвету, звуку, форме, лишь только она обеспечит богатство видения, постижения степени развития предмета. На базе чувствительных анализаторов основывается способность воспринимать целостные свойства предмета – гармонию и дисгармонию частей и качеств, меру и определенные проявления их (симметрию, соотношения, ритм, гармоничное цветосочетания и обратное им). Без данной возможности невозможно квалифицировать уровень совершенства предмета и сделать эталонные образы совершенства, нужные для оценки воспринятого. Совершенство всегда целостная характеристика предмета, максимальное единство его формы и содержания.

На качестве эстетического восприятия воздействует способность соотносить, сравнивать воспринимаемое с сохраненными памятью образами представления, со знаниями. Как раз это гарантирует опознание человеком предмета уже по отдельным свойствам и создание предметного вида, больше роскошного по содержанию, чем совокупность ощущаемых свойств, и более богатого, чем общее

представление. За счёт личного опыта, «наполнение» предмета новой жизнью через представления и воображение воспринимающего в образе происходит некоторая перестройка содержания предмета. Благодаря этой интерпретации предмета содержание образа в известной мере субъективное. Чем богаче у человека запас эстетических представлений и познаний, чем больше развита способность ассоциирования образов восприятия с ними и с явлениями, ранее оцененными, особенно из иных сфер реальности, что скорее, вернее, чистосердечно человек оценит красоту воспринимаемого.

Еще в глубокой древности люди среди других интересных и ценных свойств действительности выделили красоту. В эстетике существует точка зрения, отождествляющая красоту с цветом, симметрией, пропорцией, гармонией и т. п. Красоту нельзя найти ни без объекта, ни без воспринимающего его субъекта. Принципиальным является умения различать истинные ценности. Настоящая красота – значение предмета по отношению к эстетической потребности, которая выражает ведущие тенденции развития общества.

В соответствии с эстетикой физическую красоту человека необходимо рассматривать с двух сторон – внешней и внутренней.

Внешняя (телесная) организация человека объемлет все то, собственно что охарактеризовывает формы и типы телосложения. Основы ее разрабатывались педагогами всевозможных научных школ и течений. Стремление определить внешние структурные признаки прекрасного в человеке через «форму», «гармонию», тщательная разработка канонов человеческой красоты, основанных на математическом соотношении частей тела, - все это особые подходы к решению проблемы телесной красоты человека. Красота человеческого тела – есть продукт социально-трудовой, а не только естественно-биологический.

Вертикальная походка, а значит, и гордая осанка, открытое солнцу и ветру лицо, устремленный вдаль взор, безупречная по красоте рука, гармоничность и симметрия анатомической структуры – это прежде всего плоды энергичности человека. Особенность этого естественно-творческого способа совершенствования внешней красоты человека в том, собственно что он исключает любую искусственность.

Но в том числе и при совершенной телесной организации человек имеет возможность не владеть важными многофункциональными возможностями для освоения обилия эстетических явлений. Вот почему необходима и внутренняя красота физической организации человека. Она выражается в крепком здоровье, богатстве физических возможностей и рациональности движений.

В эстетическом воспитании школьников физическое воспитание обладает огромным потенциалом. Оно влияет и на форму телосложения и на восприятие окружающей действительности, на эстетический вкус.

*Физическое воспитание* есть целенаправленная, четко организованная и планомерно осуществляемая система физкультурной и спортивной деятельности детей. Она включает подрастающее поколение в разнообразные формы занятий физической культурой, спортом, военно-прикладной деятельностью, гармонично развивает тело ребенка в единстве с его интеллектом, чувствами, волей и нравственностью.

Для достижения гармоничного физического развития необходимо применение самых разнообразных физических упражнений. Такой путь позволяет развивать не только мышечную силу, но ещё и ловкость, выносливость, быстроту и другие физические качества человека, а также красоту его движений. Речь идет о достижении точности, свободы, легкости, согласованности и ритмичности, которые характеризуют координационные способности человека и придают эстетическую осмысленность движениям тела.

Красота телосложения и красота движений неразрывно связаны друг с другом. Формирование прекрасного в физическом отношении человека предполагает достижение им физического совершенства.

Существуют традиционные средства - физические упражнения, входящие в программный материал по физической культуре в общеобразовательной школы. В последнее время разрабатываются и нетрадиционные, инновационные системы и методики физической культуры, способствующие коррекции телосложения, осанку, походку, тем самым влияющие на физическую внешность человека.

Среди них существуют, различные физкультурно-оздоровительные системы, как для юношей, так и для девушек - аэробика и ее разновидности (аква или же

гидроаэробика, степ-аэробика, слайд-аэробика, танцевальная аэробика: фанк, ситиджем, хип-хоп и др.) ритмическая гимнастика, атлетическая гимнастика, силовое троеборье, шейпинг, калланетика, фитнес, джимикс и т.д.

Аэробика - это система упражнений, связанных с проявлением выносливости, направленная на повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательных систем. Слово «аэробика» (от греч. аэро- воздух, биос-жизнь) стало известно всему миру в 1968 году, когда американский физиолог профессор Купер опубликовал книгу «Аэробика», видя физическое несовершенство, частую заболеваемость.

Ритмическая гимнастика - система музыкально-ритмического воспитания, созданная Эмилем Жак-Далькрозом. Метод заключается в развитии чувства ритма — чувства времени, иными словами, развитии координации между нервной и мышечной работой человека, что помогает достичь автоматизма в самых сложных движениях. Первоначальное название — *faire les pas* («делать шаги»), затем ритмическая гимнастика, но, поскольку из-за слова «гимнастика» метод начали путать с обыкновенной спортивной гимнастикой, Далькроз остановился на слове «ритмика».

Шейпинг (от англ. *shaping* - придавать форму, формировать) - это система физических упражнений (преимущественно силовых), направленная на коррекцию фигуры и улучшение функционального состояния организма.

Атлетическая гимнастика - система физических упражнений, направленных на развитие силы, формирование и коррекцию телосложения, позволяет влиять на локальные мышечные группы. Одновременно представляет собой эффективное средство, способствующее укреплению здоровья, на основе корректировки врожденных дефектов тела, профилактики многих недугов.

Калланетика - это программа из 30 упражнений, выполняемых в основном в изометрическом режиме и вызывающих активность глубоко расположенных мышечных групп.

Гидроаэробика (аква-аэробика) - это система физических упражнений в воде, выполняемых под музыку, сочетающая элементы плавания, гимнастики, стретчинга, силовые упражнения.

Бодибилдинг - телостроительство, а точнее искусственное конструирование мышц. Здесь оцениваются внешний вид мышц. В занятиях используются упражнения с отягощениями. Недостатком является употребление протеинов, анаболиков, использование парафина, которые не способствуют укреплению здоровья.

Среди базовых разделов в программном материале по физической культуре виды гимнастики, располагают в этом отношении огромными возможностями. Учебные занятия по спортивной гимнастике в среднеобразовательном учреждении могут являться своего рода регулирующим рычагом. К этому располагают эстетические возможности занятий гимнастикой. Бесконечное многообразие упражнений, избирательное их влияние на строение функции организма, четкая доза физической нагрузки дают возможность подправлять дефекты в физическом развитии занимающихся, помогать улучшению телосложения в согласовании с эстетическими притязаниями. Собранность, стройность и подтянутость – качества, отличающие гимнаста. Четкая регламентация занятий, строгие требования к точности выполнения движений, необходимость соблюдения дисциплины, прилежания, настойчивости создают условия эффективного воздействия на эстетические переживания и запросы школьников. Тесная связь гимнастики со средствами художественного воспитания – музыкой и танцами – расширяют ее эстетические возможности. Однако наличие всего многообразия положительных эстетических сторон в учебных занятиях гимнастикой само по себе еще не гарантирует качественного роста уровня эстетической подготовленности школьников.

Важным проявлением красоты являются движения школьника. Ещё Ф. Бэкон писал: "В деле красоты отдают предпочтение изящным формам перед красивым цветом и красоте движений лица и всего тела – в том числе и перед красотой форм". Этот взгляд, безусловно, справедлив, прежде всего, по отношению к таким видам спорта, как легкая атлетика, плавание и т.п. Применительно к игровым видам спорта он нуждается в конкретной коррекции.

В процессе физического воспитания решаются как общие, так и специальные задачи эстетического воспитания.

Специальные задачи - это воспитание эстетических чувств, вкусов, понятий имеющих непосредственное отношение к физкультурной, спортивной деятельности правильного понимания внешней и внутренней красоты человека исходя из целостности эстетического и этического, нравственного: понимания физического совершенствования как процесса, в основе которого лежит достижение цели гармонического развития личности: понимание красоты спортивного поведения, спортивного зрелища, спортивных традиций и т. д.

Для решения как общих, так и специальных задач эстетического воспитания в процессе занятий физической культурой и спортом педагог должны быть вооружены знаниями, должны глубоко разбираться в законах прекрасного, знать особенности эстетического воспитания и чувства, испытываемого человеком в процессе спортивной деятельности.

К средствам эстетического воспитания в процессе двигательной деятельности относятся:

- разнообразные виды самого физического воспитания, где преподаватель может указать своим учеником на моменты прекрасного;
- праздники, выступления;
- природные и гигиенические условия;
- обстановка на занятиях использования музыки и произведений искусства.

Эстетическое воспитание в процессе физического воспитания характеризуется следующими методами:

- эмоционально – выразительное объяснение физических упражнений, образное слово;
- технически совершенный и эмоционально - выразительный показ упражнения, который вызывает чувство восхищения;
- вдохновляющий пример в действиях и поступках;
- практическое приучение к творческим проявлениям красоты в двигательной деятельности в процессе занятий физических упражнений .

Положительное влияние на приобретение учащимися знаний о формальных и эстетических сторонах красоты занимающихся будет оказывать специально

организованная эстетическая подготовка.

Таким образом, эстетическую подготовку позволительно рассматривать как один из путей совершенствования учебно-воспитательного процесса, а также как неперемное условие разностороннего и гармонического развития ребенка.

### **1.3. Средства эстетического воспитания на уроках физической культуры**

К средствам эстетического воспитания в процессе двигательной деятельности относятся, прежде всего, разнообразные виды самого физического воспитания. В каждом из них преподаватель может указать своим воспитанникам на моменты прекрасного. Средствами эстетического воспитания являются также праздники и выступления, природные и гигиенические условия, а также обстановка занятий, специальные средства художественного воспитания в процессе занятий (использование музыки и произведений искусства) и т.п.

Эстетическое воспитание в процессе физического воспитания характеризуется следующими методами:

- эмоционально-выразительное объяснение физических упражнений, образное слово;
- технически совершенный и эмоционально-выразительный показ упражнения, который мог бы вызвать чувство восхищения прекрасным;
- вдохновляющий пример в действиях и поступках;
- практическое приучение к творческим проявлениям красоты в двигательной деятельности в процессе занятий физическими упражнениями.

Эстетическая направленность в применении средств и методов педагогического воздействия достигается умелым использованием эстетических свойств, объективно присущие явлениям физической культуры, направленным подчёркиванием этих свойств, концентрацией на них внимания воспитываемых.

Так, при использовании типичных для физического воспитания методов наглядного воздействия (натуральной демонстрации разучиваемых физических упражнений и т.д.) важно обеспечить высокую выразительность движений. Причем в эстетическом отношении особенно ценна экспрессия, передающая одухотворенность двигательного действия, чувства его исполнителя. Примером может служить высокая культура движений выдающихся мастеров спорта.

Направленная демонстрация таких примеров (во время посещения состязаний, по киноматериалам, видеозаписям и т.д.) с соответствующим педагогическим комментарием - один из эффективных методов формирования эстетических представлений в процессе физического воспитания.

Эстетическая действенность методов речевого воздействия, применяемых специалистом физического воспитания, в немалой степени зависит от образности красочности, эмоциональной выразительности слова. Монотонные, нудные разъяснения в эстетическом отношении недопустимы. Нередко даже дельное, но длинное и лишённое эмоций объяснение уступает по своему эстетическому эффекту краткому, но точному и эмоционально выразительному суждению, образному сравнению, яркому афоризму. Надо, конечно, чтобы такие речевые средства применялись к месту и в меру. Эстетичность речи не имеет ничего общего с деланной красотой, лишённой живой мысли, трафаретным остроумием и тому подобными словесными украшениям.

Немаловажное влияние на эстетические представления и чувства занимающихся физическими упражнениями оказывают условия среды, в которых проходят занятия. Значение в данном отношении представляют эстетические свойства природной среды, эстетически выдержанные формы физкультурно-спортивных сооружений, их оснащение, художественное оформление, гигиенические условия, а еще отвечающие требованиям прикладной эстетики снаряжение, амуниция, костюм и т.д. Физкультурная деятельность несоизмеримо чаще, чем почти все иные формы жизнедеятельности человека, выводит его на лоно природы, разрешая в абсолютной мере почувствовать ее оздоровительные свойства и искреннюю красоту. Все это предоставляет специалисту физического воспитания благоприятнейшие возможности для использования средовых факторов в целях эстетического воспитания.

В занятиях физическими упражнениями во многих случаях самым естественным образом могут быть использованы такие особые факторы эстетического воспитания, как хореография, музыка, пение. Хореографию можно считать средством как эстетического, так и физического воспитания. Она гармонично вошла в состав синхронного плавания, гимнастики, фигурного катания и

некоторых других видов спорта. Гармоническая связь движений и музыки, являясь источником эстетического удовлетворения, в то же время играет определенную роль в формировании совершенных движений.

Чувство прекрасного во взаимодействии с физическим воспитанием мы можем формировать в результате применения таких средств, как:

1. Средства, непосредственно связанные с самой двигательной деятельностью (основные виды движений ходьба, бег, прыжки, метания; общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; строевые упражнения; упражнения импровизационного характера; плавание, лыжи, туризм, спортивные игры).
2. Специально вводимые средства искусства (музыка, элементы танца, образцы художественного творчества).
3. Общение с природой (походы, экскурсии, учебные занятия в естественных условиях, закаливание).
4. Эстетическая обстановка занятий (эстетическое оформление интерьеров спортивных помещений, применение яркого красочного инвентаря, спортивного оборудования).
5. Спортивные праздники.

Средства эстетического воспитания необходимо рассматривать в тесном единстве со средствами физической культуры, помня о том, что первые должны служить особым фоном на занятиях по физической культуре (музыкальное сопровождение), впрочем это нисколько не снижает значимости и действенности самих эстетических средств.

## Выводы по первой главе

В первой главе рассмотрены психолого-педагогический аспект исследуемой проблемы. Исследование и анализ научных источников показал, собственно, что современной наукой создана теоретическая база, позволяющая раскрыть суть формирования эстетического воспитания.

В результате анализа и исследования научных источников нами выявлено значение формирования эстетического воспитания у школьников, что позволило сделать следующие выводы:

1. Определена терминологическая неопределенность понятия эстетического воспитания, что определило потребность его конкретизации.

2. Эстетическое воспитание - педагогический процесс, направленный на овладение знаниями об эстетических сторонах занятий физической культурой, на развитие и улучшение возможностей верно понимать и расценивать эстетическое в учебно-воспитательном процессе, на формирование потребностей и навыков исполнять свои прямые обязанности «по законам красоты».

3. В возрасте 11-12 лет начинает закладываться чувство эстетики и чувство к прекрасному. Также начинает развиваться мышечная сила, ловкость, выносливость, быстрота и другие физические качества человека, как и красота его движений.

4. Несмотря на особый интерес ученых к проблеме формирования эстетического воспитания школьников 11-12 лет на уроках физической культуры, в науке её методология недостаточно разработана.

## **Глава II. Организация и проведение опытно-экспериментальной работы по эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры**

### **2.1. Диагностика уровня эстетического воспитания у школьников 11-12 лет**

При формировании теоретической базы выпускной квалификационной работы возникла необходимость анализа практического состояния вопроса об уровне эстетического воспитания школьников 11-12 лет. Свое исследование мы построили на базе МБОУ Средняя школа № 86 имени М.Ф. Стригина г. Красноярск.

Экспериментальная группа численностью 12 человек и контрольная группа этой же параллели численностью 12 человек.

Обучение проводилось в форме стандартного занятия физической культурой. Продолжительность занятия составляла 45 минут.

На данном этапе были использованы следующие методы педагогического исследования: тестирование, наблюдение, графические методы анализа полученных результатов. Комплекс данных методов обеспечивал целенаправленное выявление уровней эстетического воспитания учащихся.

Эксперимент проводился в спортивном зале данной школы с 05.11.2019г. по 16.12.2019г.

Уровень эстетической воспитанности учащихся экспериментальной и контрольной групп определялся с помощью анкетирования предоставленного в приложение А. После заполнения анкеты обрабатывались с помощью следующего ключа таблица 4.

В психолого-педагогической литературе предлагается немало программ изучения личности, где в качестве универсальных, интегральных критериев и показателей уровня культуры учащихся различные исследователи рекомендуют рассматривать их отношение к обществу, к людям, к труду (И.С. Марьенко, П.Т. Лихачев, В.А. Яковлев и др.), активность жизненной позиции (Т.Н. Мальковская, Н.Ф. Радионова), направленность личности (Л.И. Божович, З.И. Васильева, А.И.

Кочетов, Т.К. Ахаян, А.В. Зосимовский). Е.Н. Бондаревская, В.И. Пирогов и другие справедливо настаивают на системно-структурном, критериально-уровневом подходе, т.е. на изучении уровня воспитанности личности с учетом ее структурно-образующих элементов и строго дифференцированных критериев их оценки.

Таким образом, критерии - это признаки, на основании которых производится оценка, суждение. В процессе выявления критериев мы учитывали следующие требования:

а) критерии должны отражать основные закономерности формирования личности;

б) с помощью критериев должны устанавливаться связи между всеми компонентами исследуемой системы;

в) качественные показатели должны выступать в единстве с количественными;

г) критерии должны быть раскрыты через ряд качественных признаков (показателей), по мере проявления которых можно судить о большей или меньшей степени выраженности данного критерия;

д) критерии должны отражать динамику измеряемого качества во времени.

Хотя ученые выдвигают в качестве критериев далеко не одно и то же и подчас существенно расходятся в суждениях на этот счет, все они единодушно говорят о необходимости изучения воспитанности личности, измерения ее уровня.

Л.П. Печко дает обобщенную модель эстетической культуры личности учащегося. Эта модель включает следующие компоненты: развитость основных форм эстетического сознания (чувств, вкусов, идеалов, потребностей); общая образованность в сфере культуры, понимание нормативности и уникальности при оценке эстетических объектов; степень освоения адекватных эстетических действий творческого диалогического характера, освоение предметно-эстетической деятельности [41].

Свою модель основных показателей дает М.А. Верб:

- понимание сущности прекрасного, искусства, художественного творчества;
- эмоциональная отзывчивость к эстетическим сторонам жизни, искусству;
- умение адекватно оценивать художественное произведение в единстве содержания и формы;
- умение отличить истинную красоту от мнимой в искусстве поведения, быту;
- наличие разносторонних эстетических интересов и потребностей, в том числе индивидуальных предпочтений;
- развитость тех или других художественных способностей, участие в художественно – творческой деятельности.

Для выявления уровней эстетического воспитания учащихся нами были избраны следующие компоненты:

- *когнитивный компонент* (сформированность знаний в сфере эстетической и физической культуры, творческое отношение к физкультурно-спортивной деятельности, эстетический интерес),

- *двигательный компонент* (оптимальное телосложение, динамичность двигательных действий, отражающая ритмичность, пластичность, амплитудность движений),

- *аксиологический компонент* (сформированность личной эстетической позиции, включенность в процесс эстетического самосовершенствования, состояние эстетического идеала),

- *деятельностный компонент* (сформированность мотивов эстетической деятельности, состояние эстетического вкуса, наличие навыков эстетического поведения, способность к «переносу» эстетического опыта в повседневную практику).

Результатом эстетического воспитания является эстетическая воспитанность. В педагогическом смысле под воспитанностью имеется ввиду комплексное свойство личности, которое характеризуется наличием и степенью сформированности у нее общественно значимых качеств, отражающих ее всестороннее развитие. Показателем эффективности процесса эстетического воспитания можно назвать

эстетическую воспитанность. Понятие эстетической воспитанности помогает сделать работу по эстетическому воспитанию детской личности целенаправленной и определенной.

Уровень эстетической воспитанности мы можем определить по следующим критериям:

1. Какими навыками творческой деятельности обладает человек;
2. Как человек оценивает всевозможные произведения искусства и своё психическое состояние, вызванное ими;
3. Присутствие эстетического идеала;
4. Отношение к собственному внешнему виду;
5. Отношения с окружающими людьми;
6. Сколько и как человек общается с эстетическими предметами искусства. Эти критерии дают возможность человеку полноценно воспринимать прекрасное в жизни и искусстве.

Ориентируясь на данные критерии и компоненты, в ходе проведенного эксперимента были выделены три группы учащихся с различными уровнями эстетического воспитания (низкий, средний и высокий уровень), их описание предоставлено ниже. Охарактеризованные уровни являются типичными и позволяют говорить об определенных тенденциях ее развития. Эти тенденции проявляются в последовательном переходе учащихся от более низкого к более высокому уровню.

**Анкета «Уровень эстетического воспитания».** Вам будет предложен ряд вопросов, каждый из которых имеет три варианта ответа. Ваша задача состоит в том, чтобы из трех предложенных вариантов ответа выбрать один, отражающий твое мнение или являющийся верным по твоему мнению.

Выбранный вариант ответа («а», «в» или «с») регистрируется напротив соответствующего номера вопроса.

1. Необходимо ли эстетическое воспитание на уроках физической культуры:

А) да;

Б) немного;

В)нет.

2.Играет ли эстетическое воспитание важную роль в жизни человека:

А)да;

Б)да, но несильно;

В)нет.

3.Волнует ли вас , как оценивают ваш внешний вид окружающие:

А)да;

Б)не сильно;

В)нет.

4.Как вы думаете, цель физического воспитания направлена на :

А)физическое совершенствование человека;

Б)воспитание физических качеств и способностей в единстве с воспитанием духовных и эстетических качеств;

В)все выше перечисленное.

5.На уроках физической культуры предусматривается эстетическое воспитание:

А)да;

Б)возможно;

В)нет.

6.Нравятся ли вам различные музыкальные произведения:

А)да;

Б)не очень;

В)нет.

7.Умеете ли вы двигаться под музыку (темп, динамика, ритм),нравится ли вам это:

А)да;

Б)не всегда;

В)нет.

8.Хотели ли вы заниматься на уроках физической культуры с музыкальным сопровождением:

А)да;

Б)не очень;

В)нет.

**Обработка результатов.** Для анализа подсчитывается общий результат по таблице 4. Каждому ответу высокий уровень - 3 балла, средний уровень - 2 балла, низкий уровень - 1 балл.

**Таблица 4 – Ключ к анкете «Уровень эстетического воспитания»**

|    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|
| а) | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| б) | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| в) | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 1 |

8 - 13 - *низкий уровень.* Для учащихся данного уровня характерна частичная сформированность эстетических понятий, представлений, умений. Эти школьники не умеют оперировать имеющимися знаниями. У них не развиты эстетические интересы и соответственно эстетические способности и чувства, нет стремления к их развитию, хотя под влиянием определенных стимулов они могут участвовать в эстетической деятельности. Слабо развиты воля, внимание. Могут концентрировать внимание в эстетической деятельности лишь при строгом контроле. Часто не осознают зависимость своих успехов от прилагаемых ими усилий. В учебе требуют постоянного напоминания, инициативу в коллективных делах не проявляют, хотя успехи коллектива их радуют.

14 - 19 - *средний уровень.* У учащихся этой группы имеются частично сформированные эстетические представления, понятия и умения, однако они не прочны. В суждениях оперируют ими неумело, редко используют их в практической деятельности. У них отсутствует заинтересованность в их совершенствовании и применении. Интерес к эстетическим знаниям проявляют ситуативно, избирательно. Эстетические чувства развиты у них недостаточно. Они проявляются в основном на подсознательном уровне, будучи во многом обусловленными настроением на данный момент. У них недостаточно для их возраста сформированы волевые качества, необходимые для эстетической деятельности; слабо развита концентрация внимания. Учащиеся этой группы осознают зависимость своих успехов от

прилагаемых ими усилий, но часто допускают халатность. Они не стремятся к совершенствованию своих способностей, социально значимые мотивы у них не развиты, в мотивационной сфере их эстетической деятельности преобладают узколичностные мотивы.

20 - 24 - *высокий уровень*. Для таких учащихся характерна сформированность эстетических представлений, умений и понятий, развитость интереса к эстетическим знаниям, которыми они умеют оперировать в своих суждениях, в практической эстетической деятельности, стремление реализовать в ней приобретенные эстетические знания. Учащимся с этим уровнем присущи развитые эстетические чувства, они эмоционально воспринимают все прекрасное и негативно относятся к безобразному. Они владеют необходимой способностью к волевому напряжению, умеют управлять своей деятельностью, поддерживать произвольное внимание, добиваться запланированных результатов. Учащиеся осознают зависимость своих успехов от прилагаемых ими усилий, критически подходят к себе, стремятся преодолеть имеющиеся у них недостатки. В мотивационной сфере важное место занимает стремление к прекрасному, другие социально значимые мотивы, проявляется высокий уровень саморегуляции, эстетического отношения к действительности. У этой категории учащихся наблюдается устойчивость всех компонентов сформированности эстетической культуры.

На этапе проведенного эксперимента было изучено состояние эстетического воспитания средних школьников в образовательном среде школы. В ходе проведенного эксперимента в изучаемых классах определялся первоначальный уровень эстетического воспитания учащихся. Предполагалось определить у испытуемых исходный уровень эстетического воспитания с учетом разработанных критериев и с помощью диагностических методик.

Таблица 1

Результаты начального этапа исследования в контрольной группе

| Ф.И                    | Вопросы |   |   |   |   |   |   |   | Результат |
|------------------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
|                        | 1       | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |           |
| 1.Михайлова Ксения     | 3       | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 3 | 2 | 19        |
| 2.Чижков Егор          | 1       | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 15        |
| 3.Макаров Константин   | 2       | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 16        |
| 4.Зыкова Анастасия     | 2       | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 21        |
| 5.Худякова Светлана    | 2       | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 16        |
| 6.Сафронов Максим      | 3       | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 19        |
| 7.Тулина Маргарита     | 2       | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 19        |
| 8.Большакова Мария     | 2       | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 17        |
| 9.Владимирова Юлия     | 1       | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 15        |
| 10.Парфёнов Владислав  | 2       | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 18        |
| 11.Абрамов Глеб        | 2       | 3 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 17        |
| 12.Сорокина Александра | 1       | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 12        |
| Средний балл           |         |   |   |   |   |   |   |   | 17        |

Таблица 2

Результаты начального этапа исследования в экспериментальной группе

| Ф.И                  | Вопросы |   |   |   |   |   |   |   | Результат |
|----------------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
|                      | 1       | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |           |
| 1.Куприятнов Василий | 2       | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 3 | 2 | 15        |
| 2.Константинов Игорь | 1       | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 14        |
| 3.Возжаева Мария     | 2       | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 13        |
| 4.Миронова Яна       | 2       | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 21        |
| 5.Воронин Павел      | 2       | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 19        |
| 6.Щербаков Роман     | 3       | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 15        |
| 7.Калинина Ира       | 2       | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 19        |
| 8.Соловьёва Юлия     | 2       | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 1 | 2 | 15        |
| 9.Гуляев Мирон       | 1       | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 13        |
| 10.Волкова Диана     | 1       | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 16        |
| 11.Петров Матфей     | 3       | 2 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 19        |
| 12.Осипова Оксана    | 2       | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 15        |
| Средний балл         |         |   |   |   |   |   |   |   | 16,2      |

В ходе проведённого этапа опытно - экспериментальной работы в результате анкетирования были получены данные об исходных уровнях эстетического воспитания средних школьников таблицы 1 и 2. Анализ полученных результатов показал, что в экспериментальной и контрольной группах наблюдалось большое сходство данных по основным критериям и показателям сформированности у школьников эстетической культуры, средний балл уровня эстетического воспитания составляет 17 в контрольной и 16,2 в экспериментальной группах. Как показывают данные проведённого этапа экспериментального исследования, общий уровень эстетического воспитания в целом недостаточен. Результаты диагностики начального этапа занесены в итоговую таблицу данных и оформлены в процентных соотношениях, таблица 3.

**Таблица 3**

Сравнительные результаты проведённого этапа исследования в экспериментальной и контрольной группах

| Группы            | Уровень, % |           |          |
|-------------------|------------|-----------|----------|
|                   | низкий     | средний   | высокий  |
| Контрольная       | <b>9</b>   | <b>83</b> | <b>8</b> |
| Экспериментальная | <b>17</b>  | <b>75</b> | <b>8</b> |

Количество школьников с низким уровнем эстетического развития крайне малочисленно и в контрольной группе составило 9%, а в экспериментальной в два раза больше и составило 17% .

Число школьников с уровнем ниже достаточного составило 83% в контрольной группе и 75% в экспериментальной, что составляет две трети от общего числа испытуемых. И высокий уровень эстетического воспитания составил в обеих группах 8% соответственно.

Для мониторинга была составлена следующая диаграмма, где наглядно отражены результаты диагностики (рисунки 1). Данные результаты указывают на преобладание детей в контрольной и экспериментальной группах со средним уровнем эстетического развития.



**Рисунок 1**– Показатели уровней эстетического воспитания школьников контрольной и экспериментальной группы на начало опытно-экспериментальной работы

Результаты, полученные в ходе проведённого эксперимента, говорят о том, что основная масса школьников не задумываются о важности эстетического воспитания. Они не видят прямой связи эстетического и физического воспитания, основываясь тем, что на уроке физической культуры на первом месте развитие физических качеств и способностей, даже не подозревая, что в процессе занятий формируется красивая осанка, осуществляется гармоничное развитие форм телосложения, воспитывается понимание красоты и изящества движений и что физическое совершенство составляет часть эстетического идеала.

У большей трети школьников не вызывает интерес оценка их внешнего вида и не считают важным то, как они выглядят в глазах окружающих.

Кроме того, особого интереса не вызывают у большинства школьников и музыкальные произведения. Лишь немногие ответили, что имеют понятие о чувстве ритма, темпе исполнения и что обладают умением двигаться под музыку.

Таким образом, можем сделать вывод о том, что необходима систематическая, целенаправленная и методичная работа со школьниками по эстетическому воспитанию.

## **2.2 Разработка и апробация комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры**

В ходе эксперимента проводилась апробация разработанного нами комплекса мероприятий, основных идей и положений, педагогических условий. Исследуемый контингент идентичен по половому и возрастному составу. В группы входили школьники возрастом 11-12 лет, смешанные по половому составу: мальчики и девочки. На данном этапе были сформированы две группы учащихся шестых классов. Контрольная группа численностью 12 человек и экспериментальная группа численностью тоже 12 человек этой же параллели.

Целью формирующего этапа экспериментальной работы является апробирование на практике применения различного музыкального сопровождения в занятиях физической культурой для повышения уровня эстетической воспитанности школьников.

В ходе формирующего этапа экспериментальной работы решался ряд важных направлений опытно-экспериментальной деятельности:

- разработка новых позиций, средств и методов эстетического воспитания среднего звена школьников на уроках физкультуры;
- создание новых образцов образовательной практики, объединяющие процессы обучения, эстетического воспитания и развития на уроках по физической культуре с применением музыкального сопровождения.

Для того, чтобы доказать выдвинутую гипотезу в экспериментальной группе на протяжении исследовательской работы были проведены уроки по физической культуре с применением музыкального сопровождения. Далее приведен конспект урока с новой методической разработкой включения музыкального сопровождения. В целях точности эксперимента параллельно проводились аналогичные уроки в контрольной группе, но без музыкального сопровождения.

## ПЛАН-КОНСПЕКТ УРОКА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ №7

Ф.И.О. педагога: Кирдяпкина Кристина Александровна

Класс: 6

Тип урока: Комплексный

Место проведения: Спортивный зал

Дата проведения: 10.12.2019 г.

|   |
|---|
| Тема: Баскетбол.  |
| Цель: разучить подвижную игру «Перехват мяча», закрепить умение выполнять комплекс ОРУ под музыкальное сопровождение.   |
| Задачи: <ol style="list-style-type: none"><li>1. <i>Образовательная:</i> - формировать знания о подвижных играх;</li><li>2. <i>Развивающая:</i> - развитие ловкости, силы, выносливости;</li><li>3. <i>Воспитательная:</i> - воспитание дисциплинированности и трудолюбия; формирование активности, умения самостоятельной работы и работы в группе.</li></ol>  |
| Планируемые результаты: <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>предметные:</i> организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки, направленной на развитие координации движений, и подвижной игры «Перехват мяча»;</li><li>- <i>метапредметные:</i> принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства ее осуществления, определять общие цели и пути их достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих;</li><li>- <i>личностные:</i> принятие и освоение социальной роли школьника; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.</li></ul> |
| Основные понятия: баскетбол, перехват.  |
| Межпредметные связи: <ul style="list-style-type: none"><li>- развивающая функция - развитие системного и творческого мышления учащихся, в формировании их познавательной активности, самостоятельности и интереса к познанию.</li></ul>   |

Инвентарь: секундомер, свисток, набивной мяч, магнитофон, аудиозаписи.

| Дидактическая структура урока | Деятельность учителя  | Деятельность учеников  | Дозировка (время) | Методические рекомендации       |
|-------------------------------|---|--|-------------------|---------------------------------|
| Подготовительная часть        | <p><b>Построение в одну шеренгу, приветствие.</b><br/>«Проводит инструктаж по технике безопасности».</p> <p><b>Строевые команды</b><br/>Направо, налево, кругом, кругом, на месте шагом марш! На месте стой 1-2.<br/>Организует выполнение школьниками различных видов ходьбы и бега:</p> <p><b>Упражнения в ходьбе.</b><br/>-Ходьба на носках, руки вверх<br/>-Ходьба на пятках, руки за голову;<br/>-Ходьба полу-присед, руки на пояс</p> <p><b>Упражнения в беге.</b><br/>-Лёгкий бег, разминаем кисти рук</p> <p>-Бег приставными шагами левым, правым боком, руки согнуты, ладони вперёд перед грудью;</p> <p>- Бег сгибая ноги назад;<br/>- Бег ноги вперёд, руки согнуты в локтях;<br/>- Бег с прыжками на скамейку двумя ногами и соскоком, начиная с права налево.<br/>-Бег с запрыгиванием на скамейку двумя ногами и</p> | <p>Выполняют построение в одну шеренгу, приветствуют учителя.</p> <p>Выполняют строевые команды:<br/>Направо, налево, кругом, кругом, на месте шагом марш!<br/>На месте стой.</p> <p>Выполняют различные виды ходьбы, бега и прыжков:<br/>Ходьба на носках, руки вверх;<br/>-Ходьба на пятках, руки за голову;<br/>-Ходьба полу-присед, руки на пояс;</p> <p>-Лёгкий бег, с разминкой кисти рук;</p> <p>-Бег приставными шагами левым, правым боком;</p> | 10'               | Проверить внешний вид учащихся. |

|  |   |  |  |  |
|--|---|--|--|--|
|  | <p>соскоком ноги врозь.</p> <p>Проводит дыхательную гимнастику.</p> <p>Налево по четыре за направляющим «Марш!» ОРУ на месте:</p> <p>1. ИП – основная стойка (ОС), руки в «замок» перед грудью<br/> 1 – выпрямить руки вперед, кисти от себя<br/> 2 – ИП<br/> 3 – выпрямить руки вверх, кисти вверх<br/> 4 – ИП</p> <p>2. ИП – стойка ноги врозь, руки в стороны<br/> 1-4 круговые движения руками вперед<br/> 5-8 то же назад</p> <p>3. ИП – стойка ноги врозь, руки за головой<br/> 1 – наклон влево, руки вверх<br/> 2 – ИП<br/> 3-4 – то же вправо</p> <p>4. ИП – стойка ноги врозь, руки на поясе<br/> 1-3 – поклоны вперед, руки вниз<br/> 4 – ИП</p> <p>5. ИП – ОС, руки за головой<br/> 1 – присесть, руки вперед<br/> 2 – ИП<br/> 3-4 – то же самое</p> <p>6. ИП – выпад правой, руки на колено<br/> 1-3 – пружинящие покачивания туловищем<br/> 4 – ИП<br/> 5-8 - с выпадом левой</p> <p>7. ИП – ОС, руки к плечам<br/> 1 – прыжок ноги врозь, руки вверх<br/> 2 – ИП<br/> 3-4 – тоже самое</p> | <p>- Бег сгибая ноги назад;<br/> - Бег ноги вперед;</p> <p>- Бег с прыжками на скамейку двумя ногами и соскоком.</p> <p>-Бег с запрыгиванием на скамейку двумя ногами и соскоком ноги врозь.</p> <p>Выполняют дыхательную гимнастику.<br/> Выполняют перестроение в четыре колонны.<br/> Слушают указания учителя</p> <p>Выполняют с учётом корректировки учителя ОРУ.</p> | <p>6-8 раз</p> | <p>Выполняют с максимальной амплитудой</p> <p>Наклон точно в сторону, руки на ширине плеч</p> <p>Ноги не сгибать, согнуться, коснуться руками пола</p> <p>Следить за выполнением приседаний</p> <p>Следить за положением туловища, глубоким выпадом</p> <p>Темп выполнения средний</p> |
|--|---|--|--|--|

|                       |  |  |               |                                     |
|-----------------------|--|--|---------------|-------------------------------------|
| <p>Основная часть</p> | <p>Разучивание подвижной игры « Перехват мяча»</p> <p><u>Подготовка.</u></p> <p>Для проведения игры нужен набивной мяч весом 3-5 кг. В центре площадки обозначаются два круга: один диаметром 8 м и другой (внутри первого) диаметром 3 м. В первом круге размещается игрок нападающей команды. Его задача - ловить мяч, который ему будут бросать другие игроки нападающей команды, находящиеся за вторым кругом. Пространство между границами первого и второго кругов является зоной, в которой действуют игроки защищающейся команды. Они должны перехватывать мяч, посылаемый к центру, и отсылать его обратно игрокам нападающей команды.</p> <p><u>Содержание игры.</u></p> <p>Мяч находится у игроков нападающей команды. По сигналу руководителя игроки начинают перебр</p> |  | <p>25-30'</p> | <p>Учитель показывает перехват.</p> |
|-----------------------|--|--|---------------|-------------------------------------|

|                             |   |   |           |  |
|-----------------------------|---|---|-----------|--|
|                             | <p>асывать его между собой и неожиданно передают игроку, стоящему в центральном круге. Защитники перехватывают мяч и отсылают его обратно нападающей команде. Руководитель считает, сколько раз нападающим удалось передать мяч игроку в центре.</p> <p>Игра продолжается в течение заранее установленного времени, после чего команды меняются ролями. Выигрывает команда, которой удалось больше количество раз передать мяч центральному игроку.</p> |   |           |  |
| <p>Заключительная часть</p> | <p>Выявляет лучших на уроке, хвалит. Выставление оценок. Объявление домашнего задания.</p>  | <p>Отвечают на вопросы учителя. Определяют своё эмоциональное состояние на уроке.</p> | <p>5'</p> |  |

Исходя из особенностей форм организации занятий, цели и задач, направленности, контингента занимающихся, применение музыки имеет

ряд важных особенностей, которые необходимо иметь в виду при её выборе и дальнейшем применении.

В работе опирались на методических рекомендациях и учебно-методическом пособии ученых Сайкиной Е.Г., Смирновой Ю.В., Кадырова Р.М «Музыкальное сопровождение на уроке физической культуры в школе» .

Выбирать музыкальное сопровождение необходимо с учётом её воздействия на организм и психику школьника, но не менее важно учитывать и саму специфику урока физической культурой. Его структура имеет три части - подготовительная, основная и заключительная, каждая из которых решает свои задачи. В зависимости от того, в какой части урока используется музыкальное сопровождение, должен осуществляться соответствующий его подбор.

Для занятий физической культурой следует подбирать музыку лёгкую по форме и содержанию, весёлую и бодрую по характеру, чтобы комплекс её выразительных средств соответствовал содержанию упражнения и помогал его выполнению. Неплохо применять танцевальные и песенные музыкальные произведения.

Как указывает Ю.Г. Коджаспиров, наряду с применением музыки именно в уроке, полезно также кратковременное её звучание до начала и после окончания занятия. Автором была выделена встречающая музыка, музыка вработывания, фаворитная, успокаивающая и провожающая, каждая из них выполняет свои индивидуальные функции, в связи с чем была условно названа функциональной.

До занятий звучит встречающая музыка и решает задачи создания должного настроения на урок, увеличение впечатлений и настроения.

В подготовительной части следует применять музыкальное сопровождение условно названное музыкой вработывания для организации занимающихся, активизирующее внимание и способное настроить организм на ритм тренировочного процесса. Целенаправленно подбираемая преподавателем музыка своими изменчивыми оттенками невольно регулирует степень напряжения и расслабления работающих мышц, характер нарастания или ослабления мышечных усилий, плавность или порывистость выполняемых

двигательных действий. Образующаяся при этом гармония музыки и пластики тела приносит эстетическое удовольствие, повышает интерес и довольство от выполняемой физической работы.

Достаточно важное значение для музыкального управления процессом выполнения упражнений имеет подчёркнутость сильных долей, отчётливость их выражения и строгая ровность темпа. Музыкальные темпы подбираются в зависимости от задаваемого ученикам темпа работы и ритмического рисунка выполняемых движений.

В основной части более разумно подбирать музыкальный материал, прежде всего подходящий по своему темпу и характеру звучания выполняемым упражнениям, то есть лидирующую музыку. Обычно, темп увеличивается в зависимости от режима работы: от 130 -140 акцентов в минуту (аэробный) до 150-160 акцентов в минуту (анаэробный). В основной части занятия музыка должна быть подобрана с точным ритмическим рисунком, с учётом того, что сильные доли представляются у занимающихся с нарастанием мышечного усилия и выдохом, а слабые - с ослаблением мышечного усилия и вдохом.

Содержание и дозировка лидирующей музыки зависят от педагогических задач урока, специфики изучаемого материала и особенностей основной двигательной деятельности учащихся.

Наиболее действенным является фронтальный метод организации занимающихся с применением лидирующей музыки.

Вызываемые музыкой положительные эмоции в сочетании с произвольной регуляцией ритма выполняемой работы снимают утомляемость. Наиболее эффективной для применения функциональной музыки является вторая половина основной части урока, когда идёт закрепление и совершенствование двигательных навыков и внимание занимающихся становится относительно свободным, а основные волевые усилия направлены на преодоление нарастающей усталости и поддержания интенсивности выполняемой работы.

В основной части эффективнее всего применять музыкальную активизацию деятельности учащихся в тех случаях, когда ученикам поручено

выполнить какое-то упражнение или серию последовательных действий несколько минут подряд, в продуманном режиме с определённой интенсивностью. Это относится к одинаковым движениям циклического характера, а также к упражнениям, связанным с развитием двигательных способностей, например в круговой тренировке.

Таким образом, использование лидирующей музыки в основной части урока помогает поддерживать высокий темп работы на уроке, эмоционально возбуждает занимающихся, способствует машинальному становлению наиболее рациональной техники движений.

В заключительной части занятия используются музыкальные произведения, способствующие отдыху, снятию усталости и восстановления сил, то есть, расслабляющая музыка. Она должна способствовать снижению нагрузки, физического и психоэмоционального напряжения и перехода организма человека в относительно спокойное состояние. Темп должен быть от 60 до 90 ударов в минуту, звучание - приглушённое. Не следует заканчивать занятие произведениями, звучащими в нижнем регистре, лучше гармонизовать внутреннее состояние занимающихся, их энергетику, музыкой, звучащей в среднем или верхнем регистрах.

Эта музыка повышает результативность не только проведённого урока, но и следующих за ним уроков по другим предметам, на которые ученики пребывают в хорошем настроении. Под расслабляющую музыку рекомендуется осуществлять дыхательные упражнения, упражнения в расслаблении и др. В основном это поэтические мелодии, характеризующиеся медленным темпом, тихим и умеренным звучанием. Можно применять записи естественных звуков природы: пение птиц, шелест листвы, звуки дождя, шум прибоя и т.д.

Провожаящая музыка может звучать по завершению урока и способствовать ускорению процессов восстановления организма, созданию отвлекающего эмоционального подъёма, переключения внимания на другую деятельность, желанию прийти на следующее занятие.

Выбирая музыкальные произведения, необходимо учитывать характер

выполняемых двигательных действий, при этом можно предложить следующее:

Лучше всего для музыкального сопровождения строевых упражнений подходят марши. Для беговых упражнений - быстрые музыкальные произведения, имеющие размер 2/4 (быстрые галопы, быстрые польки, современные мелодии в быстром темпе и т.д.). Для простых ритмических танцев, музыкальных игр, упражнений на внимание используется ритмичная, легко запоминающаяся, жизнерадостная музыка танцевального характера.

Музыка для общеразвивающих упражнений подбирается в соответствии с их характером. Например, к упражнениям на растягивание - спокойная, плавная, к силовым упражнениям - в среднем темпе, с чёткими акцентами, к махам - резкая, энергичная и т.д.

Если упражнение носит смешанный характер и сочетает резкие и плавные движение, то и музыка подбирается противоположная. Время применения музыки в уроке, её место в частях урока зависит от направленности урока (легкоатлетическая, игровая, гимнастическая ), этапа овладения двигательным действием (ознакомление, разучивание, закрепление, совершенствование), характера двигательных действий.

Следует подчеркнуть, что использовать музыкальное сопровождение в те промежутки урока, которые требуют от занимающихся усиленного внимания бессмысленно. Во время сообщения задач урока, при изучении нового материала, разбора деталей техники двигательного действия, проведения соревнований музыка будет играть роль постороннего раздражителя, снижая активность восприятия необходимой информации и готовности быстрого реагирования на постоянные изменения в режиме поступающих информативных сигналов. В результате возможен травматизм, особенно при проведении спортивных игр и выполнении сложных гимнастических элементов на снарядах.

Вместе с тем, музыкально-подвижные игры, безусловно, можно и нужно проводить под музыку. Их применение в уроке не только может в значительной степени накапливать запас педагогических средств, но и способствовать

решению многих задач физического, музыкально-ритмического и эстетического воспитания.

### **2.3 Анализ опытно-экспериментальной работы по проверке эффективности комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников 11-12 лет на уроках физической культуры**

После окончания формирующего этапа нашего исследования, который предполагал повысить уровень эстетического воспитания, был организован и осуществлен второй проведённый этап исследования, цель которого - выявить уровень сформированности эстетических качеств после реализации формирующего этапа. Была выполнена повторная оценка уровня развитости эстетической направленности учащихся. В работе применены те же методики, что и на первом проведённом этапе. Уровни сформированности эстетических проявлений отслеживались по тем же компонентам.

**Таблица 4**

Результаты итогового проведённого этапа исследования в контрольной группе

| Ф.И                    | Вопросы |   |   |   |   |   |   |   | Результат |
|------------------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
|                        | 1       | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |           |
| 1.Михайлова Ксения     | 3       | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 19        |
| 2.Чижков Егор          | 1       | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 18        |
| 3.Макаров Константин   | 2       | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 17        |
| 4.Зыкова Анастасия     | 2       | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 19        |
| 5.Худякова Светлана    | 2       | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 16        |
| 6.Сафронов Максим      | 3       | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 22        |
| 7.Тулина Маргарита     | 2       | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 19        |
| 8.Большакова Мария     | 2       | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 17        |
| 9.Владимирова Юлия     | 3       | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 17        |
| 10.Парфёнов Владислав  | 2       | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 18        |
| 11.Абрамов Глеб        | 2       | 3 | 3 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 19        |
| 12.Сорокина Александра | 1       | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 13        |
| Средний балл           |         |   |   |   |   |   |   |   | 17,8      |

**Таблица 5**

Результаты итогового проведённого этапа исследования в экспериментальной группе

| Ф.И                  | Вопросы |   |   |   |   |   |   |   | Результат |
|----------------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|-----------|
|                      | 1       | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |           |
| 1.Куприятнов Василий | 2       | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 21        |
| 2.Константинов Игорь | 1       | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 19        |
| 3.Возжаева Мария     | 2       | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 13        |
| 4.Миронова Яна       | 1       | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 19        |
| 5.Воронин Павел      | 3       | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 24        |
| 6.Щербаков Роман     | 3       | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 22        |
| 7.Калинина Ира       | 3       | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 24        |
| 8.Соловьёва Юлия     | 2       | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 23        |
| 9.Гуляев Мирон       | 3       | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 23        |
| 10.Волкова Диана     | 1       | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 19        |
| 11.Петров Матфей     | 3       | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 19        |
| 12.Осипова Оксана    | 2       | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 18        |
| Средний балл         |         |   |   |   |   |   |   |   | 20,3      |

**Таблица 6**

Сравнительные результаты итогового этапа исследования в экспериментальной и контрольной группах

| Группы            | Уровень, % |         |         |
|-------------------|------------|---------|---------|
|                   | низкий     | средний | высокий |
| Контрольная       | 6          | 84      | 10      |
| Экспериментальная | 8          | 45      | 47      |



**Рисунок 2** Показатели уровней эстетического воспитания школьников контрольной и экспериментальной группы на заключительном этапе опытно-экспериментальной работы

В контрольной группе уровень эстетического развития незначительно повысился, на начало эксперимента средний балл составлял 17,0, при итоговом тестировании он вырос до 17,8 баллов, таблица 4. Так как в контрольном классе проводились обычные уроки по физической культуре можно сделать вывод о саморазвитии в плане эстетического воспитания.

В экспериментальной группе на начало эксперимента средний балл составлял 16,2, при итоговом тестировании он составил 20,3 балла, таблица 5, что говорит о том что уровень эстетического воспитания существенно повысился.

На заключительном этапе мы сравнили статистически обработанные подытоженные показатели результатов опытно-экспериментальной работы с начальными данными изучения уровней эстетической культуры учащихся. Стало понятно, что уровень эстетической культуры занимающихся в экспериментальной группе по сравнению с контрольной к концу опытно-экспериментальной работы значительно вырос. Приведенные данные в таблице 7 говорят о положительных результатах.

Если на начало эксперимента в экспериментальной группе преобладали занимающиеся со средним уровнем эстетического воспитания 75%, то в итоге этот знаменатель снизился до 45%, за счет увеличения высокого уровня эстетического воспитания, который составил 47%. Школьники с низким уровнем эстетического воспитания составили 8%. Анализируя полученные данные, можем сделать следующие выводы:

- школьники убедились, что целью физического воспитания является не только развитие физических качеств и способностей, но и эстетическое воспитание;
- у них изменилось отношение к своему внешнему виду, если на начало эксперимента они допускали небрежность и неряшливость в одежде,

то в результате они стали следить за собой, поняли, что хорошо выглядящий человек вызывает эстетическое удовольствие, с ним приятней общаться. Практически все ученики стали приходить форме (на начало эксперимента это не отмечалось), объясняя это тем, что так гораздо «красивее»;

- большая часть школьников записалась, и стала активнее посещать учреждения дополнительного образования: музыкальную школу, кружки детского творчества и танцев;

- школьники увидели, что музыкальные произведения различны и соответственно разнообразные упражнения легче выполнять разную музыку. Она вызывает чувство радости, желание заниматься, и не каким-либо образом, а овладеть чувством ритма, грациозностью, выполнять упражнения не только правильно, но и красиво;

- если до эксперимента вопрос о занятиях с музыкальным сопровождением вызывал у занимающихся чувство растерянности, то по его завершению они вызвали бурные весёлые эмоции.

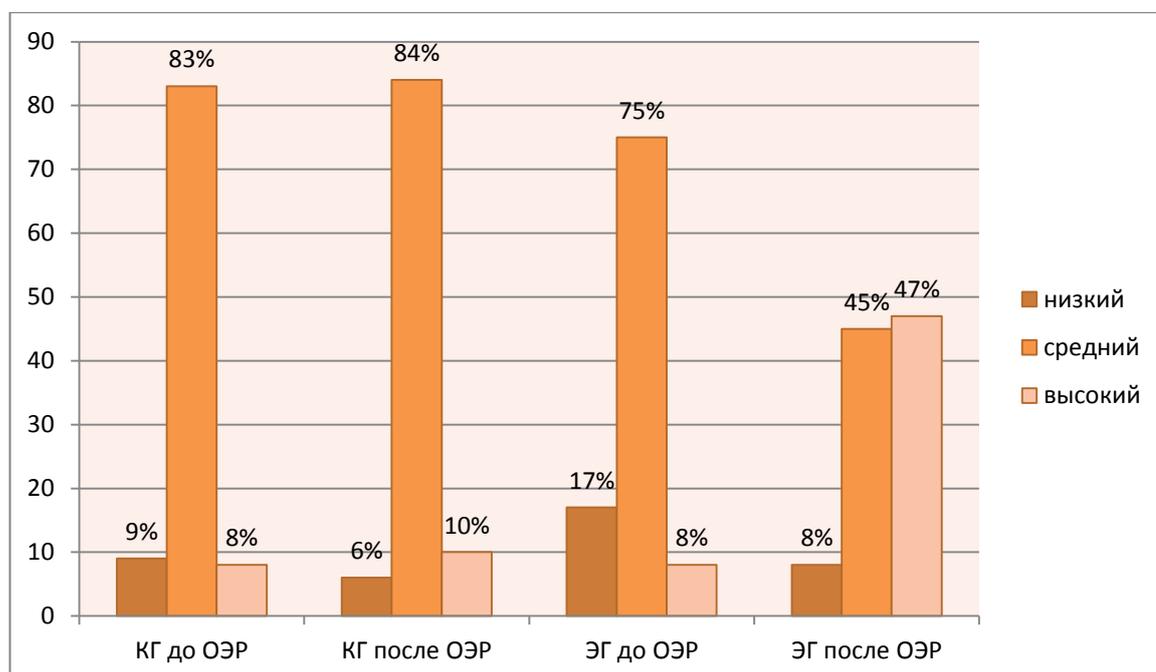
Сравнительный анализ результатов (наглядно это изображено на рисунках 2) позволил нам подтвердить значительно важный факт: наибольшие сдвиги в развитии уровней эстетической воспитания школьников удалось обеспечить в той группе, где научно-методические рекомендации получилось осуществить в наибольшей мере и наиболее последовательно.

Как показала опытно-экспериментальная практика, систематическая работа по формированию эстетической культуры школьников позволяет к концу эксперимента уменьшить число школьников со средним и низким уровнями эстетического воспитания. Для мониторинга была составлена диаграмма, на которой наглядно отражены результаты диагностики на начало и окончание опытно-экспериментальной работы (рисунок 3).

**Таблица 7**

Сравнительные результаты опытно-экспериментальной работы по повышению уровня эстетического воспитания школьников на начало и окончание опытно-экспериментальной работы

| Уровни  | КГ (до ОЭР) | КГ (после ОЭР) | ЭГ (до ОЭР) | ЭГ (после ОЭР) |
|---------|-------------|----------------|-------------|----------------|
| Низкий  | 9%          | 6%             | 17%         | 8%             |
| Средний | 83%         | 84%            | 75%         | 45%            |
| Высокий | 8%          | 10%            | 8%          | 47%            |



**Рисунок 3**– Сравнительный анализ уровней эстетического воспитания школьников на начало и окончание опытно-экспериментальной работы

## **Выводы по второй главе**

Опытно-экспериментальная работа, проведенная для доказательства теоретических положений исследования и гипотезы, отраженных в первой главе, была организована на базе МБОУ Средняя школа № 86 имени М.Ф. Стригина г. Красноярск.

Для решения проблемы увеличения уровня эстетической воспитанности был проведен формирующий эксперимент, целью которого была апробация комплекса мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию у школьников на уроках физической культуры.

Одной из важнейших задач эстетического воспитания школьников является научить их сформировать эстетические чувства и потребности, воспринимать красоту. Достижимые показатели физического совершенства в процессе освоения ценностей физической культуры воплощаются как неотъемлемые грани прекрасного в самом человеке. Особенно большой заряд эстетического воздействия заложен в музыкальном сопровождении уроков физической культуры.

Музыкальное сопровождение на уроке физической культуры способствует повышению работоспособности, развитию координации движений, воспитывает у занимающихся чувство и понимание ритма, такта мелодии, а также и соответствующей им красоты и выразительности движений, музыкального вкуса. Его применение на занятиях способствует преодолению нарастающего утомления и помогает избегать однообразия в проведении занятия, а также может ускорять процессы овладения техникой движения.

В ходе педагогического эксперимента было проведено анкетирование двух групп: контрольной, где уроки проходили по обычной программе, и экспериментальной, в котором применялась методика музыкального сопровождения. Анализ результатов анкетирования в начале и конце педагогического эксперимента доказал наше

предположение о том, использование музыкального сопровождения на уроках физической культуры способствует и повышает уровень эстетической воспитанности школьников.

## Заключение

1) Нами была проанализирована научно-методическая литература по выбранной теме, подробно раскрыты понятия эстетической культуры и эстетической воспитанности. Прежде всего, эстетическое воспитание - педагогический процесс, направленный на овладение знаниями об эстетических сторонах занятий физической культурой, на развитие и улучшение возможностей верно понимать и расценивать эстетическое в учебно-воспитательном процессе, на формирование потребностей и навыков исполнять свои прямые обязанности «по законам красоты». А эстетическая воспитанность - наличие идеала, представление о совершенном, совершенство в искусстве и действительности.

2) В возрасте 11-12 лет начинает закладываться чувство эстетики и чувство к прекрасному. Также начинает развиваться мышечная сила, ловкость, выносливость, быстрота и другие физические качества человека, как и красота его движений.

3) Был выявлен следующий ряд критериев по уровню эстетической воспитанности у детей: 1. Какими навыками творческой деятельности обладает человек; 2. Как человек оценивает всевозможные произведения искусства и своё психическое состояние, вызванное ими; 3. Присутствие эстетического идеала; 4. Отношение к собственному внешнему виду; 5. Отношения с окружающими людьми; 6. Сколько и как человек общается с эстетическими предметами искусства. Эти критерии дают возможность человеку полноценно воспринимать прекрасное в жизни и искусстве.

4) Нами была организована опытно-экспериментальная работа на базе МБОУ Средняя школа № 86 имени М.Ф. Стригина г. Красноярск.

При диагностике сформированности эстетического воспитания школьников 11 – 12 лет средствами музыкального сопровождения нами были определены три уровня её проявления (низкий , средний, высокий ), что позволило в ходе всей опытно-экспериментальной работы проследить

динамику формирования эстетического воспитания школьников 11 – 12 лет средствами музыкального сопровождения.

5) Так, сравнительный анализ начального и конечного уровня проявления эстетического воспитания школьников в экспериментальной и контрольной группах свидетельствует, что количество школьников(на конец эксперимента) с высоким уровнем увеличилось в экспериментальной группе при диагностики анкеты «Уровень эстетического воспитания» на 39%, в контрольной группе на 2%, со средним уровнем уменьшилось на 30%, в контрольной группе увеличилось на 1% , количество школьников с низким уровнем уменьшилось в экспериментальной группе на 9%, а в контрольной группе уменьшилось на 3% .

Сравнительный анализ входящей и итоговой диагностики уровня эстетического воспитания школьников 11 – 12 лет на уроках физической культуры при реализации определенных условий использования музыкального сопровождения, позволили сделать следующие выводы:

- уровень эстетического воспитания не остается неизменным и способен к саморазвитию;
- музыкальное сопровождение на уроках физической культуры способствует повышению уровня эстетического воспитания;

Следовательно, мы можем говорить, что музыка является средством активизации эстетического воспитания школьников среднего школьного возраста.

Таким образом, анализ теоретических источников и практики позволяет сделать вывод о том, что в педагогической науке созданы предпосылки для постановки и разрешения проблемы эстетического воспитания средних школьников.

## **Практические рекомендации**

«Комплекс мероприятий, способствующих эстетическому воспитанию школьников среднего школьного возраста на уроках физической культуры, основанные на проведении уроков с применением специального подобранного музыкального сопровождения, говорят об эффективности и полезности их использования для становления эстетического вкуса и восприятия красоты окружающей действительности, формирования умений и навыков эффективного взаимодействия физического воспитания с эстетическим».

Таким образом, разработанный комплекс мероприятий может быть применён в образовательном процессе школы как учителями по физической культуре, так и студентами-практикантами.

## Список использованных источников

1. Абдуллаева Р.Х. Эстетическое воспитание как одно из основных направлений в воспитании подрастающего поколения // Вестник педагогического университета. 2012.№5. 115 – 117с.
2. Аникина М.Ю., Строгова Н.Е. Проблемы и перспективы развития физической культуры в образовательных организациях России // Здоровьесбережение как инновационный аспект современного образования: сборник материалов Международной научно-практической интернет-конференции (15 апреля 2020г.,г.Санкт-Петербург). Санкт-Петербург, 2020. С. 22-25.
3. Апанасенко О. Эстетическое воспитание. М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2014. 212 с.
4. Асаматдинова Ж. П. Рекомендации по нравственно – эстетическому воспитанию старших подростков с направленностью на формирование ценностей ориентации личности // Педагогические науки. 2013.№3. 18-25с.
5. Бакшева Т. В. Эстетическое воспитание в подготовке квалифицированных кадров в области физической культуры и спорта. Проблемы детской антропологии: Материалы Всероссийской научной конференции. Ставрополь: Кавказский край, 2001. 50-51 с.
6. Бакшеева З.К., Строгова Н.Е. Особенности компетентного подхода в современных системах образования: ключевые компетенции // Вестник Омского государственного педагогического университета. Гуманитарные исследования. 2018.№3(20). 132-135 с.
7. Бойчевская Н.И. Эстетическое воспитание в процессе физического воспитания // Теория физкультуры [Электронный ресурс] : Интернет-журнал Физкультура. URL: <http://www.fizkult-ura.ru/> (дата обращения 25.02.2019)
8. Борев Ю.Б. Эстетика: Учебник / Ю.Б. Борев – М.: Высш.шк.,2015.-511с.

9. Буркавцова О.В. Музыкально – эстетическое воспитание – воспитание человека души [Текст] / Актуальные проблемы музыкознания, музыкальной педагогики: сб. статей. Белгород, 2017. 12с.
10. Верб М.А. Эстетическая культура личности школьника как педагогическая проблема / М.А. Верб:СПб.,1997.134с.
11. Воротилова Н.Н. Эстетическое и физическое воспитание студентов как составляющие единого процесса воспитания [Текст]. Современные направления развития системы физкультурного и технологического образования: сб. статей. Саратов, 2016. 101 с.
12. Галанжина Е. Нравственно-эстетическое воспитание. М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2015. 348 с.
13. Герасимов С. Любить человека: Культура и нравственно-эстетическое воспитание молодежи; Просвещение Москва, 2016. 384 с.
14. Глушак Н. М. Эстетическое воспитание и урок физической культуры // Физическая культура в школе. 1974. №11. С. 6-9
15. Гогунев Е.Н., Мартыанов Б.И. Психология Физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. и сред. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 288с.
16. Гончарова О.В. Теория и методика музыкального воспитания : учебник для студ. учреждений сред.проф. образования / 3-е изд., стер. М.: Издательский центр «Академия», 2014. 256 с.
17. Ермолова Т.Н. Основы взаимосвязи эстетического и физического воспитания в процессе развития личности // [Электронный ресурс] : Физическая культура и спорт : электрон.журнал. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/osnovy-vzaimosvyazi-fizicheskogo-i-esteticheskogo-vozpitaniya-v-protsesse-razvitiya-lichnosti> (дата обращения 08.04.2019)
18. Захарченко Д.Ю., Бакшеева З.К., Строгова Н.Е. Педагогический авторитет учителя и его влияние на школьников // Образование и социализация личности в современном обществе: материалы XI

- Международной научной конференции (5-7 июня 2018 г., г. Красноярск).  
Красноярск, 2018. 350-352 с.
19. Ибраева Г. Эстетическое воспитание – очень значительное воспитание // Наука и новые технологии. 2012. №6. 247 – 248 с.
  20. Кайнова Э.Б. Общая педагогика Физической культуры и спорта: Учебное пособие. - М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2017. 208с.
  21. Калиниченко Е.Н. Особенности музыкального сопровождения на уроках физической культуры с использованием комплексов аэробики в школе // [Электронный ресурс] :Физическая культура и спорт : электрон.журнал. URL: <https://cyberleninka.ru/article/v/osobennosti-muzykalnogo-soprovozhdeniya-na-urokah-fizicheskoy-kultury-s-ispolzovaniem-kompleksov-aerobiki-v-shkole> (дата обращения 06.12.2018)
  22. Каменева В. И. Могучая сила искусства (из опыта работы по идейно- нравственному и эстетическому воспитанию учащихся) [Текст] / Инновационные педагогические технологии: теория и практика реализации в образовательных учреждениях: сб. статей. Ульяновск, 2015. 236 с.
  23. Коджаспирова Г. М. Словарь по педагогике (междисциплинарный). М.: Март, 2005. 448 с.
  24. Коджаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры. - М.: ООО «ДРОФА», 2004. 176с. Серия: «Библиотека учителя».
  25. Кривцун О.А. Эстетика: Учебник. М.: Аспект Пресс, 2000. 434 с.
  26. Кудрявцева, М. Е. Психолого – педагогические основы деятельности учителя по воспитанию эстетического вкуса учащихся [Текст]: автореф. дис. на соиск. учен. степ. канд. пед. наук (13.00.01) / Общая педагогика. Санкт - Петербург, 2000. 220 с.
  27. Куликова Л. В. Основные направления воспитания, воздействия на личность, формируемые качества // Эстетическое воспитание

- [Электронный ресурс]: Коллекция рефератов. URL:<http://revolution.allbest.ru/pedagogics/d00298353.html> (дата обращения 25.01.2019)
28. Лабковская Г. С. Эстетическая культура и эстетическое воспитание: кн. для учителя. М.: Просвещение, 1983. 304 с.
29. Лихачев Б.Т. Теория эстетического воспитания школьников: учеб. пособие по спецкурсу для студ. пед. ин-тов. М.: Просвещение, 1985. 176 с.
30. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний: Учебное пособие. Ставрополь: Изд-во СГУ. 2001. 224с.
31. Малахова Л.В. Музыкальное воспитание детей: метод пособие. Ростов н/д.: Феникс, 2015. 141с.
32. Мамедова И. М. Эстетическое воспитание школьников [Текст] / Молодой ученый. 2014. №2. 790-792 с. [Электронный ресурс] URL: <http://www.moluch.ru/archive/61/9060/> (дата обращения 08.11.2018)
33. Матова Е. Л. Эстетическое воспитание младших школьников на уроках физической культуры [Текст]. Школа молодого ученого: сб. статей. Калининград, 2018. –95 с.
34. Мишина М.М. Модернизация образовательных программ по формированию эстетических ценностей младших школьников [Текст]. Актуальные проблемы педагогики и психологии: сб. статей. Москва, 2018. 29 с.
35. Музыкальное образование в школе: Учеб. пособие для студ. муз. факультета и отд. высш. и сред. пед. учебных заведений / Л.В. Школяр, В.А. Школяр, Е.Д. Критская и др.; Под ред. Л.В. Школяр. М.: Издательский центр «Академия», 2001. 232с.
36. Муромцева О.В. Формирование эстетического сознания личности в школе и вузе / О.В. Муромцева, Н.А. Туралина; НИУ БелГУ // Интеграция образования. 2012. № 2. 51-55 с.
37. Мухтарова В. А. Эстетическое воспитание в процессе физического воспитания школьников // [Электронный ресурс]

- :Физкультура и спорт: электрон.журнал.URL:[http://file.qip.ru/file/78641818/59245919/esteticheskoe\\_vospitanie\\_v\\_protssesse\\_fizicheskogo\\_vospitaniya\\_shkolnikov-91863](http://file.qip.ru/file/78641818/59245919/esteticheskoe_vospitanie_v_protssesse_fizicheskogo_vospitaniya_shkolnikov-91863) (дата обращения 08.11.2018)
38. Найминова Э. Спортивные игры на уроках физкультуры. Книга для учителя. Ростов н/Д: Феникс, 2011 256 с.
39. Неменский Б.М. Мудрость красоты. О проблемах эстетического воспитания. Книга для учителя; М.: Просвещение Москва, 2012. 192 с .
40. Новая иллюстрированная энциклопедия. Кн. 10. Би-Ге. М.: Большая Российская энциклопедия, ООО «ТД «Издательство Мир книги», 2007. 512 с.
41. Орлова А. В. Экспериментальная работа по эстетическому воспитанию в системе высшего образования // Труды братского государственного университета. 2014. №1. 157 – 162 с.
42. Печко Л.П. Культурно-эстетические аспекты школьной образовательной и развивающей среды. Вестник МГУКИ: 2012. № 2 (46) март-апрель. [Электронный ресурс] URL: <http://vestnik.mguki.ru>. (дата обращения 04.03.2019)
43. Семенищева М.Г. Межпредметные связи в учебной и внеучебной деятельности по эстетическому воспитанию младших школьников . Интеграция науки и практики в современных условиях: сб. статей. Астрахань, 2015. – 53 с.
44. Ситник А.П. Основы эстетики и искусствознания в сельской школе. М.: Просвещение, 1982. 49с.
45. Смирнов В.И. Общая педагогика: Учебное пособие. Изд. Второе. перераб. испр и доп. М.: Логос, 2012. 304с.: и л.
46. Смирнова Ю.В., Сайкина Е.Г., Кадыров Р.М. Музыкальное сопровождение на уроке физической культуры в школе: Учебно-методическое пособие. СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2010. 104 с.

47. Стрижак Л.Н. Психология и педагогика: Учебное пособие, 2-е изд., стереот. М.: МГИУ, 2007 335с.
48. Строгова Н.Е. Влияние образовательного пространства университета на формирование профессиональной культуры будущих бакалавров педагогического образования // Мир науки, культуры, образования. - 2018. - № 1 (68).- С. 187-189
49. Тисленкова И. А. Эстетическое воспитание в средней школе. Материалы для занятий и общешкольные мероприятия для учащихся 5-11 классов; Учитель. Москва, 2014. 135 с.
50. Толстых В. И. Эстетическое воспитание: Учебник для средних проф. техн. учеб. заведений В. И. Толстых, Б. А. Эренгросс, К. А. Макаров. М.: Высш. школа, 1979. 288 с., ил.
51. Френкин А. А. Эстетика физической культуры. М.: ФиС, 2003. 151 с.
52. Харламов И.Ф. Педагогика [Электронный ресурс]. URL: [https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy\\_harlamov/1.pdf](https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy_harlamov/1.pdf) (дата обращения 18.04.2019)
53. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2003. 480 с.
54. Чередник О. В. Практический аспект управления эстетическим воспитанием учащихся в общеобразовательном учебном заведении. Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого – педагогические аспекты: сб. статей. Чита, 2015. 360 с.
55. Шайдурова Н.В. Теоретические основы педагогики педагогических кадров к управлению эстетическим воспитанием, осуществляемым средствами этнокультуры // Научный диалог. 2013. №9. 166 – 175 с.
56. Redfern, H. B. Questions in Aesthetic Education. Routledge., 2012. 144 p.
57. Schiller, F. V. On The Aesthetic Education Of Man. Courier Corporation., 2013. 160 p.

**Статья опубликована в сборнике материалов Международной научно-практической конференции «Евразийская педагогическая конференция» (15 ноября 2019 г., Пенза)**

К вопросу о применении музыкального сопровождения на уроке физической культуры

Кирдяпкина К.А., Масанова Г.Д., Кондрашин С.И.

Научный руководитель: Строгова Н.Е.

Аннотация

В статье речь идёт о важности эстетического воспитания у подрастающего поколения. Одним из средств чего может служить музыкальное сопровождение на уроках физической культуры, при помощи которого возможно эстетически воспитывать обучающихся. Здесь речь идёт о способности ребёнка чувствовать ритм, такт при помощи которого возможно повышать эффективность того или иного вида физической деятельности.

Ключевые слова

Эстетика, воспитание, обучающийся, музыкальное сопровождение.

В современном российском социуме происходят значительные изменения общей социокультурной ситуации в целом и её эстетической составляющей в частности: кризис эстетических идеалов, снижение уровня эстетического воспитания молодежи, обострение потребности общества в социально активной личности, способной корректировать свои ценностные идеалы и предпочтения на основе понимания и принятия прекрасного в жизни, искусстве и деятельности. Эстетическое воспитание является одним из ключевых средств формирования активности личности в обществе, в

котором активизируется и социальная позиция, и социально одобряемое поведение личности. Важную роль при этом снова обретает воспитательная деятельность педагога, осуществляемая в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования, где формируются мировоззренческие основы, познавательные интересы, эстетические представления и характер поведения школьников при их вовлечении в различные виды образовательной, научно-исследовательской и общественной деятельности.

Именно поэтому в настоящее время необходимо рассматривать формирование социально активной личности на основе слияния учебных занятий и занятий, связанных с искусством, обеспечивающих творческое созидание и опыт взаимодействия с внешним миром, с окружающими людьми и самим собой. В связи с этим обостряется актуальность осуществления эстетического воспитания школьников, что находит подтверждение в нормативных документах государственного уровня.

В федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования представлен «портрет выпускника основной школы» и определены личностные результаты освоения основной образовательной программы, в которых мы находим эстетическую составляющую:

- активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества (в портрете выпускника основной школы);
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (в личностных результатах освоения основной образовательной программы) [ФГОС ООО].

В Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года отмечается, что «развитие воспитания в системе образования

предполагает развитие форм включения детей в интеллектуально-познавательную, творческую, трудовую, общественно полезную, художественно-эстетическую, физкультурно-спортивную, игровую деятельность, в том числе на основе использования потенциала системы дополнительного образования детей и других организаций сферы физической культуры и спорта, культуры» [Концепция...]

Любой учебный предмет имеет в своей структуре эстетический компонент, который способствует созданию целостного образа мира [Гусленко], и урок физической культуры не является исключением. Справедливо утверждение, что эффективное эстетическое воспитание школьников возможно только путем целенаправленной организации данной

деятельности, но при этом наименее изученным является аспект роли спортивной деятельности и физической культуры обучающихся в их эстетическом воспитании.

Нужно отметить, что в последнее время в физкультурно-спортивной сфере уделяется повышенное внимание эстетике деятельности, эстетике движения. В некоторых видах спорта (фигурном катании, художественной гимнастике, спортивных бальных танцах, спортивной гимнастике) грация, элегантность жестов, красивая осанка, внешний вид участников соревнований оцениваются в баллах, которые иногда играют решающую роль в определении общего результата.

Урок физической культуры – это социальная учебно-воспитательная деятельность, преследующая основную цель сохранить и укрепить здоровье, развить психофизические способности школьника. Именно педагог по физической культуре обязан формировать у подрастающего поколения личностные ориентации и убеждения о здоровье как индивидуальной социальной ценности [Строгова, с. 359], которая определяется духовными

потребностями и общественными идеалами, выступающими как эталон. Но урок направлен не только на достижение данной цели, занятие по физической культуре является многоаспектным процессом, оно также направлено на развитие творческих способностей и мышления, а здесь уже следует говорить об его эстетической составляющей.

Таким образом, взаимосвязь эстетического и физического воспитания использует ценностный потенциал физической культуры и определяет компоненты и содержательные характеристики эстетической культуры личности школьника с целью подбора адекватных ценностей физической культуры для конкретных педагогических воздействий, а также содержания занятий физкультурно-спортивной направленности.

Учитель физической культуры, используя различные средства и методы физического воспитания, способствует формированию эстетической воспитанности школьников. Одним из таких средств является музыкальное сопровождение урока физической культуры.

Необходимо особо подчеркнуть, что музыка является очень сложным, специфичным и многогранным инструментом воздействия на физическое и психическое состояние человека, и может давать как положительный, так и отрицательный эффект.

Ещё с глубокой древности известно позитивное и оздоровительное влияние музыки на человека и выделялись три направления данного влияния: на духовную составляющую, на интеллект, на физическое тело. В настоящее время эти направления не только подтверждены, но и обоснованы современными учёными, которые определили, что музыка обладает несколькими видами воздействия: психо-эстетическим (возникают положительные ассоциации, выстраивается образный ряд), физиологическим (с помощью музыки отлаживаются отдельные функции организма),

вибрационным (звуки активизируют различные биохимические процессы на клеточном уровне) [Смирнова].

Для урока физической культуры учитель специально подбирает музыкальные произведения или их часть (музыкальные отрывки, фрагменты), оптимально подходящие для занятия и способствующие наиболее эффективному решению его основных и частных задач, главными из которых являются следующие:

- содействовать всестороннему и гармоничному развитию обучающихся через искусство;
- способствовать четкой организации школьников в процессе занятий физической культурой;
- содействовать улучшению эмоционального фона на уроке и стабилизации психоэмоционального состояния на этом уроке школьников.

Подбирая музыкальное сопровождение для урока, учитель физической культуры должен придерживаться следующих рекомендаций:

1. Музыкальное сопровождение должно соответствовать возрасту занимающихся физической культурой школьников, уровню развития их двигательных и музыкальных способностей, характеру выполняемых двигательных действий, целям и задачам урока, эстетической целесообразности и общепедагогическим принципам.

2. При решении конкретно поставленных задач физического воспитания нужно учитывать особенности влияния музыкального сопровождения урока на выполнение школьниками двигательных действий, их сопряжённое с физическими упражнениями влияние на организм и эмоционально-психическое состояние обучающихся.

3. Для повышения физической нагрузки на уроке учитель физической культуры может использовать музыкальное сопровождение с четко выраженным ритмом, быстрым темпом, отрывистым характером исполнения, продолжительного звучания, большей громкостью звучания, резким изменением направления мелодии. Для понижения физической нагрузки, соответственно, используется музыкальное сопровождение с менее чётким ритмом, плавным характером исполнения, менее продолжительное, с менее выраженными скачками направления мелодии, меньшей громкостью звучания.

4. Для того, чтобы избежать пресыщения и негативного восприятия школьниками музыкального сопровождения, снижения интереса к занятиям физическими упражнениями, музыкальный материал нужно регулярно «переслушивать» и обновлять.

5. Если необходимо сокращение музыкального произведения, нужно сделать это корректно, с логичным окончанием музыкальной фразы, чтобы не нарушалось эстетическое восприятие произведения.

Таким образом, применение музыкального сопровождения на уроке физической культуры не является спонтанным и хаотичным процессом, а имеет определённую цель, а именно положительное влияние потенциала средств музыкальной выразительности, художественно-эстетических образов и физических характеристик музыкальных произведений на воспитание,

образование, всестороннее развитие и оздоровление организма обучающихся в процессе занятий физической культурой.

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://window.edu.ru/resource/768/72768/files/FGOS\\_OO.pdf](http://window.edu.ru/resource/768/72768/files/FGOS_OO.pdf) (дата обращения 10.11.2019)

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. – URL: <https://rg.ru/2015/06/08/vospitanie-dok.html> (дата обращения 10.11.2019)

Гусленко И.Ю. Составляющие методики эстетического воспитания студентов в вузе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sostavlyayushchie-metodiki-esteticheskogo-vospitaniya-studentov-v-vuze> (дата обращения 10.11.2019)

Строгова Н.Е. Физкультурно-оздоровительная деятельность в формировании здорового образа жизни у студенческой молодежи / Т.В. Усова, Н.Е. Строгова // Физкультурно-оздоровительная деятельность и социализация молодежи в современном обществе: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Красноярск: КГПУ им. В.П. Астафьева, 2017. – С. 355-360.

Кабирова Ольга Ришатовна Эстетическое воспитание студентов технического вуза средствами физической культуры 13.00.08 Магнитогорск, 2007 24 с.

Смирнова Ю.В., Сайкина Е.Г., Кадыров Р.М. Музыкальное сопровождение в физической культуре: учеб.-метод. пособ. СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 2009, 2010. 107 с).

## Приложение Б

**Статья опубликована в сборнике материалов XII Международной научной конференции «Образование и социализация личности в современном обществе» (14-16 апреля 2020г., г. Красноярск)**

Одноворцева Светлана Владимировна,

Odnodvortseva S.V.

Кирдяпкина Кристина Александровна,

Kirdyapkina K.A.

обучающиеся магистратуры

Институт физической культуры, спорта и здоровья им. И.С. Ярыгина  
ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П.Астафьева»

Научный руководитель: Вахрушев Сергей Александрович,

к.п.н., доцент кафедры педагогики,

ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»

Строгова Наталия Евгеньевна,

к.п.н., доцент кафедры педагогики,

ФГБОУ ВО «Красноярский государственный педагогический  
университет им. В.П. Астафьева»

### **МУЗЫКАЛЬНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В 5-8 КЛАССАХ КАК ФАКТОР ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

### **MUSICAL ACCOMPANIMENT AT PHYSICAL CULTURE LESSONS IN GRADES 5-8 AS A HEALTH SAVING FACTOR**

**Аннотация.** В данной статье рассматривается влияние музыкального сопровождения на уроках физической культуры в 5-8 классах, в целях привлечения интереса детей к занятиям физической культурой.

**Ключевые слова:** здоровье, здоровьесбережение, урок физической культуры, обучающиеся, музыкальное сопровождение.

**Annotation.** This article examines the influence of musical accompaniment on physical education lessons in grades 5-8, in order to attract children's interest in physical education.

**Keywords:** Health, health saving, physical culture lesson, students, musical accompaniment.

Одной из основных задач современной образовательной организации является создание здоровьесберегающей образовательной среды для школьника, развитие у него осознанного отношения к собственному здоровью, формирование навыков безопасной, здоровой жизни и поведения. Здоровые растущие дети – это основа здорового будущего поколения и здорового государства, критерий положительного международного имиджа.

Федеральным законом «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 29.12.2015) государство закрепляет приоритет охраны здоровья детей и признает мероприятия по защите детского здоровья, как особенно важным условием психического и физического развития детей (статья 7) [1].

Известно, что Всемирная организация здравоохранения определяет здоровье «как состояние полного физического, духовного, социального благополучия, а не только как отсутствие болезней и физических дефектов».

Многие ученые считают определением здоровья осуществление характерных ему черт в человеке, для того, чтобы открыть резерв организма к возможности сопротивляться негативным влияниям и к самосохранению [3].

Основа полноценной здоровьесберегающей работы в школе содержит основной компонент, который является педагогическим процессом по определению уровня здоровья и физического развития ребенка, а так же медико-психологической деятельностью в школе. Лишь в условии

постоянного и правильно выстроенного процесса воспитания детей будут быстро и качественно развиваться навыки и умения здоровьесбережения и будет улучшаться физическое развитие школьников [2, 5].

Физкультурно-оздоровительная деятельность в школе может проходить с помощью разнообразных занятий специально организованных для формирования основ здоровья. В них могут использоваться личностно-ориентированные и интегрированные способы осуществления физической работы. Для более эффективного привлечения детей – 5-8 классов к занятиям по физкультуре, можно использовать на занятиях музыкальное сопровождение. Музыка – это важное средство на занятии физической культурой, она повышает желание заниматься, с ней физические упражнения становятся интереснее. Музыка не только создаёт радостное настроение, воздействуя на психоэмоциональное состояние занимающегося, но и активизирует движения, способствуя их координации. Доказано, что музыка способна оказывать положительное стимулирующее действие на центральную нервную систему. Есть мнение, что частота сердечных сокращений возрастает при прослушивании ритмичной музыки на 20-30 ударов [4].

При выполнении физических упражнений под музыкальное сопровождение у обучающихся улучшается двигательная реакция, одновременно развиваются музыкальные способности, то есть происходит благотворное влияние не только на физическое развитие, но и на воспитание эстетики, чувства прекрасного, развитие чувства темпа и ритма, слуха у занимающегося. Благодаря занятиям с музыкальным сопровождением происходит содействие гармоничному всестороннему развитию личности [4].

Стиль музыки задаёт характер выполнения школьников. На занятиях физической культурой музыкальное сопровождение должно быть бодрым, чтобы занимающиеся чувствовали интенсивность занятия и вторили ему. В связи с общепринятым делением урока в образовательных организациях на три части можно менять темп музыкального сопровождения в соответствии

со сменой части. Например, в подготовительной части использовать бодрую музыку для подъема эмоционального фона, в основной при выполнении различных заданий более быструю музыку для активации максимальных усилий или высокой скорости, а в заключительной – спокойную для приведения психоэмоционального состояния детей в первоначальное положение.

Обычные уроки физкультуры, в которых необходимо систематически проводить дополнительные занятия по развитию знаний и навыков здоровьесбережения, будут проходить интереснее для учеников 5-8 классов, если в занятие будет включено музыкальное сопровождение. Так, занятие будет приниматься школьниками не как обычный урок, на котором требуется соблюдение определенных строгих правил, а как занятие легкое, непринужденное, на котором играет мотивирующая музыка. Так же, привлекая обучающихся к таким занятиям, будет выполнена задача развития ребенка и его навыков здоровьесбережения, где вероятность того, что после занятия он будет соблюдать основы здоровьесбережения, повышается.

На остальных уроках нет такой возможности в свободной музыкальной форме обучать детей. При этом интеграция вопросов здоровьесбережения в урок физической культуры должна сохраниться, усиливая содержательные связи в сознании обучающихся.

Образование школьников основам рациональных способов деятельности и саморегуляции является главным критерием формирования безопасного и здорового образа жизни. Значит, целью образовательной организации, а именно уроков физической культуры, является сохранение и укрепление здоровья, создание единого здоровьесберегающего пространства, обеспечивающего развитие личности с учетом ее физиологических и интеллектуальных способностей, удовлетворение ее потребностей и возможностей. На основе проанализированной литературы, стоит отметить, что музыкальное сопровождение способствует более положительному

влиянию занятий физической культурой, чем занятие без музыкального сопровождения.

Таким образом, использование на уроке физической культуры музыкального сопровождения общеразвивающих упражнений, эстафет, спортивных занятий и т.д. получится привлечь внимание и интерес школьников 5-8 классов к физическим занятиям. Так на уроке, с интересующимися детьми будет проще проводить занятия по развитию их знаний и навыков здорового образа жизни.

### **Библиографический список:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 21 ноября 2011 №323-ФЗ (ред. от 29.12.2015) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // consultant.ru: информационно-правовой портал «Консультант плюс». URL: <http://www.consultant.ru/document/cons> (дата обращения 15.03.2020).
2. Вахрушев С.А., Вахрушева Л.П., Бабик Я.С. К вопросу о создании познавательных мотивов у детей младшего школьного возраста // Культура. Искусство. Образование: сборник научных и методических трудов. – Красноярск: Красноярский государственный институт искусств, 2016. – С. 218-223.
3. Попова С.Ю., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Липовцев С.П. Значение музыкального сопровождения на занятиях по физической культуре // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 10. – С. 213-214.
4. Комплексная программа «Здоровьесберегающий подход к организации образовательного процесса в школе». План работы в рамках проекта «Школа здоровья» // Завуч начальной школы. – 2017. – №5. – 35 – С. 39.
5. Ярушина Е.Н., Кудрина О.А., Строгова Н.Е. Педагогическое сопровождение процесса формирования здорового образа жизни

обучающихся: структура, критерии, показатели // Образование и социализация личности в современном обществе: материалы XI Международной научной конференции. – Красноярск, 2018. – С. 433-435.