

ОБЩЕЕ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

УДК 37.037.1

DOI: 10.23951/1609-624X-2017-8-78-86

КОРРЕКЦИЯ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ 7-х КЛАССОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СРЕДСТВАМИ ПАРКУРА В РАМКАХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО УРОКА

В. Ю. Пак, С. И. Константинова

Томский государственный педагогический университет, Томск

Рассматривается целесообразность использования средств паркура в рамках третьего урока физической культуры с целью коррекции мотивации учащихся к занятиям физической культурой. Авторами описана экспериментальная методика применения средств паркура и результаты ее внедрения в учебно-воспитательный процесс. Так как тема применения средств паркура в рамках уроков физической культуры является ранее не изученной, результаты исследования имеют теоретическую и практическую значимость для ее дальнейшего развития.

Ключевые слова: *мотив, мотивация, физическая культура, паркур, школа, урок, третий час, школьники.*

Одной из значимых мер по решению проблем в сфере физической культуры в общеобразовательных учреждениях является внесение третьего урока физической культуры в учебное расписание. Это говорит об имеющейся потребности в увеличении объема двигательной активности учащихся, развития их физических качеств и совершенствования физической подготовленности [1].

Авторами исследований, касающихся третьего часа физической культуры, отмечается его положительное влияние, не только на развитие физических качеств [2–4], но и на успеваемость учащихся [5]. Однако простое увеличение объема занятий не является столь эффективным в сравнении с использованием нестандартных средств [2–4, 6]. Это касается не только повышения физической подготовленности учащихся, но и главным образом повышения мотивации и интереса к занятиям физической культурой. Ведь формирование осознанной потребности в ее освоении является одной из фундаментальных задач процесса физического воспитания, без которой сложно представить развитие физических качеств учащихся и поддержание их на должном уровне.

Среди основных способов повышения эффективности уроков физической культуры авторами [2–4, 6–8] отмечаются: 1) использование средств, отличных от основной программы; 2) индивидуализация по уровням физической подготовленности; 3) индивидуализация по результатам диагностики; 4) избирательное воздействие на развитие определенных физических качеств; 5) вариативность тематики занятий. Результаты данных иссле-

дований не только дают апробированные методики для повышения эффективности уроков, но и предваряют поиск и применение ранее не используемых средств, одним из которых может являться паркур, который нашел применение в зарубежной практике [9, 10].

Паркур – так называемое «искусство перемещения» в городской среде, зародившееся во Франции в конце XX в., основателем которого считается Давид Белль. Паркур представляет из себя смесь легкой атлетики, спортивной гимнастики и скалолазания, однако является самостоятельным явлением ввиду условий его применения, накладывающих характерный отпечаток на технику двигательных действий. Основная цель в паркуре – это перемещение из одной точки в другую путем взаимодействия тела с элементами городской среды без использования специальных средств и приспособлений. При этом предполагается преодоление встречающихся на пути препятствий [11].

Зарубежными авторами отмечается, что применение средств паркура позволяет индивидуализировать нагрузку и варьировать сложность выполнения движений с учетом особенностей отдельно взятого ученика, а также вовлекать в процесс категории учащихся, обычно не заинтересованные в занятиях физической культурой [9]. Также указывается, что паркур имеет несоревновательную основу и главным образом направлен на саморазвитие [9, 12]. Кроме того, он является неформальным видом экстремальной двигательной активности, который позволяет проявлять смелость и одновременно самовыражаться, что при грамотно

выстроенном процессе обучения дает возможность реализации этих внутренних потребностей при минимизации возможных рисков.

Применение средств паркура имеет целесообразность в подростковый период, когда происходят значительные изменения в эмоциональной и волевой сфере учащихся: растет смелость, но в то же время снижаются выдержка и дисциплина, появляется избирательность в проявлении настойчивости [13]. Необходимо отметить усиливающуюся дифференциацию интересов, стремление к индивидуализации и рост потребности в коммуникации [14, 15]. Подростки активно проявляют себя во внеурочной деятельности, стремятся к подражанию, создавая собственные идеалы, не всегда имеющие отношение к реальности, и могут сильно увлекаться заинтересовавшими их вещами [16]. Опираясь на указанные особенности подросткового возраста, необходимо предоставлять возможности для выявления и развития индивидуальных интересов учащихся, разумного проявления смелости и развития внутренней мотивации.

Отдельно стоит отметить, что подростки являются целевой аудиторией различных субкультур, которые нередко имеют деструктивный характер [17]. Паркур-движение имеет признаки субкультуры, однако в основе паркур-движения лежат позитивные намерения физического и духовного совершенствования человека, а также принципы, сформулированные основателями и прародителями движения: «нет границ есть только препятствия» (Д. Белль), «быть сильным, чтобы быть полезным» (Ж. Эбер) [11], которые также несут в себе позитивные стремления. Указанное говорит о перспективности использования паркура как современного и неформального вида физической активности для привлечения интереса подростков к занятиям физической культурой, а также предупреждения влияния социальных факторов аддиктивного поведения [18] и возможных правонарушений, вызванных участием в неформальных группах.

Кроме того, применение средств паркура в рамках образовательного процесса в рамках ФГОС основного общего образования может способствовать реализации ряда задач в области:

1) формирования универсальных учебных действий: формирование опыта переноса и применения универсальных учебных действий в жизненных ситуациях для решения задач общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся;

2) воспитания и социализации:

– формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценност-

ных составляющих личности обучающегося и ориентированной на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования;

– осознание обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

– создание установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовность к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;

– формирование знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;

3) достижения личностных результатов освоения образовательной программы:

– формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

– формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

– усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

Цель проведенного исследования заключалась в разработке и выявлении эффективности методики коррекции мотивации учащихся 7-х классов к занятиям физической культурой средствами паркура.

На сегодняшний день методики обучения паркуру только начинают разрабатываться. По этой причине для разработки экспериментальной методики использовался имеющийся опыт тренировок в паркуре, согласованный с принципами теории и методики физического воспитания и спорта [19], методиками обучения преодолению препятствий в военном троеборье [20]. Также при разработке учитывались общие рекомендации по организации полосы препятствий на уроках физической культуры [21] и методики обучения самостраховке [22].

Для выполнения поставленных в работе задач применялись следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, психодиагностические методы, анкетирование, контрольные испытания, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Апробирование разработанной экспериментальной методики коррекции мотивации учащихся 7-х классов к занятиям физической культурой средствами паркура осуществлялось на базе МБОУ СОШ «Эврика-развитие» г. Томска. Для проведе-

ния исследования были выбраны два 7-х класса, разделенные на контрольную (9 девочек и 6 мальчиков) и экспериментальную группы (8 девочек и 9 мальчиков). Продолжительность внедрения экспериментальной методики составила 8 недель, с частотой проведения занятий 1 раз в неделю, продолжительностью 40 минут.

Занятия в ЭГ имели следующий характер: теоретический урок (1), уроки изучения нового материала (2–6), урок совершенствования изученного материала (7), контрольный урок (8). Главным образом занятия включали в себя изучение движений паркура, разделенное на блоки: самостраховка, прыжки, опорные прыжки. Помимо непосредственного изучения движений, в занятия включались блок ОРУ, подвижные игры и эстафеты для закрепления изученного материала в игровой форме (во избежание монотонности, с целью сохранения интереса учащихся).

При изучении движений паркура применялся метод строго регламентированного упражнения: целостно-конструктивный, расчлененно-конструктивный, стандартно-интервального упражнения. Дозировка упражнений была следующая: от 2 до 3 подходов с определенным количеством повторений (до 10 повторений) или минут для выполнения упражнений (до 3 минут). При совершенствовании изученного материала применялся метод строго регламентированного упражнения – стандартно-непрерывного упражнения. С дозировкой в один подход на каждое упражнение с продолжительность выполнения до 3 минут.

Перед началом проведения практических занятий было проведено вводное теоретическое занятие с презентацией для ознакомления учащихся с предстоящим курсом и создания наглядного образа изучаемого материала. Курс занятий завершал контрольный урок, на котором учащиеся применяли изученные движения в соревновательной форме на организованной полосе препятствий. Каждому учащемуся предоставлялось три попытки для ее прохождения. Одна попытка предоставлялась для ознакомления с трассой и две попытки шли в зачет. В завершение контрольного занятия было проведено награждение учащихся с наилучшими результатами прохождения полосы препятствий, отдельно среди мальчиков и девочек, и награждение самого техничного учащегося. Также на контрольном уроке была проведена итоговая рефлексия по пройденному курсу. Занятия в КГ проводились по стандартной программе в объеме трех часов в неделю.

Для оценки изменений в КГ и ЭГ использовались психодиагностические тесты на определение мотивации успеха или боязни неудач, мотивации одобрения; анкеты для выявления учебной мотивации школьника [23], мотивации к занятиям физи-

ческой культурой. Физическая подготовленность оценивалась по результатам в тестах: прыжок в длину с места, подъем туловища за 30 секунд, челночный бег 3×10, подтягивания на высокой перекладине из виса (для мальчиков), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (для девочек).

По результатам проведенного эксперимента было выявлено отсутствие достоверных различий по психодиагностическим тестам между КГ и ЭГ по критерию Манна – Уитни ($P > 0,05$) до и после эксперимента (табл. 1, 2).

Таблица 1
Показатели мотивации успеха или боязни неудач и мотивации одобрения в КГ и ЭГ до эксперимента

	КГ			ЭГ			P
	x	δ	m	x	δ	m	
Мотивация успеха или боязни неудач	10,2	2,3	0,6	11,8	3,9	0,9	>0,05
Мотивация одобрения	x	δ	m	x	δ	m	P
	6,9	3,5	0,5	8,9	3,6	0,9	>0,05

Таблица 2
Показатели мотивации успеха или боязни неудач в КГ и ЭГ после эксперимента

	КГ			ЭГ			P
	x	δ	m	x	δ	m	
Мотивация успеха или боязни неудач	11,5	4	1,1	11,3	3	0,8	>0,05
Мотивация одобрения	x	δ	m	x	δ	m	P
	7,9	4,6	1,2	8,5	3,3	0,8	>0,05

В ЭГ среди мальчиков было отмечено увеличение доли учащихся с высокой мотивацией одобрения, а также сокращение доли учащихся со средними и низкими показателями мотивации одобрения после эксперимента (рис. 2). Зафиксированные изменения могли быть вызваны тем, что по ходу эксперимента больший интерес к занятиям в ЭГ был проявлен мальчиками, вследствие чего могла образоваться более высокая потребность в одобрении их действий со стороны преподавателя, что говорит о повышении потребности в общении. Данный вывод согласуется с результатами повторного анкетирования, которое выявило значительное увеличение значимости мотивов коммуникации в структуре учебной мотивации школьника в ЭГ, а также снижение значимости внешних мотивов (табл. 3–8). Также косвенным подтверждением вышесказанного является небольшое снижение доли учащихся с мотивацией успеха в ЭГ (рис. 1, 2), которое в совокупности с увеличением доли учащихся с высокой мотивацией одобрения (рис. 1, 2) может говорить о росте предпочтения дружеского общения деловому [12].

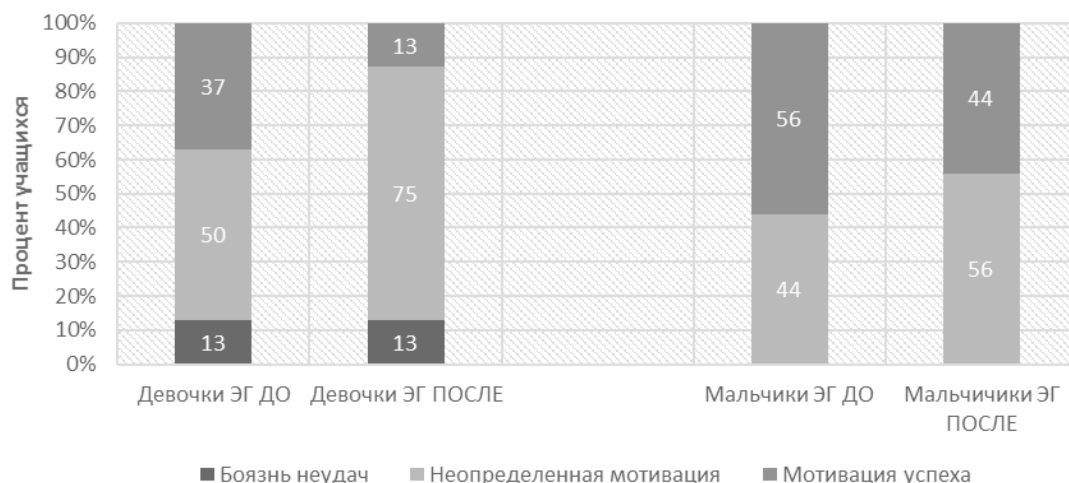


Рис. 1. Диаграмма процентного распределения по тесту мотивации успеха или боязни неудач среди девочек и мальчиков ЭГ до и после эксперимента

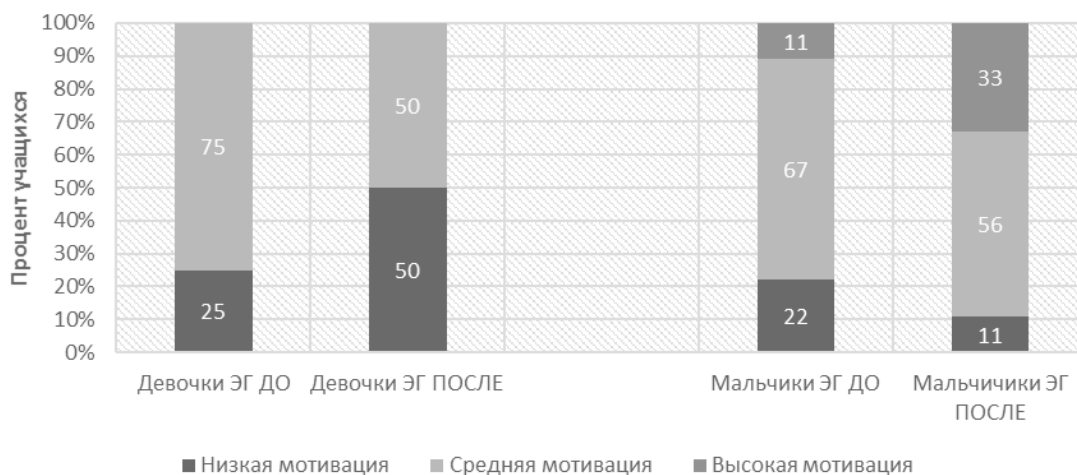


Рис. 2. Диаграмма процентного распределения по тесту мотивации одобрения среди девочек и мальчиков ЭГ до и после эксперимента

По результатам повторного анкетирования структуры учебной мотивации основные значимые факторы в КГ и ЭГ распределились следующим образом.

В КГ мотивационная структура в целом осталась неизменной. Необходимо отметить, что эмоциональные мотивы вышли из тройки ведущих мотивов, а их место занял мотив достижений. В ЭГ произошло значительное изменение мотивационной структуры. Среди основной тройки ведущих мотивов свое место сохранил только мотив саморазвития, второе и третье место заняли мотивы коммуникации и достижений. Поэтому стоит отметить следующие изменения в ЭГ:

– мотивы коммуникации, ранее занимавшие последнее по значимости место, переместились на второе место. Это говорит о повышении заинтересованности учащихся в общении в рамках учебно-воспитательного процесса. В совокупности с увеличением доли учащихся с высокой мотивацией одобрения и уменьшения доли учащихся с мотивацией на успех это может говорить о росте предпочтения учащимися дружеского общения деловому;

– из основной тройки значимых мотивов вышли внешние мотивы, а мотив позиции школьника сместился на последнее место, что говорит об уменьшении влияния внешних установок на мотивацию к учебной деятельности и усилении внутренней мотивации учащихся.

По результатам повторного анкетирования для выявления мотивации к занятиям физической культурой было выявлено следующее. В ЭГ структура значимости мотивов не претерпела изменения. Стоит отметить, что по результатам анкетирования мотивы коммуникации сравнялись в позициях с результатами анкетирования структуры учебной мотивации в ЭГ. В КГ произошло значительное изменение структуры, основную тройку значимых мотивов составили: мотивы здоровья и физического развития; мотивы потребности в движении; практические мотивы. А мотивы коммуникации, в отличие от ЭГ, вышли из ведущей тройки значимых мотивов.

По результатам тестирования физической подготовленности учащихся было выявлено отсутст-

Таблица 3

Распределение значимости факторов мотивационной структуры школьника в КГ и ЭГ до эксперимента

КГ до эксперимента			ЭГ до эксперимента		
Значимость	Мотив	Доля учащихся, %	Значимость	Мотив	Доля учащихся, %
1	Саморазвития	18	1	Саморазвития	16
2	Познавательные	16	2	Достижений	15
3	Эмоциональные	16	3	Внешние	15
4	Достижений	15	4	Позиции школьника	14
5	Внешние	14	5	Познавательные	14
6	Коммуникации	12	6	Эмоциональные	13
7	Позиции школьника	9	7	Коммуникации	13

Таблица 4

Распределение значимости факторов мотивационной структуры школьника в КГ и ЭГ после эксперимента

КГ после эксперимента				ЭГ после эксперимента			
Значимость	Мотив	Доля, %	Смещение значимости	Значимость	Мотив	Доля, %	Смещение значимости
1	Саморазвития	18	–	1	Саморазвития	16	–
2	Познавательные	16	–	2	Коммуникации	15	–
3	Эмоциональные	16	–	3	Достижений	15	–
4	Достижений	15	–	4	Познавательные	14	–
5	Внешние	14	–	5	Внешние	14	–
6	Коммуникации	12	–	6	Эмоциональные	13	–
7	Позиции школьника	9	–	7	Позиции школьника	13	–

Таблица 5

Распределение значимости факторов мотивации к занятиям физической культурой в КГ и ЭГ до эксперимента

КГ до эксперимента			ЭГ до эксперимента		
Значимость	Мотив	Доля учащихся, %	Значимость	Мотив	Доля учащихся, %
1	Потребности в движении	14	1	Здоровья и физического развития	16
2	Здоровья и физического развития	16	2	Коммуникации	15
3	Коммуникации	15	3	Потребности в движении	15
4	Практические	15	4	Саморазвития	15
5	Саморазвития	14	5	Практические	15
6	Признания и достижений	14	6	Признания и достижений	13
7	Внешние	12	7	Внешние	11

Таблица 6

Распределение значимости факторов мотивации к занятиям физической культурой в КГ и ЭГ после эксперимента

КГ после эксперимента				ЭГ после эксперимента			
Значимость	Мотив	Доля, %	Смещение	Значимость	Мотив	Доля, %	Смещение
1	Здоровья и физического развития	16	–	1	Здоровья и физического развития	16	–
2	Потребности в движении	16	–	2	Коммуникации	16	–
3	Практические	15	–	3	Потребности в движении	15	–
4	Коммуникации	14	–	4	Саморазвития	14	–
5	Признания и достижений	14	–	5	Практические	14	–
6	Саморазвития	13	–	6	Признания и достижений	14	–
7	Внешние	12	–	7	Внешние	11	–

вие достоверных различий между КГ и ЭГ по критерию Манна–Уитни ($P > 0,05$) до и после эксперимента. Для более детального изучения возможных изменений было проведено внутригрупповое сравнение результатов физической подготовленности в КГ и ЭГ с использованием критерия Вилкоксона.

В результате чего были отмечены достоверные ($P < 0,05$) положительные изменения показателей физической подготовленности среди мальчиков КГ и ЭГ. У мальчиков ЭГ улучшились показатели в упражнениях: подъем туловища за 30 секунд, челночный бег 3×10 . Мальчики КГ показали улучше-

Таблица 7

Показатели физической подготовленности учащихся КГ до и после эксперимента

Испытания, единицы измерения	До эксперимента			После эксперимента			Р
	х	δ	м	х	δ	м	
Девочки КГ							
Прыжок в длину, см	168	20,2	7,16	164	21,5	7,64	>0,05
Сгибание-разгибание туловища, раз	27	3,03	1,07	26	4,4	1,55	>0,05
Челночный бег 3×10, с	8,64	0,5	0,18	8,55	0,5	0,18	>0,05
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, раз	10	8,4	2,9	10	7,7	2,7	>0,05
Мальчики КГ							
Прыжок в длину, см	184	12,6	5,7	193	14,2	6,4	>0,05
Сгибание-разгибание туловища, раз	29	3,5	1,6	30	2,8	1,2	>0,05
Челночный бег 3×10, с	8,29	0,43	0,19	7,95	0,18	0,08	<0,05
Подтягивания на высокой перекладине, раз	6	5,1	2,3	5	5,1	2,3	>0,05

Таблица 8

Показатели физической подготовленности учащихся ЭГ до и после эксперимента

Испытания, единицы измерения	До эксперимента			После эксперимента			Р
	х	δ	м	х	δ	м	
Девочки ЭГ							
Прыжок в длину, см	154	21,7	8,2	157	17,9	6,77	>0,05
Сгибание-разгибание туловища, раз	24	4,6	1,7	25	4,56	1,7	>0,05
Челночный бег 3×10, с	9,65	2,2	0,82	9,09	1,3	0,48	>0,05
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, раз	6	8,7	3,3	6	7,7	2,9	>0,05
Мальчики ЭГ							
Прыжок в длину, см	188	26,6	9,4	193	27,2	9,7	>0,05
Сгибание-разгибание туловища, раз	25	4,7	1,7	29	3,7	1,3	<0,05
Челночный бег 3×10, с	8,36	0,55	0,19	8,1	0,54	0,19	<0,05
Подтягивания на высокой перекладине, раз	4	3,4	1,2	4	3,7	1,3	>0,05

ние результатов в упражнении челночный бег 3×10. Среди девочек КГ и ЭГ достоверных различий при внутригрупповом сравнении ни по одному из упражнений выявлено не было ($P > 0,05$).

Даже с учетом небольшой продолжительности эксперимента и малой выборке учащихся экспериментальная методика показала более эффективное влияние на развитие мотивов коммуникации и увеличение потребности в общении в рамках учебно-воспитательного процесса среди учащихся, а также оказала положительное влияние на повышение физической подготовленности при внутригрупповом сравнении показателей. Отдельно стоит отметить, что экспериментальная методика в большей степени оказала положительное влияние на мальчиков. Таким образом, нетрадиционная форма проведения урока с использо-

ванием элементов паркура способствует изменению порядка мотивационных факторов и физической подготовленности учащихся.

С учетом возрастных особенностей подросткового периода и подверженности влиянию субкультурных течений применение средств паркура как неформальной формы физической активности может быть использовано с целью повышения интереса учащихся к занятиям физической культурой, реализации потребности в коммуникации, а также способствовать достижению ряда задач в рамках ФГОС основного общего образования.

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости дальнейшего развития третьего часа физической культуры, а также поиска новых, современных средств с целью повышения его эффективности.

Список литературы

1. Письмо Минобрнауки РФ «О введении третьего часа физической культуры» (вместе с «Методическими рекомендациями о введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся общеобразовательных учреждений Российской Федерации») от 08.10.2010 № ИК-1494/19.
2. Черкасов И. Ф. Методика развития физических качеств юношей старших классов на дополнительном уроке по физической культуре: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Екатеринбург, 2005. 24 с.

3. Черепов Е. А. Повышение эффективности третьего урока физической культуры на основе внедрения модульной учебной программы спортивной направленности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2014. № 6. С. 6–8.
4. Головина Л. Л. Третий урок физической культуры в общеобразовательной школе // Физическая культура, науч.-метод. журн. 2006. № 3. С. 55–58.
5. Ревенко Е. М. Влияние дополнительной физической нагрузки (третьего урока физической культуры) на успеваемость шестиклассников // Теория и практика физической культуры. 2013. № 5. С. 23–28.
6. Поляничко М. В. Содержание и направленность дополнительного урока физической культуры в общеобразовательной средней школе (на примере г. Уральска): автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2007. 25 с.
7. Конников В. И. Формирование положительно-активного отношения к физической культуре учащихся 5–9-х классов общеобразовательной школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2005. 24 с.
8. Перминова Н. И. Организация и проведение внеурочных форм занятий физической культурой в школе на основе диагностики: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Тюмень, 2009. 23 с.
9. Grabowski D., Thomsen S. D. Parkour as Health Promotion in Schools: A Qualitative Study Focusing on Aspects of Participation // International Journal of Education. 2014. Vol. 6, No. 4. Pp. 37–43.
10. Larsen S. H. Parkour. Institutionalising af en ny bevægelseskultur i Danmark. Odense, 2015. 391 p.
11. История паркура и Tracers // Официальный сайт команды Tracers. URL: <http://tracers.ru/2007/12/istoriya-parkura-i-tracers/> (дата обращения: 15.10.2016).
12. Matthews B. Motivation in Parkour: A self-determination theory approach // New Zealand Parkour Association. URL: <http://nzparkour.co.nz/wp-content/uploads/2014/07/Motivation-in-Parkour-A-Self-Determination-Theory-Approach.pdf>. (дата обращения: 01.12.2015).
13. Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И. Психология физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2000. 288 с.
14. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2002. 512 с.
15. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М.: Академия, 1999. 456 с.
16. Касаткина Н. Э., Брыксина Е. С. Возрастные особенности подростков и методы организации образовательного процесса // Вестник Кемеровского гос. ун-та. 2014. № 3. С. 75–78.
17. Гогунева М. М. Специфика негативного влияния субкультуры на развитие личности подростка // Вестник Томского гос. пед. ун-та (TSPU Bulletin). 2010. № 5. С. 153–159.
18. Фролов В. А. Причины химической и нехимической аддикции среди подростков // Научные проблемы гуманитарных исследований. 2008. № 12. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-himicheskoy-i-nehimicheskoy-addiksii-sredi-podrostkov> (дата обращения: 15.03.2017).
19. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2001. 480 с.
20. Лодяев Н. Ф. Военное троеборье. М.: Воениздат, 1978. 192 с.
21. Новикова Т. С., Попова Л. М. Полоса препятствий как эффективное средство комплексной физической подготовки школьников младшего и среднего звена // Модернизация системы профессионального образования на основе регулируемого эволюционирования: материалы XII Междунар. науч.-практ. конф.: в 2 ч. Челябинск, 2013. Ч. 2. 323 с.
22. Харлампиев А. А. Борьба самбо. М.: Физкультура и спорт, 1964. С. 32–47.
23. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во ин-та психотерапии, 2002. 337 с.

Пак Виктор Юрьевич, студент, Томский государственный педагогический университет (ул. Киевская, 60, Томск, Россия, 634061). E-mail: withcore70@gmail.com

Константинова Светлана Ивановна, кандидат психологических наук, доцент, Томский государственный педагогический университет (ул. Киевская, 60, Томск, Россия, 634061). E-mail: ksis2011@mail.ru

Материал поступил в редакцию 07.12.2016.

DOI: 10.23951/1609-624X-2017-8-78-86

CORRECTION OF THE SEVENTH-GRADERS' MOTIVATION TO PHYSICAL EDUCATION BY MEANS OF PARKOUR WITHIN THE THIRD ADDITIONAL LESSON

V. Y. Pak, S. I. Konstantinova

Tomsk State Pedagogical University, Tomsk, Russian Federation

The article deals with effectiveness of using non-traditional means within the third hour of physical education in schools, actualizes the need of searching and using new means previously not used, especially the means of parkour

with the aim of correction of motivation of schoolchildren to physical education, especially in teenage period. In this period, there are significant changes in the emotional and volitional sphere of schoolchildren. Parkour allows them to be bold and at the same time to express themselves. A well-organized learning process allows to implement these internal requirements while minimizing possible risks. The authors described experimental method of application of means of parkour, and the results of its implementation in the educational process. Presented and described changes in motivation indices, indicators of physical fitness, as well as changes in the motivational structure of the schoolchildren who participated in the experiment. Based on the results of the study were made the conclusions about the advisability of continuing the use of means of parkour at the lessons of physical education. Since the theme of the use of parkour means during the lessons of physical training has not been studied yet in the Russian Federation, the findings are of theoretical and practical significance for its further development and use.

Key words: *motive, motivation, physical education, parkour, school, third hour, schoolchildren.*

References

1. Pis'mo Minobrazovaniya RF «O vvedenii tret'ego chasa fizicheskoy kul'tury» (vmeste s «Metodicheskimi rekomendatsiyami o vvedenii tret'ego chasa fizicheskoy kul'tury v nedel'nyy ob'em uchebnoy nagruzki obuchayushchikhsya obshcheobrazovatel'nykh uchrezhdeniy Rossiyskoy Federatsii) ot 08.10.2010 № IK-1494/19 [Letter from the Ministry of Education of the Russian Federation "About the introduction of the third hour of physical education» (Together with the «Methodological recommendations on the introduction of the third hour of physical culture in the weekly volume of the academic workload of students of general educational institutions of the Russian Federation») from 08.10.2010 № IK-1494/19] (in Russian).
2. Cherkasov I. F. *Metodika razvitiya fizicheskikh kachestv yunoshey starshikh klassov na dopolnitel'nom uroke po fizicheskoy kul'ture. Avtoref. dis. kand. ped. nauk* [Methods of development of physical qualities of young men on the additional lesson of physical education in high school. Abstract of thesis cand. of ped. sci.]. Ekaterinburg, 2005. 24 p. (in Russian).
3. Cherepov E. A. *Povysheniye effektivnosti tret'ego uroka fizicheskoy kul'tury na osnove vnedreniya modul'noy uchebnoy programmy sportivnoy napravlenosti* [Improving the efficiency of the third lesson of physical education through the introduction of a modular curriculum sports orientation]. *Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka – Physical education: education, training*, 2014, no. 6, pp. 6–8 (in Russian).
4. Golovina L. L. *Tretiy urok fizicheskoy kul'tury v obshcheobrazovatel'noy shkole* [Third lesson of physical culture in comprehensive school]. *Fizicheskaya kul'tura, nauchno-metodicheskiy zhurnal – Physical culture, scientific and methodical journal*, 2006, vol. 3, pp. 55–58 (in Russian).
5. Revenko E. M. *Vliyaniye dopolnitel'noy fizicheskoy nagruzki (tret'ego uroka fizicheskoy kul'tury) na uspevaemost' shestiklassnikov* [Impact of additional physical activity (the third lesson of physical culture) on the performance of sixth grade schoolkids]. *Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury – Theory and Practice of Physical Culture*, 2013, no. 5, pp. 23–28 (in Russian).
6. Polyanchko M. V. *Soderzhaniye i napravlenost' dopolnitel'nogo uroka fizicheskoy kul'tury v obshcheobrazovatel'noy sredney shkole (na primere g. Ural'ska). Avtoref. dis. kand. ped. nauk* [The content and focus of an additional lesson of physical education in secondary school (by the example of Uralsk). Abstract of thesis of cand. ped. sci.]. Saint Petersburg, 2007. 25 p. (in Russian).
7. Konnikov V. I. *Formirovaniye polozhitel'no-aktivnogo otnosheniya k fizicheskoy kul'ture uchashchikhsya 5–9-h klassov obshcheobrazovatel'noy shkoly. Avtoref. dis. kand. ped. nauk* [Formation of positive-active relation to physical education of schoolkids of 5-9 classes of a comprehensive school. Abstract of thesis cand. of ped. sci.]. Moscow, 2005. 24 p. (in Russian).
8. Perminov N. I. *Organizatsiya i provedeniye vneurochnykh form zanyatiy fizicheskoy kul'turoy v shkole na osnove diagnostiki. Avtoref. dis. kand. ped. nauk* [Organizing and conducting extracurricular form of physical education at school on the basis of the diagnosis. Abstract of thesis cand. of ped. sci.]. Tyumen, 2009. 23 p. (in Russian).
9. Grabowski D., Thomsen S.D., *Parkour as Health Promotion in Schools: A Qualitative Study Focusing on Aspects of Participation. International Journal of Education*, 2014, vol. 6, no. 4, pp. 37–43.
10. Larsen S. H. *Parkour. Institutionaliserings af en ny bevægelseskultur i Danmark*, Ph.d. afhandling. Odense, 2015. 391 s.
11. *Istoriya parkura i Tracers. Ofitsial'nyy sayt komandy Tracers* (in Russian). URL: <http://tracers.ru/2007/12/istoriya-parkura-i-tracers/> (accessed: 15.10.2016).
12. Matthews B. *Motivation in Parkour: A self-determination theory approach – New Zealand Parkour Association*. URL: <http://nzparkour.co.nz/wp-content/uploads/2014/07/Motivation-in-Parkour-A-Self-Determination-Theory-Approach.pdf> (accessed: 01.12.2015).
13. Gogunov E. N., Mart'yanov B. I. *Psikhologiya fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Psychology of Sport and Physical Education]. Moscow, Akademiya Publ., 2000. 288 p. (in Russian).
14. Il'in E. P. *Motivatsiya i motivy* [Motivation and motives]. Saint Petersburg, Piter Publ., 2002. 512 p. (in Russian).
15. Mukhina V. S. *Vozrastnaya psikhologiya: fenomenologiya razvitiya, detstvo, otrochestvo* [Psychology: phenomenology development, childhood, adolescence]. Moscow, Akademiya Publ., 1999. 456 p. (in Russian).
16. Kasatkina N. E., Bryksina E. S. *Vozrastnye osobennosti podrostkov i metody organizatsii obrazovatel'nogo protsessa* [Age features of adolescents and methods of organizing the educational process]. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta – Bulletin of Kemerovo State University*, 2014, no. 3, pp. 75–78 (in Russian).
17. Gogueva M. M. *Spetsifika negativnogo vliyaniya subkul'tury na razvitiye lichnosti podrostka* [The specific negative impact on the subculture on adolescent personality development]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta – TSPU Bulletin*, 2010, no. 5, pp. 153–159 (in Russian).

18. Frolov V. A. *Prichiny khimicheskoy i nekhimicheskoy addiktsii sredi podrostkov* [Causes of chemical and non-chemical addiction among adolescents]. URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-himicheskoy-i-nehimicheskoy-addiktsii-sredi-podrostkov> (accessed: 15.03.2017).
19. Kholodov Zh. K., Kuznetsov V. S. *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Theory and methods of physical education and sport]. Moscow, Akademiya Publ., 2001. 480 p. (in Russian).
20. Lodyaev N. F. *Voennoye troebor'e* [Military triathlon]. Moscow, Voenizdat Publ., 1978. 192 p. (in Russian).
21. Novikova T. S., Popova L. M. *Polosa prepyatstviy kak effektivnoye sredstvo kompleksnoy fizicheskoy podgotovki shkol'nikov mladshego i srednego zvena* [Obstacle course as an effective means of complex physical preparation of schoolchildren of middle classes and high school]. *Modernizatsiya sistemy professional'nogo obrazovaniya v osnove reguliruemogo evolyutsionirovaniya: materialy XII Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii: v 2 chastyakh, chast' 2* [Modernization of the vocational education system, based on the controlled evolution: materials of the XII International Research and Practice Conference: in 2 parts. Part 2]. Chelyabinsk, 2013. 323 p. (in Russian).
22. Kharlampiev A. A. *Bor'ba sambo* [Sambo wrestling]. Moscow, Fizkul'tura i sport Publ., 1964. pp. 32–47 (in Russian).
23. Fetiskin N. P., Kozlov V. V., Manuylov G. M. *Sotsial'no-psikhologicheskaya diagnostika razvitiya lichnosti i malyykh grupp* [Socio-psychological diagnosis of personality and small groups development]. Moscow, Izdatel'stvo instituta psikhoterapii Publ., 2002. 337 p. (in Russian).

Pak V. Yu., Tomsk State Pedagogical University (ul. Kievskaya, 60, Tomsk, Russian Federation, 634061).
E-mail: withcore70@gmail.com

Konstantinova S. I., Tomsk State Pedagogical University (ul. Kievskaya, 60, Tomsk, Russian Federation, 634061).
E-mail: ksis2011@mail.ru