

Всегда трудно начинать, но любой труд и старания будут вознаграждены вдвое впоследствии совершенных вами действий. В школах необходимо вводить лекционно-теоретические занятия по физической самомотивации в плане получения информации о сбалансированном питании, подбору комплекса индивидуальных занятий по состоянию здоровья каждого ребенка и консультативно-воспитательные беседы. Ведь всё в нашей жизни начинается с малого - с юных лет. И чтобы изменить мир, нужно начать именно с себя!

Литература

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. - М., 1987. 243 с.
2. Выдрин В.М. Культура физическая и здоровье. 2004. № 2. С. 18-21.
3. Ковалев Л.Н. Спорт в семейном воспитании детей.- М., 1999.
4. Реймерс Н.Ф. Спорт в современной семье. - Дрофа, 2004.

Криворучко Н. В.

Харьковская гуманитарно-педагогическая академия
Харьков, Украина

ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. Рассмотрены вопросы оптимизации процесса физического воспитания учащейся молодежи посредством введения инновационных видов учебной деятельности, различных средств и методов в содержание занятий по физическому воспитанию школьников и студентов.

Ключевые слова: школьники, студенты, оптимизация, физическое воспитание.

Kryvoruchko N.V.

Kharkiv humanitarian-pedagogical academy
Kharkiv, Ukraine

INNOVATIVE APPROACHES TO ORGANIZATION OF PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS

Annotation. The issues of optimization the process of physical education of students through the introduction of innovative types of learning activities, different tools and methods in the content of the lessons physical education of pupils and students are considered.

Keywords: school-children, students, optimization, physical education.

Личность студента, как будущего специалиста, - главный ценностный ориентир в деятельности вуза. В национальной доктрине развития образования Украины в XXI веке отмечается, что главной целью украинской системы образования является создание условий для развития и самореа-

лизации каждой личности, а одним из приоритетов государственной политики является личностная ориентация образования [10; 91-93].

Исследования, направленные на мониторинг состояния здоровья студентов, свидетельствуют не только о значительных отклонениях, но и показывают динамику снижения уровня здоровья за период обучения в высших учебных заведениях. Основными факторами негативного влияния на состояние здоровья студентов является низкая мотивация к занятиям физической культурой и спортом, отсутствие специальных знаний о средствах поддержания и контроля физической подготовленности, здорового образа жизни [8; 104-107].

Тенденция ухудшения здоровья учащейся молодежи, требует поиска новых интересных форм совершенствования системы физического воспитания.

Формирование стойкого интереса и потребности к занятиям физическими упражнениями - это сложный педагогический процесс, который должен начинаться не в высшем учебном заведении, а со школьных лет.

Вопросом оптимизации процесса физического воспитания в школе занимались ряд авторов: Г. Глоба, Е. Жданова, Л. Чеховская, У. Сапожников, Т. Бала, И. Масляк и др. Так, в своей работе Г. В. Глоба [2], указывает на значительное повышение показателей всех функциональных систем организма и физической подготовленности школьников под влиянием комплексов степ-аэробики и фитбол-аэробики.

Е. Н. Жданова, Л. Я. Чеховская, У. С. Сапожников, 2008 применяли шейпинг-технологии на школьных уроках физической культурой, отмечая при этом положительное их влияние на организм занимающихся, повышение интереса к урокам [4; 11-13].

Т. М. Бала, И. П. Масляк, 2009, внедряя в процесс физического воспитания упражнения чирлидинга, отметили их положительное влияние на динамику показателей физического развития школьниц 8-9-х классов [1; 22-25].

По мнению В. Семененко, В. Белецкой, 2010 хорошим средством повышения интереса учащихся к занятиям физической культурой, оздоровления, развития физических качеств является аквааэробика, которая проводится при наличии соответствующих педагогических кадров, материальной базы, с учетом возрастно-половых особенностей [9; 95-90].

Вопросу совершенствования процесса физического воспитания студентов посвятили свои работы: И. А. Салатенко, Я. Дубинская, Р. М. Стасюк, И. Ф. Востоцька, И. Л. Осипова, Ч. Т. Иванков, Б. М. Динаев, Б. И. Киселев и др. Так Ч. Т. Иванков, Б. М. Динаев, Б. И. Киселев, 2009 рассматривали в своей работе вопрос влияния средств специальных упражнений восточных единоборств на организм занимаю-

щихся, определив при этом положительную динамику показателей физической подготовленности и физического развития студентов [5; 7-12].

И. В. Кривенцова, 2009 изучала возможность включения фехтования в физическое воспитание студентов педагогических вузов и пришла к выводу, что фехтование помогает формированию важных профессионально значимых личностных качеств: организаторских, коммуникативных, перцептивно-гностических, экспрессивных [6; 106-109].

Н. В. Глущенко, Н. В. Маликов, 2010 считают, что применение кондиционной нагрузки в водной среде способно эффективно и безопасно для здоровья повысить уровень функционального состояния студентов и может выступить альтернативой другим средствам физической культуры, в том числе и кросса, необходимость применения которых находится в настоящее время под вопросом. [3; 26-29]

И. Салатенко, Я. Дубинская, 2012 изучив спортивные интересы студенток экономических специальностей, пришли к выводу, что игровые виды спорта и разновидности фитнеса вызывают у девушек наибольший интерес к занятиям физической культурой, положительно влияют на показатели развития физических качеств [8; 104-107].

Р. М. Стасюк, И. Ф. Востоцька, И. Л. Осипова, 2012 предложили применять на занятиях по физическому воспитанию веселые подвижные игры и эстафеты, танцевальные упражнения, упражнения с элементами аэробики, занятия в тренажерном зале, а также проводить веселые спортивные праздники с целью улучшения эмоционального состояния студентов, увеличения количества желающих заниматься физическими упражнениями [10; 91-93].

Из вышеизложенного материала видно, что совершенствованием процесса физического воспитания учащейся молодежи занимались многие авторы и большое внимание при этом уделяется повышению интереса к занятиям.

П. Оксьом, Л. Бережная, А. Шматкова, 2008, изучая отношение студенток высшего педагогического учебного заведения к физическому воспитанию, пришли к выводу, что улучшение материальной базы вуза, совершенствование учебного процесса и содержания занятий, повышение эмоционального уровня занятий, а также применение в процессе физического воспитания индивидуального подхода, в зависимости от психофизических особенностей студентов, будет способствовать положительному отношению последних к занятиям физического воспитания [7; 11-14].

Проблему оптимизации процесса физического воспитания невозможно решить без внедрения в процесс физического воспитания учащейся молодежи новейших форм и технологий проведения занятий с целью повышения интереса занимающихся к занятиям. Интерес к занятиям физиче-

ського виховання є одним із найбільш вагомих мотивів, викликати який не просто. Його можна досягти планованим свідомим працем педагога на протязі всього періоду навчання [10; 106-109].

Література

1. Бала Т.М. Динаміка показників фізичного розвитку школярів 8-9-х класів під впливом вправ черлідінгу / Т. М. Бала, І. П. Масляк // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2009. - №3. – С. 22-25.
2. Глоба Г.В. Інноваційна система фізичного виховання школярів з використанням аеробних технологій: автореф. дис. на соиск. науч. степени канд. наук по физ. восп. и спорту: спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Г. В. Глоба. – Харків, 2007. – 21 с.
3. Глушенко Н. В. Корекція функціонального стану студентів 19-20 років засобами кондиційного тренування (на прикладі плавання) / Н. В. Глушенко, М. В. Маліков // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010. - № 9. - С. 26-29.
4. Жданова Е.Н. Изменения антропометрических показателей девушек-старшеклассниц под влиянием уроков шейпинга / Е. Н. Жданова, Л. Я. Чеховська, У. С. Сапожников // Слобожанський науково-спортивний вісник. - 2008. - № 3. - С. 11-13.
5. Иванкова Ч.Т. Інноваційний похід к фізическій підготовке студентів педагогіческих вузов / Ч. Т. Иванов, Б. М. Динаев, Б. И. Киселев // Теория и практика физической культуры. - 2009. - № 6. - С.7-12.
6. Кривенцова І.В. Можливості фехтування у фізичному вихованні студентів педагогічних університетів / І. В. Кривенцова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2009. - № 12. – С. 106-109.
7. Оксьом П. Ставлення студенток вищого педагогічного навчального закладу до фізичного виховання / П. Оксьом, Л. Бережна, А. Шматкова // Теорія і методика фізичного виховання. – 2008. - №2. – С. 11-14.
8. Салатенко І.О. Вивчення мотивів та інтересів студенток економічних спеціальностей до занять фізичними вправами та спортом / І. О. Салатенко, О. Я. Дубинська // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. - № 2. – С. 104-107.
9. Семененко В., Білецька В. Використання фітнес-програм у процесі фізичного виховання школярів / В. Семененко, В. Білецька // Теорія та методика фізичного виховання і спорту. – 2010. - №3. – С. 85-90.
10. Стасюк Р.М. Шляхи покращення емоційного стану студентів вищого навчального закладу засобами фізичного виховання / Р. М. Стасюк, І. Ф. Восточька, І. Л. Осіпова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. - №8. – С.91-93.