

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

**ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**

Выпускная квалификационная работа

по направлению подготовки	44.03.01 Педагогическое образование
профилю подготовки	Физическая культура

Идентификационный код ВКР: 1408135

Екатеринбург 2018

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»  
Институт гуманитарного и социально-экономического образования

Кафедра теории и методики физической культуры

К ЗАЩИТЕ ДОПУСКАЮ:  
Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Т.В. Андрюхина  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

---

## ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

---

### ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Исполнитель:  
Обучающийся группы ФК-403

Е.Э.Мищенко

Руководитель:

д.п.н., доцент

Н.В. Третьякова

Нормоконтролер:

к.п.н., доцент

Е.В. Кетриш

Екатеринбург 2018

## АННОТАЦИЯ

Выпускная квалификационная работа выполнена на 59 страницах, содержит 1 рисунок, 39 источников литературы.

Ключевые слова: физкультурное образование, формы физкультурного образования, урочная форма, уровни организации физкультурного образования, личная физическая культура, инновационные и здоровьесберегающие технологии.

Основная тема и проблемы: организация физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях; преемственность физического воспитания в учебном заведении, формирование устойчивых мотивов физического самосовершенствования.

Цель работы – изучить и проанализировать организацию физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях.

Основные задачи:

1. Изучить формы и уровни организации физкультурного образования.
2. Проанализировать состояние и проблемы физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях.

Гипотеза исследования: в своей работе мы предположили, что изучение существующих форм и уровней организации физкультурного образования позволит выявить его основные проблемы и предложить пути их преодоления.

Теоретическая значимость – проведен анализ и выявлены проблемы в реализации существующих форм и уровней организации физкультурного образования, предложены пути их решения на локальном уровне.

Практическая значимость – возможность использовать результаты исследования в планировании развития физкультурного образования на локальном уровне.

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	6
ГЛАВА 1. СУЩНОСТЬ И СТРУКТУРА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ	10
1.1. Понятие организации физкультурного образования	10
1.2. Формы организации физкультурного образования	15
1.3. Уровни организации физкультурного образования	25
ГЛАВА 2. СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ	32
2.1. Состояние физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях	32
2.2. Актуальные проблемы современного физкультурного образования	34
2.3. Перспективы развития форм и уровней организации физкультурного образования	43
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	58

## ВВЕДЕНИЕ

В условиях модернизации отечественного общества одним из ключевых вопросов страны выступает всесторонняя забота и внимание о сохранности существования жизни и здоровья, физического формирования, обучения и приобщения к здоровому образу жизни детей и подростков. Состояние здоровья и здоровый образ жизни на сегодняшний день выдвигается как одно из необходимых обстоятельств активно интенсивного и полноценного существования человека [16, с.4].

Известно, что перспектива государства – это растущее поколение. Его физическое формирование в значительной мере определяется состоянием здоровья. На сегодняшний день большую обеспокоенность вызывают выраженные перемены и изменения в состоянии здоровья и физической подготовленности обучающихся [5, с.74].

Таким образом, значимость и актуальность темы дипломной работы определяется тем, что повышение степени физкультурной образованности жителей нашего государства на сегодняшний день стоит в ряду ключевых задач усовершенствования системы физического воспитания в общеобразовательных заведениях.

Внимание подростков о сохранении и об укреплении личного самочувствия, их воля и попытка к моральному, духовному, физическому развитию и самосовершенствованию – должно быть одним из главных обязанностей учащихся. Образование, тем самым, должно быть направлено на освоение школьниками установленными знаниями, умениями и возможностями, общепринятыми правилами и установками, навыком работы и надлежащими компетенциями в целях высокоинтеллектуального, творческого, духовно - нравственного, профессионального и физического развития, удовлетворения его образовательных потребностей и интересов. Федеральными государственными общеобразовательными стандартами установлено, что занятия в школьных

учреждениях по физической культуре должны быть уроками знаний о себе, о собственном организме, о личных нравственных и волевых качествах, духовных и физических способностей [2, с.158].

Главной формой функционирования физической культуры в учебных заведениях считается физкультурное образование. Следует усиливать просветительно-образовательную направленность физкультурной деятельности учащихся, т.к. высокий уровень образовательной ориентированности и направленности влечёт за собой процесс обогащения важными знаниями и навыками, которые, в свою очередь, ведут к сознательному, творческому отношению к целям, средствам, методам, задачам и формам в данной деятельности и формированию ценностного отношения к физической культуре [18, с.78].

В связи с изменившимся подходом к физкультурному образованию, следует разработать принципиально новые концепции и теории, в основе которого будет представлена личность в единстве своего биологического, психического и социального развития. Направленность же только на существующие положения теории физического воспитания, раскрывающие только предметную область воспитания физических качеств (формирования физиологических кондиций) и обучения физическим упражнениям, не является достаточной ни для развития самого феномена физической культуры, ни для формирования физической культуры личности.

Формирование познаний о физической культуре – неременное требование сознательного освоения обучающимися двигательных навыков, (моторных) умений и способностей. Для свершения данной цели применяют концепцию взаимосвязанных и взаимозависимых форм физического образования. Каждая форма осуществляет свое собственное назначение. Организационно-методическим принципом абсолютно всех форм организации занятий считается дифференцированное использование средств физической культуры с учетом состояния их самочувствия и здоровья, степени физической подготовленности и заинтересованности обучающихся [12, с.69]. Основной (главной) формой

физического воспитания обучающихся считается учебная деятельность в школе, которая выполняется на занятиях по физкультуре. Содержание (цели, задачи и т.п.), сущность уроков определяется согласно рабочих программам и учебных планов по физической культуре и документов планирования.

Организация и планирование физкультурного образования в сфере физической культуры осуществляется не только в условиях уроков в общеобразовательных учреждениях. Своей целью, направлением и предметностью она видится и применяется и во внеклассных и дополнительных формах занятий спортом и физическими упражнениями, в специфике организации и содержания режима дня и внешкольных мероприятий обучающихся, проводимых самостоятельно. Данная система организация физкультурного образования даёт как большую возможность обеспечивать и усвоение, и закрепление изучаемого учебного материала и более обширный охват его базовыми основами, так и создавать возможности и условия ученикам показывать итоговую свою грамотность, повышать и наращивать их положительный эффект в развитии интереса к собственному здоровью, физической культуре и формированию своего культурного досуга. При данном изучении и исследовании себя во всевозможных формах и обстоятельствах физической работы, изучение особенностей личностного (индивидуального) развития и возможностей делать себя как индивида и личность наделяют ход процесса физкультурного образования определёнными персональными и социальными задачами, предоставляют его одним из главных оснований целостного и многостороннего образования и развития личности школьников в условиях образования в учебном заведении.

Всё, чему у хорошего педагога по физической культуре учащиеся обучаются на уроках, при продуманной педагогической организации становится основой для проведения внеклассных и внешкольных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий. В этом и выражается внутренняя закономерность учебно-воспитательного процесса, что он, продолжаясь на подвижных переменах, часе здоровья, спортивном часе в группе

продленного дня, на занятиях в спортивных кружках и секциях, умножает интерес школьников к занятиям физическими упражнениями, формирует и создает оптимальные условия для положительного переноса полученных двигательных умений и навыков, с целью расширения и обогащения основного фонда школы движений [29, с.119]. Вот поэтому необходимо найти тот подход, который безусловно поможет открыть, а точнее, распахнуть перед каждым учащимся двери в «страну здоровья», где ежедневные занятия физкультурой и спортом становятся сформированной закономерной потребностью растущего организма.

Цель дипломной работы – изучить и проанализировать организацию физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях.

В соответствии с обозначенной целью исследования в работе подлежат рассмотрению следующие задачи:

1. Провести изучение форм и уровней организации физкультурного образования.

2. Проанализировать состояние и проблемы физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях.

Дипломная работа состоит из введения, двух основных глав и заключения. Информационную базу исследования составили научные источники, статьи из периодической печати, информация из ИНТЕРНЕТ, нормативно-правовые акты РФ.

Гипотеза исследования: в своей работе мы предположили, что изучение существующих форм и уровней организации физкультурного образования позволит выявить его основные проблемы и предложить пути их преодоления.

Теоретическая значимость – проведен анализ и выявлены проблемы в реализации существующих форм и уровней организации физкультурного образования, предложены пути их решения на локальном уровне. Практическая значимость – возможность использовать результаты исследования в планировании развития физкультурного образования на локальном уровне.

# 1 СУЩНОСТЬ И СТРУКТУРА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

## 1.1. Понятие организации физкультурного образования

Эффективность и результативность физкультурно-оздоровительной деятельности в общеобразовательных организациях в большей степени зависит от организации физкультурного обучения. Выбор средств, методов, способов и форм организации должен способствовать повышению уровня физической деятельности учащихся.

Управление физкультурно-оздоровительной деятельностью в обязательном порядке предполагает определение и установление целей и задач будущей работы, наилучших путей решения и средств к достижению. Единственной целью образования в сфере физической культуры является формирование и развитие у обучающихся твёрдых мотивов и потребность в бережном отношении к личному здоровью, целостном образовании физических и психических качеств и свойств, творческом применении средств и методов физической культуры в формировании здорового уклада жизни [27, с.5].

Организация физкультурного образования обуславливается действующими законодательными и нормативными актами, документами и инструкциями Российской Федерации. К числу главенствующих, определяющих содержание организации данного вида образования документов относятся федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. от 07.03.2018 г.), федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изм. от 18.04.2018 г.) и другие основополагающие документы [36, 37].

Организация физкультурного образования и воспитания в общеобразовательных учреждениях включает в себя:

1) проведение неотъемлемых занятий (уроков) в границах государственных образовательных программ, а также дополнительных занятий спортом и

физической культурой в границах дополнительных программ общеобразовательного направления;

2) формирование критериев, а также предоставление спортивного инвентаря и оборудования, для осуществления комплекса мероприятий по физкультурно-спортивной направленности учащихся;

3) создание и развитие у учащихся знаний по физической культуре с учетом личных (индивидуальных) возможностей и состояния собственного здоровья, формирование условий с целью вовлечения учащихся в занятия спортом и физической культурой;

4) реализация физкультурных мероприятий в период учебных занятий;

5) осуществление контроля со стороны медицинского персонала за организацией физического образования и воспитания;

6) развитие серьёзного отношения родителей к здоровью собственных детей и их воспитанию в области физической культуры;

7) осуществление и анализ ежегодного контроля физического развития и подготовленности учащихся;

8) помощь в организации и проведении спортивных мероприятий и праздников с участием учащихся;

9) помощь в развитии и популяризации спорта в общеобразовательных заведениях, а также студенческого спорта;

10) участие учащихся в общенациональных спортивных мероприятиях, во Всемирных универсиадах по различным видам спорта и официальных спортивных состязаниях [1, с.156].

Данный комплекс даёт возможность:

- гарантировать благоприятный процесс адаптации (приспособления) подрастающего поколения к условиям школы;

- решать оздоровительные функции всеми возможными методами и средствами в области физической культуры;

- проводить профилактику острых заболеваний и невротических состояний;

- реализовывать социальные, санитарно-медицинские и специальные мероприятия по профилактике и распространению различных инфекционных заболеваний;

- осуществлять здоровьесберегающую среду как в классе, так и в школе;

- вести пропаганду здорового уклада жизни и пропагандировать способы оздоровления в социуме детей, их родителей и сотрудников;

- снизить страх у школьников перед медицинско-санитарными процедурами;

- сохранить и укрепить детское здоровье.

Организация учебной работы обучающихся на занятиях физической культуры представляет собой в реальности разнообразные формы взаимосвязи методов размещения школьников и установления определённого порядка исполнения заданий [24, с.70].

Систематизация методов организации предполагает собой разнообразные варианты организации учебной работы учащихся [24, с,72]:

1. Персональная работа:

- с педагогом лично;

- с заданной программой изучения материала.

2. Работа в парах:

- сменная (динамическая);

- непрерывная (статическая):

- а) с одной стороны;

- б) взаимная.

3. Работа в группе:

- динамического состава;

- непрерывного состава:

- а) с лучшим;

- б) «на равных»;

- в) объединение.

4. Общеклассная работа:

- фронтально;
- поточно.

Односторонняя парная деятельность определяет такую организацию межличностного взаимодействия учащихся, при которой «... одна сторона воплощает только лишь обязанности руководства, а вторая — подчинения» [14, с.58].

Взаимная парная деятельность подразумевает организацию межличностного взаимодействия на «равных».

«Объединение — совместная деятельность — одна из форм организации межличностного взаимного действия, которое определяет характер интегрирования взаимодействия участников в достижении реальных определённых целей, с последующей дифференциацией меж самими субъектами» [4, с.36].

Совместная классная работа определяет такой процесс преподавания на уроке, при котором педагог организует работу учащихся всего класса над одним заданием одновременно либо по очереди.

Организация физкультурного образования учащихся на уроках предполагает также установление порядка выполнения задания. Организация данного порядка включает применение следующих методов [24, с.89]:

1. Фронтальный метод. Ему присуще исполнение абсолютно всеми учащимися класса заданных задач в независимости от формы построения урока. Данный метод широко применяется во всех частях урока, но в большей степени в подготовительной и заключительной. Но необходимо стремиться как возможно больше применять данный метод в наибольшей (основной) части урока. Т.к., при этом гарантируется высокая моторная плотность урока (можно успеть больше выполнить за счёт наращивания времени именно на двигательную работу учащихся), что очень значительно.

Фронтальный метод используется успешно при организации однородной деятельности учащихся, не требующей какой-либо страховки, к примеру — при изучении и совершенствовании техники кувырка вперёд, некоторых простых

гимнастических упражнений, при отработке технических приемов игры в волейбол в парах.

Значимым условием является такое размещение учащихся, чтобы они не препятствовали друг другу и все видели учителя, а он, собственно, — учащихся.

2. Групповой (коллективный) метод. Учитывает одновременное выполнение в нескольких группах разных заданий педагога. Распределение учащихся на группы и определение содержания заданий происходит с учетом пола, степени подготовленности и иных признаков. Данный способ применяется в большей степени в средних и старших классах. Однако его использование требует специальной (особой) подготовки помощников педагога из числа наиболее подготовленных учащихся и их предварительного инструктажа по изучению материала предстоящего занятия.

3. Индивидуальный (персональный) метод. Его суть в том, что ученикам предлагаются индивидуальные (персональные) задания, которые необходимо выполнить им самостоятельно. Т.е., персональные задания нужны для занимающихся, которые отличаются от основного коллектива класса по отличительным чертам и способностям своей подготовленности, а в некоторых случаях и по состоянию здоровья. Метод широко используется в спортивных играх и в большей степени в старших классах общеобразовательного учреждения.

4. Круговой метод. Учитывает последовательное исполнение учащимися серии определённых заданий на специально подготовленных местах, обычно, расположенных по окружности зала или спортплощадки. Как правило, при этом выполняются от 5 до 9 заданий. На каждой подготовленной «станции» выполняется только один вид двигательного действия или упражнения. Их состав подготавливается с расчетом на целостное формирование физических качеств и увеличения функциональных способностей организма. Целый круг проходят в среднем 2 раза без какого-либо интервала или с небольшим (конкретным) промежутком отдыха между упражнениями. Метод используется как в средних, так и в старших классах.

## 1.2. Формы организации физкультурного образования

В концепции физического воспитания учащихся используются разнообразные формы организации занятий физическими упражнениями. Физическое воспитание учащихся в школе осуществляется в форме: обязательной учебной дисциплины «Физическая культура»; в режиме учебного дня; в процессе внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности [19, с.4].

Форма занятий физическими упражнениями - это способы организации в области учебно-воспитательного процесса, где каждый способ характеризуется определенным типом взаимной связи педагога и учащихся, а также соответствующими условиями занятий [18, с.304].

По типовым особенностям организации учащихся и способам управления ими занятия по физическому воспитанию делятся на две основные категории — урочные формы и неурочные [24, с.71].

Урочные формы — занятия, которые проводит преподаватель с постоянным коллективом занимающихся. К этому типу форм относят:

1) уроки по физической культуре, под руководством педагога согласно государственным программам (ФГОС) в образовательных организациях, где физическая культура считается обязательным предметом. Урок физической культуры по сравнению с другими (иными) формами физического воспитания имеет ряд достоинств и преимуществ, так как:

а) считается наиболее массовой формой организованных, систематических и неотъемлемых занятий школьников;

б) ведётся на основе научной государственной программы, которая рассчитана на продолжительные сроки обучения;

в) происходит под руководством преподавателя при учете возрастных, половых и персональных особенностей учащихся;

г) способствует всестороннему и целостно физическому совершенствованию обучающихся независимо от их моторных способностей, результатов в спорте, распределения на медицинские категории и т. д.

В системе физического воспитания обучающихся в школе главный элемент – урок, он является фундаментом школьной физической культуры. Преподавание физической культурой в общеобразовательных учреждениях проводится 2 раза в неделю по 40 — 45 минут каждый. Их основная сущность — это двигательная деятельность. В целом, урок – это логически целостный фрагмент учебного процесса, обладающий дидактическим и аффективным предназначением. Основным курсом является выполнение современных требований к уроку. Исследование опыта педагогов дает основание отметить, то, что в практике часто прослеживается частичное выполнение определенных условий или абсолютное невыполнение единичных, при этом порой наиболее существенных из них. К основным условиям требуется отнести, во - первых, постановку комплекса задач: обучение (формирование знаний, навыков, умений, развитие двигательных качеств), формирование и развитие личности (идеологическое воспитание, формирование нравственности, развитие интеллектуальных и волевых способностей). При планировании уроков необходимо разработать ряд задач – образовательного, воспитательного и развивающего характера.

После того как избран ряд задач с максимально возможным учетом особенностей учащихся определённого класса, отбирается содержание урока. Т.е., другое существенное условие диктует оптимальный отбор содержания урока. Такого рода отбор обязан обеспечить не только формирование знаний, навыков, умений, но и решение всего комплекса запланированных задач. При этом в содержании необходимо выделить наиболее главное. В таком подходе к определению содержания заключается элемент оптимизации. Проведя анализ содержания, необходимо определить методику урока. Методика обуславливается типами уроков. Однако, в независимости от типов дозирование физической нагрузки должно быть дифференцированным, персональным для каждого занимающегося. Считается, что только при этом условии можно решить оздоровительные задачи и достичь повышения физической подготовленности обучающихся. Выделяют следующие типы уроков: уроки изучения нового материала, обучающие уроки, уроки совершенствования изученного, смешанные

уроки (с элементами закрепления и совершенствования), тренировочные уроки. К важным требованиям к уроку относится формирование у учащихся потребности систематически заниматься физическими упражнениями, оптимальный отбор методов, средств и форм организации обучения. Все эти предписания ориентированы на построение развивающего обучения, которое достигается, как утверждается в педагогике преподавания, лишь при взаимодействии деятельности педагога и учащегося. Взаимосвязь деятельности педагога и деятельности учащихся обеспечивает их активизация.

Домашние задания по физической культуре считаются обязательной формой самостоятельных занятий обучающихся, содействующие наиболее высококачественному усвоению программного материала [7, с.287]. Применять использование домашнего задания, а значит, и повышать двигательную активность учащихся жизненно необходимо. От урока к домашнему заданию, а через них к ежедневным самостоятельным и секционным занятиям физическими упражнениями – это путь, который даст возможность разрешить задачи гармонического физического воспитания, подготовке учащихся к последующей жизненной деятельности. В домашние задания, как правило, включают простые общеразвивающие упражнения на развитие мышц ног, рук, туловища, а также бег в медленном темпе и ходьба на лыжах. Разучивание домашних заданий осуществляется на уроках. Сложный вопрос методики проведения домашних заданий – это определение и регулировка персональной нагрузки. Считается, что необходимо указывать наибольшее и наименьшее число повторений для учащихся с разной физической нагрузкой. О том, как грамотно подобрать персональную дозировку школьникам разъясняется на уроке. Тут же педагог даёт рекомендации ориентироваться на свое личное самочувствие, чтобы выполнить такое число повторений, которое им посильно, с условием постоянного приближения к наибольшей величине.

Заданные упражнения можно включать в комплексы утренней гимнастики или выполнять во время активного отдыха в течение всего дня.

В соответствии с этим, одной из результативных форм усиления двигательной активности школьников, формирования их заинтересованности и привычки к систематическим занятиям спортом и физической культурой считаются самостоятельные домашние занятия физическими упражнениями. При организации таких занятий огромная роль принадлежит родителям.

Абсолютно очевидно, что наилучшим методом воспитания привычки к занятиям физическими упражнениями служит личный пример родителей учащегося, а также других членов его семьи. Таким образом, одним из основных вопросов, стоящих перед педагогом по физической культуре, выступает правильно верная ориентация взрослых по отношению к занятиям физическими упражнениями, к самому предмету «Физическая культура». Важно убедить родителей в том, что по своей значимости и важности предмет никак не уступает иным общеобразовательным предметам, изучаемым в общеобразовательных учреждениях. Рекомендую комплекс заданий для домашних занятий, педагог может перенять наилучший набор из различных методических книг, пособий, периодической печати.

2) спортивно-тренировочные занятия, которые проводятся тренером, с перспективой на улучшение результатов в каком-либо виде спорта.

Внеурочные формы — это вид занятий, которые проводятся как специалистами, так и самими учащимися с целью интенсивного отдыха, закрепления или же восстановления собственного здоровья, сохранения или улучшения работоспособности, формирования и становления физических свойств, совершенствования моторных навыков и т.п. К ним относятся:

- мероприятия с физкультурно-оздоровительной направленностью в режиме учебного распорядка дня. В ходе проведения этих мероприятий находят решение следующие задачи: повышение двигательного режима в течение всего учебного дня и внедрение культа физкультуры в повседневный уклад жизни учеников; поддержание и сохранение оптимального уровня работоспособности в учёбе; укрепление здоровья и совершенствование моторной культуры движений; помощь в улучшении физической подготовленности и двигательного развития

навыков обучающихся; овладение возможностями самостоятельно заниматься физической культурой. К мероприятиям физкультурно-оздоровительной направленности относят несколько видов занятий.

- утренняя гимнастика, проводимая до учебных занятий. Её задача — способствовать организованному началу учебного дня, повышению самочувствия и улучшения настроения, увеличению работоспособной деятельности занимающихся на первых уроках. Базисная основа гимнастики до уроков — это комплекс из 6-8 общеразвивающих упражнений интенсивного характера, действующих на различные виды мышечных групп, которые выполняются в течение 6—7 минут. Комплекс упражнений меняется через 2—3 недели, т. е. 2—3 раза в четверти. Занятия на утренней гимнастике ведутся на открытом воздухе, но при плохих погодных условиях — в помещении. Общее руководство и организацию утренней гимнастики реализует педагог по физической культуре. Ему могут помочь учителя, ведущие первый (по различным предметам) урок в данном классе.

- внеклассные формы организации физического воспитания. К внеклассным формам занятий учащихся относятся: 1) спортсекции, в зависимости от видов спорта (баскетбол, волейбол и т.п.); 2) секции по общей физподготовке; 3) секции гимнастики ритмической и атлетической; 4) соревнования, проводимые в школе; 5) туристские походы и слёты; 6) праздники физической культуры (например, в виде соревнований); 7) дни здоровья и т. д. Внеклассные формы занятий по организации физического воспитания – это неотъемлемая часть педагогического процесса, направленного на развитие воспитания всесторонне физически развитых, волевых и закаленных школьников.

Цель и задачи внеклассных форм занятий состоят в том, чтобы: а) способствовать успешному и абсолютно полному овладению изучаемого материала по программе предмета «Физическая культура»; б) заинтересовать учащихся к занятиям массовому спорту и на основании этого выявлять детей, обладающих хорошими способностями к занятиям спорта; в) гарантировать обеспечение здорового, активного, правильного отдыха [13, с.27]. Содержание и

сущность занятий в разнообразных формах внеклассной работы обуславливается с учетом пола, возраста и интересов учащихся. С целью организации и осуществления внеклассной работы по спорту и физической культуре в неполных и полных средних школах формируется коллектив по физической культуре, а в начальных классах кружки по физической культуре. Общее руководство коллективом возлагается на избранный совет коллектива и на педагога по физической культуре, а кружком - на одного из педагогов начальных классов. Помимо этого, в каждом классе назначаются физкультурные организаторы.

Можно сказать, что внеурочные формы – это:

1) малые формы занятий, используемые с целью оперативного управления по организации физического состояния. По характеру своей кратковременности эти разновидности форм, как правило, не решают поставленных задач обучающего, тренирующего характера;

2) крупные формы занятий, это занятия относительной продолжительности, одно- и многопредметные по содержанию. Эти формы направлены на решение определённых задач и вопросов тренировочного, рекреационного либо оздоровительно-реабилитационного характера;

3) соревновательные формы, т. е. занятия физкультурно-спортивной направленности, где в процессе соревновательной борьбы определяются чемпион, место, уровень физической или технической подготовленности и т. п.

Для этих форм занятий свойственно то, что работой занимающихся руководит учитель по физической культуре и спорту, который в период строго лимитированного времени в специально подготовленном месте осуществляет руководство по процессу физического воспитания относительно стабильной по составу учебной командой занимающихся согласно требований педагогических принципов и закономерностей воспитания и обучения. При этом точно выполняется частота проводимых занятий, их длительность и взаимосвязь. Помимо этого, для учебных форм свойственно построение занятия согласно общепринятой структуры, в рамках которой принято делить урока на три составных блока: подготовительная часть, основная, заключительная [16, с.3].

Подготовительная часть предназначена для начальной организации учащихся, психологической и функциональной подготовки организма занимающихся, а также подготовки для аппарата опорно-двигательной системы к предстоящему занятию. В подготовительную часть урока включаются задания в виде игры с целью активизации внимания и повышения эмоционального состояния учащихся, упражнения малой интенсивности, разнообразные типы ходьбы и бега, строевые упражнения, упражнения в движении; система общеразвивающих упражнений как в строю, так и отдельные специально подготовительные упражнения как без предметов, так с предметами и отягощениями; выполнение упражнений на стенке, матах и скамейках и т.п. Длительность подготовительной части ориентировочно составляет 10—20% от всего времени урока и прямо зависит от продолжительности проводимого занятия, вида изучаемого учебного материала, температуры воздуха окружающей среды и др.

Основная часть направлена на обеспечение решения задач по изучению техники двигательных действий, воспитания физических и индивидуальных качеств. В основной части сначала разучиваются новые двигательные действия либо их компоненты. Закрепление и совершенствование освоенных ранее навыков ведётся в середине или в конце основной части занятия. Упражнения, которые требуют проявления скоростных, скоростно-силовых качеств, тонкой координации движений, осуществляются в начале основной части занятия, а упражнения, сопряжённые с силой и выносливостью, — в конце. Таким образом, развитие специальной выносливости, если она была запланирована, осуществляется намного раньше, чем воспитание общей выносливости. Комплекс всех видов упражнений в основной части занятия необходим быть таким по своему содержанию, чтобы упражнения оказывали многоплановое влияние. Длительность основной части занятия обуславливается продолжительностью урока, объема и уровня интенсивности нагрузки, возраста и пола учащихся и др. В рамках общеобразовательного занятия по физической культуре ей отводится 25—30 минут.

Заключительная часть необходима для постепенного снижения уровня нагрузки на организм и осуществления организованного окончания урока. В соответствии с обозначенной целью решается целый ряд методических задач:

- понижение уровня физиологического возбуждения, чрезмерного напряжения различных групп мышц;
- регулирование эмоционально - психологического состояния;
- подведение итогов урока с оценкой педагога результатов деятельности учащихся;
- информирование о домашнем задании для проведения самостоятельного исполнения физических упражнений и чтобы подтянуть «слабые места».

Заключительная часть занятия длится 3—5 минут.

Согласно признака основной направленности выделяют урочные занятия общей физической подготовки, спортивно-тренировочные уроки, занятия профессионально-прикладной физической подготовки, а также методико-практические занятия.

Урочные занятия общей физической подготовки (ОФП) применяются в группах вне зависимости от возраста. Их главная цель — это всесторонняя физподготовка учащихся. Для уроков свойственно многообразие средств и методов, целостность, комплексность, небольшие нагрузки на организм учащихся [22, с.114].

Занятия по профессионально-прикладной физподготовке ведутся в основном в высших и средних учебных заведениях. Их главная цель — формирование и развитие ведущих для определённых профессий необходимых двигательных навыков и умений, а также всесторонне развитие физических качеств [22, с.114].

Спортивно-тренировочные занятия считаются основной организационной формой урока со спортсменами абсолютно всех разрядов и предназначены для подготовки их к соревнованиям [22, с.115].

Методико-практическое обучение проводится в основном в средних специальных и высших учебных заведениях. Их главная нацеленность —

операциональное овладение способами и методами физкультурной и спортивной деятельности с целью получения результатов в учебных, профессиональных, жизненных целях личности.

Согласно показателей решаемых задач выделяют следующие виды уроков [30, с. 60]:

1) уроки изучения нового материала. Им свойственно обширное применение словесных методов и наглядных, низкий уровень «моторной» плотности;

2) урочные занятия закрепления, а также совершенствования изучаемого учебного материала по предмету;

3) контрольные уроки предусмотрены для определения степени подготовленности учащихся, контроля усвоения ими знаний, умений и навыков и т. п.;

4) смешанные уроки направлены на коллективное решение задач по изучению техники движений, а также воспитания физических свойств и качеств, контролирования за степенью физической подготовленности учащихся и т.д.

По признаку вида спорта отличают уроки гимнастики, лёгкой атлетики, плавания и т. п. Они обладают собственным специфическим содержанием, структурным построением и т. д.

В массовой практике физкультурно-спортивной деятельности используются малые, соревновательные и крупные формы занятий внеурочного типа [30, с.62].

Малым формам занятий свойственно:

1) сравнительно ограниченная направленность деятельности учащихся по сравнению с урочными и крупными формами занятий. По этой причине тут решаются лишь некоторые частные задачи:

а) небольшое повышение уровня тонуса и форсирование вработывания комплекса систем организма, которое осуществляется при переходе от состояния спокойствия к повседневной деятельности;

б) текущая оптимизация динамики оперативной работоспособности в период работы и предотвращение её неблагоприятных влияний на организм;

в) поддержание некоторых аспектов, полученной тренированности, а также формирование предпосылок для повышения эффективности основных занятий;

2) малая продолжительность занятий;

3) недостаток или не выраженность структуры ведения занятия, т. е. подготовительной, основной и заключительной части, например оздоровительный кросс, гигиеническая зарядка, физкультминутки и т. д.;

4) низкая степень функциональных нагрузок.

Необходимо выделить, что малые формы занятий представляют собой дополнительную роль в единой системе занятий в области физического воспитания. Различают следующие крупные формы занятий [30, с.66]:

1) самостоятельные тренировочно - учебные занятия. Они используются учащимися с целью определенной грамотности по физической культуре, в основном методического свойства, для правильной регулировки построения занятия и регулирования нагрузки, осуществления самоконтроля;

2) занятия, сопряжённые с решением вопросов оздоровительно-реабилитационного либо рекреационного характера. К ним можно отнести занятия фитнес - аэробикой, йогой, калланетикой, ушу, турслёты, лыжный спорт, многочисленно массовые игры и т. д. Главные отличительные свойства этих занятий: небольшая нагрузка без накопленного утомления; отсутствие строгой регламентации; свободное изменение поведения.

К формам соревновательным организации соревновательных занятий относят[11, с.17]:

1) собственно спортивные состязания, выявляющие максимальную реализацию способностей учащихся. Им характерны: четкий регламент предмета, целей, условий и методов состязаний согласно официальных правил, а также регулирование порядка проводимых состязаний, наличие судейства и т.п.;

2) соревновательные формы занятий. Здесь признаки, свойственные спорту, либо отсутствуют или менее выражены [22, с.87].

Т.е. в зависимости от численности обучающихся физическими упражнениями отличают персональные и групповые формы [21, с.205].

Занятия внеурочного типа отличаются от урочного и исполняются на основе полной добровольности.

Выбор определённой внеурочной формы занятий в большей степени определяется интересами и склонностями учащихся.

### 1.3. Уровни организации физкультурного образования

Охрана здоровья и повышение культурной степени обучающихся – это общая ценность государства и на основании этого управлением физкультурного воспитания и образования школьников активное участие принимают, многочисленные государственные и негосударственные учреждения, организации, ведомства и т.д.

Выделяют следующие основные уровни организации [31, с.215].

*1. Федеральный (наивысший), т.е. общегосударственный уровень управления действий физического совершенствования растущего поколения.* В число основных общегосударственных органов управления, которые отвечают за состояние и развитие сферы физкультурного образования входят: Министерство образования и науки Российской Федерации; Государственный Комитет Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму; Министерство здравоохранения Российской Федерации и т.п. К примеру, Министерство образования и науки РФ, которое осуществляет работу большинства учебных учреждений ведёт:

- разработку учебных плановых программ по физическому образованию и воспитанию;

- осуществление финансирования проведения разнообразных форм занятий, как урочных так и внеурочных (кружки спортивной направленности, турпоходы, соревнования, спортивные массовые мероприятия, состязания и праздники);

- создание спортивной базы для проведения занятий (строительство, восстановление, ремонт залов, плавательных бассейнов, стадионов и площадок, закупка спортивного оборудования и инвентаря и т.д.);

- работы по подготовке и переподготовке кадрового состава по физическому воспитанию с целью повышения квалификации;

- проведение систематического мониторинга за состоянием учебной, а также внеклассной работы педагогов по физическому воспитанию.

*2.Областной уровень* – управление на уровне республик в составе Российской Федерации, субъектов, автономных образований, краёв и т.п. На этом уровне решением вопросов и проблемами организации занимаются соответствующие структурные подразделения выше отмеченных государственных органов: к примеру, Управление образования краевой или областной администрации, Комитет по физической культуре и спорту областной администрации и т.п. Среди главных задач территориальных органов организации физкультурного образования на уровне областей Российской Федерации выделяют следующие [38]:

- развитие массового спорта и физической культуры на своих подведомственных территориях и формирование одинаковых условий для занятий физкультурой и спортом всех категорий населения - детей, молодых людей, старшее поколение, инвалидов и т.п.;

- строительство, реконструкция и использование спортивных объектов, предоставление их для посещения всех слоёв населения;

- организация и создание условий для занятий спортом и физической культурой абсолютно всех желающих;

- возможность проведения массово - спортивных событий, праздников мероприятий;

- оказание помощи в развитии спорта для высших достижений, но единичных вариантах и профессионального спорта;

- организация финансирования и субсидирования спортивных учреждений и спортивных объектов из бюджета регионального и местного.

3. *Муниципальный уровень*, т.е. уровень физкультурного образования местного значения. В этом случае в качестве государственных органов управления выступают городские и сельские органы управления и различные комитеты по образованию, спорту и физической культуре, здравоохранению при органах местного самоуправления, которые соответствуют данному уровню. Согласно социальной направленности работу по организации физкультурного образования обучающихся осуществляют различные объединения, фонды и ассоциации, работающие в поддержку образования и воспитания физической культуры, спортивные общества и т.п. К их полномочиям относятся:

- 1) развитие школьного спорта;
- 2) распространение физической культуры и спорта;

4. *Первичное (основное) организационное звено*), т.е. внутренний школьный уровень организации физкультурного образования учащихся. На этом уровне решаются вопросы и проблемы организации в целом в области учебно-воспитательного процесса в общеобразовательном учреждении и места в нём, которое занимает предмет «Физическая культура», а также и осуществление обязательных дополнительных форм занятий спортом и физической культурой, осуществление деятельности педагогического состава по физической культуре школы и т.п.

Организация физкультурной работы возлагается на учителя предмета «Физическая культура», в обязанности которого входит ведение контроля и учёт: за уровнем физического развития (на основании информативных данных о росте, массе тела, жизненной ёмкости лёгких и других показателей. Учащимся с низким уровнем физического развития и с дисгармоничным развитием необходим щадящий график физической нагрузки); двигательную подготовленность (на основе комплекса тестов, которые определяют скоростно-силовые качества; техническую подготовку учащихся (на базе преподавательских изучений и контрольных тестирований); познаний учащихся по изучению предмета «Физическая культура» и ведения здорового образа жизни (на основании бесед с учащимися школы, проведения контроля применением теоретических зачётов и

других методов оперативного или поэтапного мониторинга знаний); анализ состояния самочувствия, здоровья ученика и его адаптационные возможности (на основании данных медицинских журналов общеобразовательного учреждения, личное наблюдение на уроках и других занятиях, проведение измерения физиологических показателей (частоты пульса) при выполнении стандартных нагрузок); степень утомления в процессе исполнения физических нагрузок (на основании внешних признаков и наблюдения); адекватность мышечной нагрузки согласно возрастным, половым и индивидуальным (личным) характеристикам школьника, учитывая тип телосложения, уровень биологической зрелости; определение степени мотивации занимающихся к занятиям по предмету; качество и степень самоподготовки, включая выполнение домашних заданий и советов педагога [25, с.102].

Его главные обязанности:

- несёт ответственность за исполнение учебной программы, за овладение обучающимися необходимыми познаниями, навыками и умениями на уроках физической культуры, за осуществление физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня;

- ведёт систематический контроль за физической подготовленностью занимающихся;

- организует внеклассную физкультурно-оздоровительную и спортивную работу в школе;

- обеспечивает подготовку школьников к сдаче различных норм и спортивных разрядов;

- организует внутришкольные состязания и спортивные праздники, а кроме того соответствующую подготовку обучающихся к внешкольным спортивным соревнованиям;

- способствует профориентации школьников и т.п.

Однако педагог по физической культуре сумеет благополучно исполнить все свои функциональные обязанности лишь при условии содействия каждого члена преподавательского состава [26, с.100].

Классный руководитель обязан осуществлять контроль за: длительностью пропусков уроков по физической культуре обучающихся и выяснять их причины; уровнем взаимодействия учащихся школы с педагогом по физической культуре и степени их мотивации к уроку; активностью участия обучающихся в спортивных мероприятиях оздоровительной направленности в рамках общеобразовательного учреждения; сотрудничество педагога с родителями школьников (или лиц, или заменяющих), которые обладают трудностями в области физического и двигательного развития; состоянием психического эмоционального климата детей с низким уровнем здоровья и с какими-либо недостатками как в умственном, так и в физическом развитии.

Медицинский сотрудник общеобразовательного учреждения должен вести наблюдение и обращать внимание на: совокупность сведений, получаемых при медицинском обследовании путём расспроса самого обследуемого и персональные особенности школьника, которые оказывают влияние на его физические, а также психические возможности; частоту, продолжительность, характер и тяжесть обострений заболеваний (в том числе хронического характера); наличие средств пресечения приступов; признаки усталости у учащихся в ходе урока; отклонения в физическо - функциональном изменении школьника; развитие острых вирусных заболеваний и эксацербацию хронических заболеваний в течение учебного периода (в четверти, в году); характер и степень травматизма, в том числе связанного с проведением занятий спортом и физическими упражнениями.

В обязанности заместителя директора по учебно-воспитательной работе входят следующие функциональные обязанности: расписание уроков необходимо составлять так, чтобы урок по предмету «Физкультура» не проводился прямо перед уроками, к примеру, математики, русского языка и литературы, химии; физкультурные минутки и паузы в границах общеобразовательных уроков ни в коем случае не должны выходить за пределы структуры урока; прочие мероприятия, проводимые в учебном заведении необходимо организовывать в условиях благоприятной погоды по разработанного заранее плану сценария;

достигнутые спортивные достижения всего класса или какого-либо учащегося должны быть доступны всему учебному заведению параллельно с личными успехами в самой учебе; спортивный престиж класса, либо школьной команды или победителя школы в избранном виде спорта должен служить привлекательным образцом для всех учащихся школы; преподавательский состав должен с почтительностью относиться к изучению физической культуры и к педагогам этой специальности.

Ответственность директора общеобразовательного учреждения находится в: организации, содействии и расширения спортивной базы учебного заведения; обеспечивание кадровой политики, цель которой привлечение и сдерживание профессиональных преподавателей, специализирующихся в области физического образования и воспитания; формирование условий для наиболее полного удовлетворения всех потребностей учеников в различных формах физической активности и видах, разнообразность секций и спортивных кружков; повышении престижа предмета в глазах других педагогов-предметников, родителей и учащихся; осуществление медицинского и психологического мониторинга за процессом физического воспитания школьников во всех его проявлениях; повышение родительской общественности, нацеленной на создание и формирование в учебном заведении необходимых условий для процесса оздоровления учащихся на базе комплексной, многоплановой деятельности; применение инновационных методов и современных технологий в области физкультурной работы с целью оздоровления.

Таким образом, можно сделать вывод, что организация физического образования и воспитания в учебных заведениях включает в себя:

- обязательное проведение занятий и уроков по физической культуре в границах основных общеобразовательных программ в объёме, определённом государственными образовательными образцами, а кроме того дополнительных (факультативных) форм занятий спортом и физическими упражнениями в границах дополнительных учебных программ;

- формирование условий для проведения комплекса мер по физкультурной и спортивной физподготовке обучающихся (включая обеспечение спортивным инвентарем);

- создание у обучающихся навыков и умений в физической культуре с учётом личных возможностей и состояния здоровья, создание необходимых условий, цель которых – вовлечь как можно больше учащихся в занятия;

- реализация спортивно массовых мероприятий в фазу учебных занятий;

- осуществление медицинского мониторинга за организацией и осуществлением физического воспитания;

- развитие ответственного отношения родственников к улучшению здоровья детей и их воспитанию в области физкультурной деятельности;

- осуществление годовичного анализа физической подготовленности и физического развития учащихся;

- помощь в организации и проведении спортивных состязаний и праздников с участием учеников;

- содействие в развитии и популяризации спорта в учебном заведении [6, с.15].

## ГЛАВА 2. СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

### 2.1. Состояние физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях

Физкультурное образование в общеобразовательных учреждениях определяет создание системы ценностных ориентиров личности на ведение здорового образа жизни, тем самым обеспечивая аффилиационную, функциональную и моторную готовности к этому процессу. Всё это реализуется в согласии с общими и специальными для него закономерностями, характеристиками, принципами и правилами, оказывающее огромное влияние на мыслительные, духовные, психологические и другие качества учащегося.

Учебные урочные занятия считаются базисной формой физического воспитания в школьном учреждении. В процессе данного учебного занятия осуществляется изучение учебного предмета «Физическая культура» - картировочной единицы в области образования. Следует сказать, что реализация физического воспитания происходит в процессе домашнего, внешкольного, специализированного, вспомогательного образования в ходе самовоспитания [7, с.16].

Социально значимыми итогами и результатами физкультурного образования в школе являются высокий уровень физической подготовленности и совершенствование физического развития обучающихся [9, с. 57]. Познания, двигательные и систематические умения, правила и привычки, необходимы с целью физического самовоспитания, осуществления здорового образа жизни, образованной организации личного свободного времени. А также, к ним относятся физическое и духовно-моральное оздоровление, повышение уровня сопротивляемости организма к разным заболеваниям, физическая реабилитация и восстановление, расслабление.

В нынешнем физкультурном образовании процесс физического воспитания обладает возможностью многосторонне проявлять воздействие на личность. Вместе с этим, значительные социально значимые итоги и результаты физического образования и воспитания достигаются лишь частично. Таким образом, всё это показывает значимость проблемы физической подготовки.

Физподготовленность - это единственный из общественно значимых итогов физического воспитания внутришкольного образования. Этот показатель быстро исчезает сразу после окончания учёбы, коли никак не подкрепляется самостоятельно. Поэтому с возрастом побуждение к занятиям физическими упражнениями и спорту снижается. По этой причине, одной из главных целей обязательного физического воспитания считается формирование и развитие устойчивых поводов к физическому самосовершенствованию. Они обязаны поддерживаться обязательным всеобщим физкультурным образованием.

В настоящее время задачи физического воспитания образовательного характера, сопряжённые со знаниями, систематическими умениями и привычками, находят своё решение, можно сказать, недостаточно эффективно. Данная проблема является итогом исторически сложившегося ограниченно условного подступа к физкультурному образованию, как приёму физической подготовки учащихся общеобразовательного учреждения. При данном подходе показатель, который отражает степень физической подготовленности, считается главной мерой результативности физкультурного образования в учебных заведениях. Нуждаемость физкультурного образования признаётся, но школьники не приобретают его в абсолютно полной мере.

В стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года повышение эффективности физического воспитания учащихся рассматривается как основная проблема развития физической культуры и одна из важнейших задач современного общества. За минувшие годы сформировалось устойчивое отставание сферы физкультурного образования от других образовательных направлений. Оно чётко выражается в том факте, что растущее будущее поколение в основной массе сравнительно благополучно

овладевает общенаучными и гуманитарными познаниями, осваивает общепроизводственные и информационно-компьютерные технологии, но в то же самое время, физически не годно к профессиональной и воинской практике, и зачастую не может противостоять стрессовым влияниям общества.

В результате этого они становятся не готовыми к самостоятельному применению средств и методов физической культуры, главная цель которых оздоровление организма, саморазвитие, самоформирования морально-нравственного поведения. «Физическая культура» как предмет «выпадает» из пространства образовательных учреждений как образовательного, так и воспитательного характера. Всё это предоставляет возможность рассмотрения данной проблемы для всеобщего физкультурного образования, как одну из главных и наиболее актуальных, а ориентационную направленность физического воспитания на всеобщее физкультурное образование как приоритетно важнейшую [26, с.4].

## 2.2. Актуальные проблемы современного физкультурного образования

Одной из проблем, которая требует последовательного решения, является преемственная связь физического воспитания в школьном заведении. Об этом свидетельствуют различные названия учебной дисциплины, отсутствие или недостаток преемственности установочных направлений физического образования и воспитания, неудовлетворительная преемственность структурной предметности практического и теоретического разделов изучаемого учебного материала, диссонанс показателей и нормативов при оценивании физической подготовленности учащихся в общеобразовательном учреждении [24, с.604].

Воспитание и возвращение детей в семье является одним из важных условий его физического, психического, умственного развития и укрепления здоровья. Эффективность физического воспитания подрастающего поколения в семье прямо зависит от уровня подготовленности к нему его родителей, которые ещё вчера были учениками и студентами. Но в большей части семей родители не

готовы к полновесному физическому воспитанию своего наследия. Всё это показывает проблему подготовки старшеклассников к физическому воспитанию в кругу семьи. Причина данной проблемы состоит в несогласованности получаемого физкультурного образования условиям, которые предъявляет будущая жизнь после окончания обучения к ученикам. Итог этой проблемы - отклонения в физическом, психическом, умственном развитии, снижение уровня здоровья ребёнка, которое даёт тяжелые последствия в будущем. Одной из главенствующих проблем, которую призывают решать общеобразовательному физкультурному образованию, считается проблема укрепления и сохранения здоровья учащихся. На данный период она решается слабо эффективно. С годами численность здоровых школьников падает. Данная картина отражает общую направленность снижения степени здоровья всех категорий населения, которые зависят от ряда факторов.

На уровень состояния здоровья большой численности школьников, которые живут в неблагоприятных экологических местах и условиях, и в том числе на радиационных территориях, всё больше сказываются вредные разрушительные генетические результаты последствий этих факторов. Тем самым, они ведут к увеличению темпов роста школьников с серьёзными нарушениями и отклонениями в состоянии здоровья. Вопрос разграниченной учебно-методической целостности физкультурного образования, сформированного с учётом влияния вредных и неблагоприятных экологических факторов жизни, является на данный момент одной из главных проблем, которые требуют безотлагательного решения.

Школьное физкультурное образование может являться сильнодействующим фактором, который влияет на организм. Состав учащихся различен как по степени здоровья, так и по физическому развитию и уровню физической подготовленности. Один и тот же набор педагогических средств и методов проявляет абсолютно различное действие на учащихся. Работу с лицами, которые имеют отклонения в состоянии своего здоровья, необходимо проводить строго

индивидуально. Поэтому также одной из главных является проблема персонализации физического воспитания.

Это не тайна, что в предыдущий исторический период физическая культура изучалась в обществе преимущественно с точки прагматических установок на усовершенствование биологической природы индивида и покорялась в формировании и развитии собственных базисных задач и организационных форм решению исключительно практических задач и целей сформированной государством концептуальной системы физического воспитания. Образовываясь в границах заданной концептуальной системы физическая культура утратила свои личные собственные формы, признаки и функции и появилась в настоящий период в сознании индивидуума в качестве идентичности процессу его физической подготовки, напрямую соотносящемуся лишь с опытом физического труда. Подобное изменение из феномена формирования и развития индивида в средство подготовки его общебиологической природы привела к практической отчужденности физической культуры от самой личности, от её индивидуальных мотивов и нужд, лишила смысла и значения полноценно осваивать её предметно - ценностным структурным содержанием в интересах индивидуальной жизненной деятельности.

Сложившееся за последние десятилетия необъективно предвзятое развитие физической культуры и относительная неподготовленность её совершенствоваться за пределами системы физического воспитания негативно сказались на практике школьного образования. Таким образом, физическая культура и физическое воспитание рассматривались в сущности как «то же самое» представленное в большей мере целенаправленным процессом действия по развитию физических качеств и подготовка к обучению практическим формам физических упражнений. Тем самым осуществляемая направленность на сохранение и укрепление здоровья ассоциируется с тренировкой учащихся к выполнению заданных нормативных условий и требований по физической подготовке, которые не имеют личностного смысла для большинства учеников.

Подобное развитие физкультурного образования и общественно-массовой физической культуры в абсолютно полной мере обернулось для нынешнего общества, да и самого индивидуума, большим количеством неблагоприятных последствий [2, с.514]. К ним относятся:

- снижение уровня здоровья и физической подготовки подрастающего поколения, крупномасштабное расширение детской преступности, наркомании и пьянства сочетаются с запустением и разрушением спортплощадок и стадионов, нежелание государственных систем совершенствовать формы и разновидности физкультурно-спортивной деятельности, которые получают наиболее широкое распространение и продвижение в обществе;

- снижение интереса к традиционным формам и концепциям физического воспитания и небольшая просвещённость в системе физической культуры сдерживает возможности обучающихся для перехода к организации самостоятельных неурочных форм занятий физкультурой и спортом, активно и направленно использовать их в укреплении личного здоровья, формировании здорового образа жизни (ЗОЖ) и культурно ориентированного отдыха и досуга;

- недостаточное исследование сущности содержания форм занятий физической культурой, их заданная направленность на утверждённые образцы и нормативы физподготовки сочетаются с модификацией урочных форм в тренировочные занятия, в уменьшении уровня интеллектуальной и технико-моторной подготовки учащихся, регресс культуры их двигательных навыков и умений.

Все эти отрицательно - негативные явления отображают объективную потребность пересмотра основ имеющегося физкультурного образования учащихся, необходимость в ориентированности его содержания к персоне учащихся, одаривание их знаниями, навыками и умениями к самостоятельной организации физкультурной деятельности. Непосредственно такая нацеленность на формирование физической культуры личности, активное привлечение занимающихся в занятия физической культуры, в независимы формы занятий по укреплению своего здоровья и удовлетворённости нужд и потребностей в

индивидуальной физической культуре делается вероятной в схеме современного школьного образования на основании инновационных преподавательских концепций и теорий.

Нынешнее положение состояния физического, психологического и нравственного здоровья учащихся общеобразовательного учреждения вызывает серьёзные страхи и опасения у специалистов [3, с. 296]. У учащихся начальных классов прослеживается рост заболеваний, в том числе и хронического характера. Отмечается повышение числа учащихся с недостатком (дефицитом) массы тела и обладающих отклонениями в психике.

Не может не волновать структура мотивов действия поведения младших учащихся [3, с.159]. Главенствующее место у них занимает мотив превосходства, следом доминируют мотивы соперничества и моторной активности. Аргументы общения, самосовершенствования и навыки к занятиям физической культурой находятся на последнем месте. Данное демонстрирует на значительно высокую агрессивность и враждебность обучающихся этой возрастной группы, неготовность налаживать связь с окружающими и проводить работу по улучшению своих личных показателей. Нужно выделить, что от класса к классу обнаружение негативных установок практически никак не претерпевают каких-либо изменений, что показывает на недоработки учебно-педагогического процесса в сфере физкультурного образования и физического воспитания.

Данные сведения доказывают и конкретизируют отрицательную направленность, наметившуюся в физическом воспитании школьников в общеобразовательном учреждении [3, с.463].

Инновации, которые происходят в концептуальной системе школьного физического воспитания, в данный период дают возможность лишь частично достигнуть предполагаемых стратегических результатов по повышению численности учеников, которые регулярно занимаются спортом и физической культурой за счет их участия в соревнованиях, массовых спортивных мероприятиях, олимпиадах и т.п.

Однако, не смотря на эти достижения, исторически сложившаяся проблема невысоких показателей уровня физического развития и подготовленности школьников остается нерешённой [17, с.19]. Одним из факторов данного положения считается низкая моторно-двигательная активность подростков. Научно доказано, что нормированная моторно-двигательная активность даёт благоприятный результат на состояние здоровья учащихся, проявляет большое воздействие на протекание физиологических и биологических действий в организме. Но внеклассные занятия в общеобразовательных учреждениях (кружки по различным видам спорта; спортивно-массовые мероприятия с физкультурно-оздоровительной направленностью, секции и т.п.), система общепринятого дополнительного (факультативного) образования, а также уроки по предмету «Физическая культура», никак не могут возместить недостаток двигательной активности, которая необходима для полноценного всестороннего развития учащихся. Указанные виды форм физического воспитания компенсируют лишь её частично, так как занимающемуся необходимо выполнять двигательную - моторную деятельность не менее четырёх часов в течение суток. Решить этот вопрос никак не могут даже попытки внедрения и соответственно с этим посещения школьниками ежедневных уроков по физкультуре (не говоря уже о трехразовых уроках каждую неделю). Достичь ожидаемого итога возможно только путём осуществления организации учащимися самостоятельных занятий спортом и физическими упражнениями. Но при всём этом, при окончании общеобразовательной школы учащиеся не в полной мере владеют полученными знаниями, навыками и умениями по организации самостоятельных занятий по физической культуре. Они не могут правильно и грамотно дозировать физиологическую нагрузку с учётом индивидуальных особенностей развития собственного организма.

Таким образом, неправильно организованные, в отсутствии соблюдения методических рекомендации и особенностей, занятия по выполнению двигательной деятельностью не только не оказывают оздоровительного положительного эффекта, но и негативно отражаются на здоровье самого

занимающегося, а чрезмерная моторно-двигательная активность, выполняемая без соблюдения характерных принципов и общепринятых методических особенностей физкультурного воспитания не только никак не могут оказать пользу организму, но и послужить причиной летального исхода. С целью снижения вероятности подобных последствий ученики должны вооружиться умениями, навыками и способностями действенного, разумного и методически правильного использования специализированных знаний в повседневном ритме жизни с целью сохранения и укрепления собственного здоровья, равно как во время изучения материала и обучения в школе, так и при окончании общеобразовательного учреждения.

Последующее направление связано с физкультурным образованием младших школьников, т.к. имеется проблема с проведением теоретических уроков по физической культуре. В учебных заведениях не осуществляется полноценная деятельность с физкультурно – образовательной направленностью. По- прежнему никак не формируется на основе всесторонних знаний грамотный подход к себе, к закономерностям функционирования своего организма и здоровья, развитию потребности в здоровом образе жизни. Одним из факторов такого положения является заниженная оценка интеллектуальных возможностей учащихся младших классов, предпочтение двигательного в ущерб духовному развитию [12, с.77].

Одним из путей данной решения проблемы является обеспечение интеграции учебных дисциплин в учебно- воспитательном процессе учащихся младших классов. Межпредметное объединение способствует созданию у учащихся комплексной картины взаимосвязанных знаний, включая и по предмету «Физическая культура». Требуемый запас знаний по другим общеобразовательным дисциплинам разбирается через призму физической культуры, объединяя педагогические знания с «главной» темой. При проведении объединённых урочных форм подбор темы с целью изучения, в соответствии с установленными задачами, включает в себя содержание. Оно проходит посредством различных типов физкультурно- оздоровительной деятельности, и содержит в себе: физкультпаузы и физкультминутки, подбираемые

соответственно с проводимым урочным занятием; внеклассные физкультурно-оздоровительные мероприятия и т.п. Интегрированные уроки в начальной школе проводятся с первого класса, основная цель которых связана с выбором задач проводимого урока. Следом, из содержания выбираются только те данные, которые нужны для её реализации.

В начальной школе основанием для успешного проведения интегрированных уроков является сочетание предметов в определённом порядке. Данное сочетание, к примеру, имеет следующие варианты: (1 класс – математика – «ознакомление с окружающим миром, труд, рисование, физкультура»; 2 класс– математика- «ознакомление с окружающим миром, физкультура, рисование»; 3 класс– музыка- «чтение, рисование, физкультура»; физкультура - «музыка, экология, природоведение, чтение»).

В программу обучения следует включать и сюжетно- игровые уроки (с элементами танца, музыкальным сопровождением, ритмики) [10, с.93].

К проведению интегрированных уроков предъявляются соответствующие требования [4, с.136]:

- установление системы интегрированных уроков в каждом классе на целый год;
- составлении плана всех уроков с выделением основной и сопутствующей целей;
- имитация урока, наполнение его, поддерживающим основную цель;
- подбор типа структуры, средств и методов обучения урока;
- наилучшая нагрузка новыми познаниями и впечатлениями.

При выборе предмета физкультминутки учитывается тип урока (чтение, математика, труд русский язык и т.п.) с целью увеличения его педагогической направленности и увеличения степени работоспособности школьников.

Педагогические вставки решают задачи закрепления существующих знаний согласно исследуемых явлений с разных позиций. Уроки по предмету «Физическая культура» в начальном учебном заведении проводятся, как правило, только практически. По этой причине практически не остаётся времени на

теоретическое изучение многих тем по предмету. Однако основной Программой начального общего образования по предмету «Физическая культура» учтён теоретический раздел на тему «Основы знаний физкультурной деятельности». На его освоение отводится двадцать четыре часа, которые реализуются равно как на уроках по физкультуре, так и посредством педагогических вставок при изучении общеобразовательных предметов.

Этот аспект к построению обучения в начальных классах формирует у младших школьников основы физкультурно-оздоровительных знаний. Внеклассные виды физкультурно-оздоровительной деятельности, наполненные межпредметным содержанием, позволяют повысить интерес к проводимому мероприятию и обеспечить большую активность обучающихся. Таким образом, рекомендованная интеграция хода учебного процесса позволяет создать на базе комплексного восприятия учебного и воспитательного процесса по физической культуре целостную образовательно - развивающую среду.

Исследование сформировавшейся проблемы в сфере физкультурного образования младших школьников связан малой изученностью и научной обоснованностью методических и теоретических основ общего физкультурного образования учащихся [4, с.189]. Данное представление даёт вероятность поиска эффективных путей улучшения системы физкультурного образования учащихся младших классов, содействующих укреплению здоровья учащихся.

Реализацию по осуществлению вышеперечисленных проблем значительно осложняют отсутствие профессионально-кадрового состава, недостатки информативного и материального обеспечения, медицинского мониторинга за здоровьем учащихся и ходом учебного процесса по физкультурному образованию физическому воспитанию, научного обеспечения; исследования и анализа современного учебно-методического комплекса для организации физкультурного образования в общеобразовательных учреждениях.

### 2.3. Перспективы развития форм и уровней организации физкультурного образования

Одним из приоритетных направлений современной общегосударственной политики является разрешение проблем по улучшению и сохранению состояния здоровья учащихся школ, за счёт увеличения их уровня моторно-двигательной активности, развития и формирования у них осмысленного отношения к своему здоровью как основному значению жизни существования.

В соответствии с этим осуществляется реализация Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации. В данной Стратегии определяются цели, задачи, основные направления реализации общегосударственной политики в сфере развития спорта и физической культуры на период до 2020 года. Повышение социального и экономического уровня нашего государства в последнее десятилетие благоприятно сказалось на преодолении отрицательных тенденций в области спорта и физической культуры, наблюдавшихся в последние годы. Обозначилось улучшение ключевых показателей в развитии спорта и физической культуры. Из числа запланированных задач предусмотрена модернизация и улучшение качества концепции физического воспитания и физкультурного образования в школах, а кроме того развитие административно-управленческого, научно-методического, кадрового и медико-биологического обеспечения физкультурно-спортивной деятельности.

Также одним из основных направлений формирования новой национальной системы физкультурно-спортивного воспитания является обеспечение преемственности программ физического воспитания в общеобразовательных учреждениях [32, 278].

Одной из главных целей Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа», утвержденной Указом №271 от 04.02.2010 г. Президентом Российской Федерации, является сохранение и укрепление здоровья учащихся. Сделан акцент на том, что спортивные занятия, включая и внеурочные формы,

должны оказывать позитивное влияние на улучшение здоровья учащихся в школах.

При научной разработке содержания федеральных государственных общеобразовательных стандартов (ФГОС) особое внимание уделено повышению заинтересованности и привлекательности, создания и развития побуждения к выполнению занятий спортом и физической культурой.

Так, в ФГОС предусмотрена организация внеурочной деятельности и учтено определенное количество времени для неё, включая оздоровительную и физкультурно-спортивную направленность, и способы для её реализации (школьные спортивные секции и клубы, проведение физкультурных и спортивных массовых мероприятий и т.п.).

В соответствии с пунктом 4 поручения Правительства Российской Федерации от 05.02.2009 г. № АЖ-П12-10-пр органам исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органам местного самоуправления городских округов и муниципальных образований даны рекомендации предусмотреть применение спортивных и физкультурно-оздоровительных центров соответственно в качестве межшкольных центров для проведения уроков по предмету «Физическая культура» и внешкольной спортивной деятельности.

Согласно этого:

- осуществляется наблюдение по результативному применению и использованию плавательных бассейнов, спортивных площадок, стадионов и т.п.;
- создаётся перечень спортивных объектов;
- ведутся работы по разработке законодательной базы, регулирующей использование этих объектов для предоставления физкультурно - оздоровительных и спортивных услуг учащимся школ в качестве межшкольных центров;
- ведутся работы по разработке Регламента использования и применения спортивных объектов, которые находятся в непосредственной близости от общеобразовательных заведений. Данные Регламент регламентирует определённый порядок предоставления на бесплатной основе необходимое

количество времени для проведения уроков по предмету «Физическая культура», физкультурно- оздоровительных и спортивных услуг для школьников, обучающихся в общеобразовательных учреждениях;

- создаются стандартные шаблоны договоров, предназначенные для заключения между объектами спортивной направленности, которые находятся в ведении органов местного самоуправления, и общеобразовательными учреждениями. Их цель - регуляция двухсторонних отношений по решению вопросов взаимного сотрудничества и общей эксплуатации спортивных объектов; формирование режима занятий; установка лиц, несущих ответственность за проведение занятий по физической культуре, учебно-тренировочных занятий и других физкультурно-спортивных мероприятий;

- составляется реестр со списком категорий школьников, которым предоставляются физкультурные и спортивные объекты на безвозмездной основе и льготных условиях для проведения уроков по предмету «Физическая культура», учебных и тренировочных занятий и т.п.;

- ведутся работы по разработке критерии оценки результативности применения физкультурных и спортивных объектов для использования механизма льготного доступа особенными категориями населения (к примеру: дети, находящиеся в сложной жизненной ситуации, а также прочие категории).

Регламенты использования физкультурных и спортивных объектов разрабатываются согласно Федерального закона Российской Федерации от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», законами субъектов Российской Федерации, в обязанности которых входят вопросы по регулированию сферы спорта, физической культуры и образования. Они должны включать в себя цели, задачи в сфере использования спортивных и физкультурных объектов, законодательные документы, расписание урочных и неурочных форм занятий, перечень лиц отвечающих за проведение мероприятий по физкультурно-спортивной направленности. При назначении величины времени занятий необходимо учитывать существование и состояние всего комплекса спортивной базы, которая находится на территории субъекта

Российской Федерации и городских образований. В функции руководства спортивных объектов входит обеспечение надлежащего технического состояния мест проведения уроков по физической культуре, спортивных мероприятий согласно технических норм, инструкций и правил, и требованиями, которые установлены органами правительственного контроля (надзора), санитарными нормами и правилами, а кроме этого они несут ответственность за причинение вреда жизни или здоровью лиц, осуществляющих занятия физической культурой и спортом на объекте, в соответствии с нормативно-правовыми актами Российской Федерации. Общеобразовательные заведения используют спортивные объекты в границах учебного процесса, учебно-тренировочных занятий и физкультурно-спортивных мероприятий для проведения уроков по физической культуре.

В перечень реестра учащихся, с правом на посещение спортивных объектов, предлагается внести следующие категории учащихся:

а) на бесплатной основе - учащиеся из многодетных и малоимущих семей, дети - сироты и дети, которые остались без попечения родителей, дети с ограниченными возможностями здоровья, в том числе дети - инвалиды;

б) на льготных условиях - иные категории учащихся (не более 50% от цены посещения взрослого).

Таким образом, решение задач, нацеленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся, считается одной из основных в ходе учебно-воспитательного изучения предмета в школе. При этом, изучение учебного предмета отображается не только как основной, характеризующий компонент общешкольного физкультурного образования, а также главной конфигурацией всего процесса обучения по физическому воспитанию, важного условия, который обеспечивает успешное формирование физической культуры в социуме.

Базовой основой развития физической культуры индивида является образовательная деятельность [29, с.15]. Но только на уроках физической культуры такую проблему не возможно решить, т.к. необходима взаимосвязь всех типов форм физкультурно - оздоровительной направленности, из числа которых

главенствующую роль должно играть физкультурное образование, нацеленное на решение вопросов и задач по формированию заинтересованности у обучающихся и устойчивого желания в двигательно-моторной деятельности за счёт итоговых результатов стимуляции естественных побуждающих механизмов и совершенствованию физических способностей и навыков, морфофункциональных ресурсов и двигательно-моторных навыков. Невзирая на важность и значимость поставленному предмету обсуждения, проблеме полновесного физкультурного образования школьников уделяется недостаточно полное внимание.

До этого времени уже предлагались подходы к модернизации концепции системы физического воспитания подрастающего поколения. Одной из задач оптимизации и совершенствования физического воспитания считается система персональной физической культуры, принимающая возможность значительного воздействия и влияния на вопрос формирования привычек по осуществлению учениками ведения здорового уклада жизни [5, с.54]. Однако имеется ряд объективных факторов, которые сдерживают внедрение концепции личной физической культуры в ход учебно-педагогического процесса школы: отсутствие единого общепринятого термина «личная физическая культура», точного установления целей и задач, натура и структурное содержание «личной физической культуры».

Формирование системы личной физической культуры способно осуществляться по двум главным направлениям [8, с.305]. Первое направление - это преобладающая социализация персоны учащегося школы, которая учитывает, во-первых, потребности государства, а во-вторых - нацеленность на максимальное приспособление учащегося в обществе. Цель второго направления – максимально наибольшее раскрытие потенциала ребёнка, его индивидуальных задатков и способностей, которые учитывают основную область интересов и степень развития психофизических характеристик. В настоящее время оба подхода разрабатываются стремительными темпами и имеют как негативные, так и положительные черты.

С целью изучения проблем и вопросов личной физической культуры учащихся школ ведётся теоретическое исследование и проводится анализ, в задачи которого входит: создание единого определения «индивидуальная физическая культура», определение её главных целей и задач, раскрытие предмета и структуры. Сочли, что внедрение личной физической культуры в ход учебно-педагогического процесса школьного заведения обеспечит возможность исключить ряд негативных характеристик, которые снижают степень подготовки школьников по изучению предмета «Физическая культура».

Были предложены существенно важные высказывание, на базе которых проводилось теоретическое исследование:

-следует устранить ведомственный аспект подступа к физическому воспитанию, т.к. он искривляет намеченные цели и задачи этого типа деятельности;

- односторонне условное развитие физических качеств и моторно-двигательных навыков отрицательно влияет на совершенствовании индивидуальности учеников;

- необходимо остерегаться применения научно недоказанных теоретических положений в сфере физического воспитания школьников;

- существенную значимость для физкультурного образования школьников в учебных заведениях, минуя двигательную подготовленность, играет формирование и развитие социальной культуры, морали и умения межличностного общения;

- в рамках деятельностного подхода обязано реализовываться развитие личной физической культуры.

В свете выше перечисленных утверждений было дано понятие «личная физическая культура» - работа в области физической культуры, которая нацелена на удовлетворение индивидуальных потребностей и культурных желаний в согласии с персональными особенностями учащихся школ [14, с.28]. Цель личной физической культуры - наделение учащихся навыками, привычками и знаниями по разделам воспитательной, научной, развивающей, оздоровительной,

восстановительной и гигиенической области для последующего применения в процессе своего самосовершенствования [14, с.28].

Для реализации личной физической культуры учащихся были сформулированы основные задачи, а именно:

- осуществление у учащихся побуждения к выполнению занятий спортом и физической культуры;

- наделение их умениями и способностями использовать средства личной физической культуры как на уроках физической культуры, так и в повседневной деятельности;

- развитие осознания занятий личной физической культурой.

Образование мотивации основывается на следующих потребностях:

- физические (активные двигательные и моторные действия);

- в безопасности (от неприятных чувств, боли, страдания, неорганизованности и негодования);

- в социальных взаимосвязях (распознавание в коллективе, общественная участие в определённой группе, дружба и т.д.);

- в чувстве собственного достоинства (оценка со стороны находящихся вокруг и достижение личного успеха, похвала старших, включая преподавателей);

- в самоактуализации (осуществление личного потенциала и способностей, понимание и осмысление окружающего мира).

Для использования знаний, умений и навыков применения средств индивидуальной физической культуры в обыденной деятельности, а кроме того и на уроках физической культуры необходимо:

- самостоятельно устанавливать цели и задачи занятий личной физкультурой;

- владеть умением подбора сопутствующих средств и методов выполнения поставленных установок;

- самостоятельно организовать и проводить занятия личной физической культурой;

- правильно выполнять технику движений физических упражнений;

- осуществлять контроль деятельности собственного организма на уровень тренировочной нагрузки.

Осмысление у учащихся понятия сущности занятий индивидуальной физической культурой основывается на:

- понимании явлений, которые лежат в основе исполняемого упражнения и логичность возникновения этих явлений;

- налаживание взаимосвязи между различными явлениями, которые возникают в ходе занятий.

Осознание смысла и значений занятий даёт учащимся вероятность целенаправленно регулировать процесс овладения комплексом знаний и умений, то есть базификацией самосовершенствования. Таким образом, совершенными с педагогической точки зрения считаются теории обучения, основанные на осмыслении школьниками основы изучаемого предмета [8, с.199]. Осознавать и понимать сущность какого-либо предмета – значит владеть общим методом порядка его структуры и знанием его природы происхождения.

При создании структуры и содержания личной физической культуры учеников общеобразовательного учреждения основным методологическим подходом стала направленность на индивидуальные особенности детей и подростков, включая их максимальный учёт в ход учебно-воспитательного процесса. Базисом для разработки сущности и содержания стали теория системы физического воспитания и оздоровление детей и подростков, форма личной физической культуры школьников ученического возраста и система организации личности обучающихся в процессе морально-физического воспитания.

Строение личной физической культуры обучающихся общеобразовательного учреждения включает в себя шесть блоков: воспитательная, формирующая, оздоровительная, образовательная, санитарно-эпидемиологическая и восстановительная направленность [14, с.30]. Классификация на блоки в некоторой степени условно, но намного упрощает планирование учебно-воспитательного процесса и предоставляет допустимо

эффективно решать основные задачи физического воспитания общеобразовательного заведения.

Средствами личной физической культуры в каждом из шести блоков значатся следующими [14, с.33]:

1. Воспитательная направленность: навыки и данные сосредоточения внимания, межличностной коммуникации, формирования и совершенствования черт характера, координация эмоциональным самочувствием и основы морального поведения.

2. Оздоровительная работа: умение осуществлять упражнения для предупреждения нарушений зрения и осанки, для укрепления респираторной системы и методы проведения самомассажа биологически активных точек.

3. Формирующая деятельность: способы тренировки физических двигательных качеств (сила, быстрота, выносливость, ловкость и подвижность в суставах).

4. Образовательная направленность: понимание сущности занятий для физиологического, духовно - нравственного здоровья обучающихся общеобразовательных школ; понимание методики формирования и развития главных двигательных свойств; навыки самостоятельного формирования комплексов утренней гимнастики, тренировочных форм занятий для совершенствования основных двигательных свойств, осуществления подготовительных разминочных упражнений прямо перед проведением тренировочного занятия.

5. Восстановительная деятельность: методы организации и осуществления подвижных игр, самостоятельное проведение спортивных игр (мини-футбол, хоккей, настольный теннис) и иных видов спорта в зависимости от выбора; проведение лыжных прогулок и туристских встреч и походов.

6. Санитарно - эпидемиологическая направленность: навыки реализации закаливающих мероприятий, контроля за собственным состоянием организма, выполнение гигиенических мероприятий после физической работы, формирование рационально оптимизированного режима дня.

Подготовленное содержание личной физической культуры учащихся необходимо как приложение к обязательной общеобразовательной программе по физическому воспитанию. Максимальная доля представленных показателей личной физической культуры даёт возможность школьникам к самостоятельным занятиям и повышению личного уровня просвещённости в данной сфере деятельности человека.

В целях усовершенствования организации учебно-воспитательного процесса в области физической культуры необходимо руководствоваться основополагающими документами и в то же время использовать научно-технические инновации в организации физического воспитания [2, с.358].

Под передовыми научно-техническими инновациями следует подразумевать инновации, цель которых – создание и внедрение современных технологий и методов в обучении для наиболее результативного удовлетворения новых или прежних потребностей учащихся школ.

Таким образом, поставленные задачи создания научно – технических новшеств и их дальнейшее внедрение в ход учебного процесса в концепции физподготовки учащихся нуждаются в дальнейшем всестороннем исследовании.

Инновационные технологии в физкультурном образовании - это поиск и отбор новых методов, средств и форм преподавания [3, с.502].

В последнее время учителям по физической культуре были предоставлены большие возможности по изменению порядка распределения часов согласно изучаемых разделов общеобразовательной программы. На основании этого, общеобразовательное учреждение, применяющее инновационные технологии способствует более стабильному развитию учеников в формировании интеллектуально богатой, физиологически здоровой, общественно активной личности.

Нововведения являются значимыми в развития образования и проявляются в тенденциях накопления и видоизменения разнообразных инициатив и инноваций в учебном процессе, которые в комплексе ведут к переменам в структурном содержании и качестве.

Деятельность основывается на концепции от простого к сложному, закономерно обоснованно, и соответствует содержанию. Она служит с целью преподавания, для контроля и получения информации (рисунок 1) [3, с.401].



Рис.1. Инновации на уроке ФК

Используя разнообразные технологические процессы можно включать в обучение народные игры, которые содействуют лучшему владению собой, развивают навыки лидерства, формируют способности к командным действиям с целью самоконтроля, самоисследования и самопознания [20, с.202].

Общедоступность русских всенародных игр, в первую очередь, применяется в качестве метода привлечения занимающихся к систематическим занятиям физической культурой, пропаганде здорового образа жизни, содействует сохранению культурного наследия народа. К примеру, игры «Палочка-выручалочка», «Гуси - лебеди», «Пятнашки», развивают мощь, быстроту и желание победить. Данные игры способствуют участию всего состава класса, что очень важно на уроке. Занятия отличаются высокой моторной плотностью, напряженностью и всё это способствует приобщению занимающихся к общенациональной культуре своего народа.

Сбережение здоровья нации – главная проблема современного социума. В условиях современного природно-общественного и экологического положения проблема здоровья подрастающего поколения принимает масштабный характер.

В связи с этим необходимо изменение направленности традиционного классического обучения с передачи знаний, умений и навыков на единое образование развития учащихся в отсутствии нанесения вреда их здоровью, а кроме того увеличение функций преподавания, цель которых – целостное развитие здоровых детей и подростков в ходе совершенствования образования.

Информатизация сферы образования – наиважнейший курс модернизации образования. Обеспеченные возможности для этого дают современные информационные компьютерные нанотехнологии.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Правильная организация физкультурного образования общеобразовательного учреждения в физкультурно-оздоровительной ориентации повышает престиж школьного заведения и поднимает на более высокий уровень компетентность педагогов по предмету «Физическая культура», ставит их в необходимость заниматься самообразованием, предоставляет условия для перехода учащегося из предмета объекта в субъект обучения и воспитания, создаёт учебно-воспитательный процесс, образует среду для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Физкультурное образование базируется на причинах и смысле занятий физупражнениями в определённом возрасте, тем самым обеспечивая условия для приобщения подрастающего поколения к физической культуре согласно их интересов как в период урочной деятельности, так и в повседневной жизни.

В ходе работы над выпускной квалификационной работой, анализа литературных источников мы можем сформулировать следующие выводы:

1. Только индивидуальный подход подразумевает применение современных научных технологий и разработку образовательных программ, вызывающие у учащихся заинтересованность к учёбе. Практическая деятельность по индивидуальному обучению с учётом возраста, освоение предметов по выбору, снижение степени школьной нагрузки в форме традиционных учебных занятий положительно отразятся на здоровье обучающихся.

2. Основным содержанием физкультурного образования подрастающего поколения должно быть формирование физкультурной грамотности.

3. Связь различных форм учебных и внеучебных занятий создаёт условия, которые необходимы для нормального функционирования организма школьников, формирования и развития мотивационно - ценностного отношения к физической культуре и спорту.

4. Инновации (нововведения) в концепции физического воспитания обучающихся считаются функциональной необходимостью преподавателей.

Так же в данной работе мы решили ряд задач:

1. Изучили основные формы урочных и внеурочных занятий.
2. Рассмотрели структуру уровней организации физкультурного образования.
3. Проанализировали состояние, актуальные проблемы и пути решения организации физического образования в общеобразовательных учреждениях.

Решение всех этих задач связано с овладением знаниями о своём организме, о воздействии физических упражнений, сформированием у учеников необходимости в регулярной физкультурной деятельности, привлечением их к занятиям со спортивной направленностью, созданием установки на здоровый образ жизни.

Потому что в обстоятельствах традиционного организованного воспитательно-образовательного процесса не происходит значимого позитивного влияния на физическое развитие и двигательные функции учеников. Главный фактор - недостаточность времени, отводимого в рамках базисного учебного плана на уроки физической культуры, что не даёт сформировать у учащихся потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Однако тут необходимы всесторонние меры. Необходимо пробудить в подрастающем поколении желание заботиться о своём здоровье, сформированное на их личной заинтересованности в учёбе, выборе курсов, соответствующих персональным интересам и предрасположенностям. Насыщенная, увлекательная и полная интересов учебная жизнь будет главным обстоятельством сохранения и укрепления здоровья.

Сделав выводы, хотелось бы подметить, что проблематика нашего исследования крайне важна, т.к. нужна необходимость изменения направленности классического обучения с передачи знаний, умений и навыков на единое образование развития учащихся в отсутствии нанесения вреда их здоровью, а кроме того увеличение функций преподавания, цель которых – целостное развитие здорового школьника в ходе модернизации образования.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. - М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. - 780 с.
2. Архипова Л.А. Методика преподавания физической культуры в начальной школе: учебное пособие. Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2013. 264 с.
3. Архипова Л.А. Н.В. Фомичёва. Современные технологии в физическом воспитании обучающихся: учебно-методическое пособие. Тюмень: Изд-во Тюменского государственного университета, 2015. 92 с.
4. Архипова Л. А. Физкультурное образование в вопросах и ответах: учеб.-метод. пособие / Л. А. Архипова ; Тюм. гос. ун-т. - Тюмень: Изд-во ТюмГУ, 2008. - 80 с.
5. Бальсевич В. К., Большенков В. Г., Рябинцев Ф. П. Концепция физического воспитания общеобразовательной школы //Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996, № 2, с. 13-18.
6. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 с.
7. Барчуков, И.С. Физическая культура: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И.С. Барчуков; Под общ. ред. Н.Н. Маликов. - М.: ИЦ Академия, 2013. - 528 с.
8. Виленский М.Я. Физическая культура. Методические рекомендации. 5-7 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / М.Я. Виленский, В.Т. Чичикин, Т.Ю. Торочкова; под ред. М.Я. Виленского. – М.: Просвещение, 2013. – 142 с.
9. Вишневский, В. И. Система массовых спортивных соревнований школьников «Команда–класс» по игровым видам спорта: научно-методические рекомендации / В. И. Вишневский, В. И. Столяров. – М.: АНО «Учебный центр информационных и образовательных технологий», 2009. – 131 с.

10. Дуркин П.К. Личная физическая культура и здоровье человека: учеб. пособие для вузов. – Архангельск: Изд-во АГТУ, 2005. – 102 с.
11. Евсеев, Ю.И. Физическая культура: Учебное пособие / Ю.И. Евсеев. - Рн/Д: Феникс, 2012. - 444 с.
12. Елизарова, Е.М. Физическая культура 2-4 классы. Уроки двигательной активности. / Е.М. Елизарова. - М.: Советский спорт, 2013. - 95 с.
13. Колодницкий Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 93 с.
14. Короткова Е.А., Завьялова Т.П., Архипова Л.А., Хромин Е.В. Теория и методика физической культуры: учебно-методическое пособие. Изд-во ТюмГУ, 2014. 120 с.
15. Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры: учебник для студ. учрежд. высш. проф. образования / В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 416 с.
16. Латыпов И.К. Урок в современной школе. Проблемы и реальные возможности // Физическая культура в школе. - 2010 № 7, с. 2-5.
17. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учеб. пособие. — М.: Издательский центр «Академия», 2001.
18. Максименко, А. М. Теория и методика физической культуры: учеб. для вузов физической культуры / А. М. Максименко. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физическая культура, 2009. – 496 с.
19. Матвеев А.П. Концепция структуры и содержания образования по физической культуре в школе // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. - № 6. – С. 2-5.
20. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник для вузов / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. - М.: Юрайт, 2013. - 424 с.
21. Муллер, А.Б. Физическая культура: Учебник и практикум для СПО / А.Б. Муллер, Н.С. Дядичкина, Ю.А. Богащенко. - Люберцы: Юрайт, 2016. - 424 с.

22. Организация работы спортивных секций в школе: программы, рекомендации / авт.-сост. А. Н. Каинов. – Волгоград : Учитель, 2012. – 167 с.
23. Основина В. А. Проектирование и организация учебного процесса на деятельностной основе. – Ульяновск: УИПКПРО, 2008. – 106 с.
24. Парняков Д. М. Автоматизированный контроль показателей физической подготовленности и физического развития школьников среднего звена // Молодой ученый. — 2015. — №11. — 608 с.
25. Планирование и организация физкультурного образования в общеобразовательных организациях: учебно-методическое пособие / сост. Ю.А. Мельникова, М.П. Мухина. – Омск: изд-во СибГУФК, 2014. – 150 с.
26. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 №1897 (с изм. от 31.12.2015 г.) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
27. Проблемы и перспективы современного физкультурного образования. Журнал «Учёные записки университета имени П.Ф. Лесгафта» №5 (39) 2008.
28. Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: материалы IV международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 27 февраля 2015 г. / ФГАОУ ВПО «Рос.гос.проф.-пед.ун-т». 2015. – 397 с.
29. Решетников, Н.В. Физическая культура: Учебник для студ. учреждений сред. проф. образования / Н.В. Решетников, Ю.Л. Кислицын, Р.Л. Палтиевич, Г.И. Погадаев. - М.: ИЦ Академия, 2013. - 176 с.
30. Сулейманов И.И., Михалев В. И., Шнайдер В. Х., Семина А. Б., Пуусепп И. П. Общее физкультурное образование: учебник для студ. специализации «Преподаватель физической культуры». Омск, 1998.
31. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2013. - 431 с.
32. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2016. - 431 с.

33. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд. / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2003. – 460 с.
34. Янсон Ю.А. Физическая культура в школе. Научно-педагогический аспект. Книга для педагогов.- Ростов н/Д: «Феникс», 2004.- 624с.
35. Концепция федеральной целевой программы «Развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы» // URL: <http://static.government.ru>
36. Федеральный закон Российской Федерации «О физической культуре и спорте» от 04.12.2007 года № 329–ФЗ. Правовой сервер «Консультант плюс» // URL: <http://www.consultant.ru>
37. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273–ФЗ. Правовой сервер «Консультант плюс» // URL: <http://www.consultant.ru>
38. Федеральный закон Российской Федерации «Об общих принципах организации законодательных (представительных) и исполнительных органов государственной власти субъектов Российской Федерации» от 06.10.1999 года № 184–ФЗ. Правовой сервер «Консультант плюс» // URL: <http://www.consultant.ru>
39. Федеральные государственные образовательные стандарты // URL:<http://elibrary.ru/>