



Рис. 1 – Показатели прыжка в длину у волейболистов

Таким образом, развитие прыжковых данных у волейболистов неотъемлемая часть тренировочного процесса, способная преломить ход игры в пользу команды. Однако, к тренировкам нужно подходить с умом, соблюдать комплексность и учитывать физические данные конкретного спортсмена. В противном случае, неправильно построенный тренировочный процесс способен вывести из строя наиболее преуспевающих спортсменов и привести общее физическое состояние команды к упадку.

Список литературы

1. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Изд. центр «Академия», 2002. – 264 с.
2. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная. Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528с.
3. Шалманов А.А., Зафесов А.М., Доронин А.М. Биомеханические основы волейбола. – Майкоп: Изд-во Адыгейского государственного университета, 1998. – 92 с.

Смирнова А.В., Казакова Е.В.

Муниципальное образовательное учреждение «Средняя школа №92»,
Муниципальное образовательное учреждение «Гимназия №17»,
г. Волгоград

Исследование интересов и отношения к физической культуре и спорту учащихся средней школы

В современном обществе всё более актуальной становится проблема здорового образа жизни. Занятиями спортом сейчас увлекаются все возрастные категории: и старшее поколение, и молодёжь. Несмотря на возросший интерес

к активному образу жизни, физической культуре, медицинские исследования выявляют явное ухудшение здоровья всех слоёв населения [1].

Причины снижения уровня здоровья многообразны: это и отягощенная наследственность, и экологические проблемы, и социальный кризис. Особенно важно, ввиду ограниченных возрастных функциональных возможностей ребенка и повышенной ранимости его организма, создание здоровой развивающей среды обучения в начальной школе [2]. Именно в этот период формируются основные стереотипы учебной части и внеурочной деятельности, и поэтому так необходимо с самого начала правильно организовать все стороны жизни ребенка. Очень важным является уровень двигательной активности. Необходимо чтобы он был оптимальным, ведь недостаток или избыток может привести к негативным последствиям. Физические нагрузки оказывают большое влияние на развитие и рост детей. Недостаток двигательной деятельности у ребенка может привести к патологическим изменениям в организме. Установлено, что у 50% детей в возрасте 6-7 лет возникает дефицит двигательной активности. У школьников 9-12 лет эта цифра достигает еще больших размеров 60%, а у школьников старшего возраста - 70%. Уроки физической культуры в школе компенсируют лишь малую часть двигательной нормы [3].

Целью нашего исследования является определение отношения к физической культуре и к спорту учащихся.

Задачи исследований:

1. Анализ научно-методической литературы по теме исследования;
2. Анкетный опрос;
3. Статистическая обработка полученных данных.

Методы исследования: метод опроса (анкетирование и беседы), метод математической статистики.

Результаты исследований. Основной экспериментальной базой исследования были МОУ СОШ №92 и гимназии №17. Всего в эксперименте участвовало 104 ученика.

Анализ исследования показал, что подавляющее большинство учащихся интересуется физической культурой и спортом (94,4%), причем, среди учащихся 4-6 классов интерес выше, чем среди учащихся 7-10 классов (соответственно 91,1 и 74,7%). В основном спад интереса происходит у девочек.

Исследования показали, что учащиеся используют для своего физического развития утреннюю гимнастику 78,9% опрошенных школьников систематически выполняют комплекс утренней гигиенической гимнастики, 18,7% были в туристских походах. Однако отношение к этим видам занятий у учащихся различно. В ходе исследований была сделана попытка определить отношение школьников к сдаче нормативов комплекса ГТО: только трое из 104 опрошенных учащихся 8-10 классов на вопрос о сдаче нормативов ответили положительно. Безусловно, учащиеся этих классов сдавали нормативы, однако, полученные результаты говорят о плохой организации пропаганды комплекса и приема норм.

В ходе исследований были выявлены интересы и отношение школьников к определенным видам спорта. Данные опроса говорят о том, что школьники знают и любят многие виды спорта, даже такие, которые не культивируются в школе. Любимыми видами спорта были названы футбол, волейбол, баскетбол, легкая атлетика и др. Девочки отдали предпочтение танцы и художественную гимнастику, а мальчики – футболу и единоборства. Так среди школьников оказалось 72 любителя футбола.

Следует отметить, что спортивные базы школы и ДЮСШ не могут полностью удовлетворить интересов школьников к отдельным видам спорта.

Школьники слабо привлекаются к занятиям отдельными видами спорта. Средний процент охвата учащихся в занятиях спортом - мальчики принимают больше участия, чем девочки. Кроме того, среди учащихся, занимающихся в секциях и самостоятельно, мало спортсменов-разрядников. Только 6,3% опрошенных имеют спортивные разряды. Одной из причин такого положения является то, что в школе мало проводят спортивных соревнований, к ним слабо

привлекают учащихся. Доказательством правильности сказанного является то, что в период проведения исследований бригадой студентов были организованы соревнования по четырем видам спорта.

Таким образом, полученные результаты могут быть использованы в организации учебно-тренировочной работы детьми.

Список литературы

1. Абашкина Р.А. Отношение студентов к физической культуре и спорту как способу формирования здорового образа жизни / Р.А. Абашкина, Т.А. Андреевко // Актуальные проблемы физической культуры, спорта, туризма и рекреации: материалы IV Всероссийской с международным участием научно-практической конференции студентов и аспирантов, г. Томск, 21 апреля 2016 г./ под ред. канд. биол. наук А.В. Кабачковой. – Томск: STT, 2016. – С. 64-66.

2. Андреевко Т.А. Сохранение здоровья нации как медико-социальная проблема / Т.А. Андреевко, Н.А. Клецков // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення матеріали XVIII Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених. – Изд-во: Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка, 2018. – С. 75-77.

3. Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки: Электронный сборник статей по материалам XIX студенческой международной научно-практической конференции. - Новосибирск: Изд. «СибАК». – 2014. – № 4 (19) / [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: [http://www.sibac.info/archive/guman/4\(19\).pdf](http://www.sibac.info/archive/guman/4(19).pdf).

Сорокина П.В., Ханевская Г.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Роль здорового образа жизни в профилактике девиантного поведения учащейся молодежи

Ежедневно многие люди сталкиваются с многочисленными проявлениями социально опасного поведения – агрессией, нарушениями личных прав, противозаконными действиями и так далее. Специалисты, которые занимаются подобными проблемами, не первый год ищут ответы на такие вопросы как: каковы причины девиантного поведения, что заставляет человека причинять вред себе и окружающим вновь и вновь?