Шестое состязание - «Самые сильные». Перетягивание каната.

Седьмое состязание – «Самый меткий». Кто мячом попадет в мишень?

Преобразовать себя, развить свои способности, свое тело, его движения может буквально каждый. Для развития культуры движений не существует возрастного ценза. Однако, следует отметить, что, чем раньше человек начинает уделять внимание каким-либо своим способностям и развивать их, тем лучших результатов он добивается.

Главным критерием деятельности преподавателя должно стать не столько выполнение нормативов и результатов, сколько влияние занятий на когнитивную сферу, на физическое развитие и здоровье каждого ученика.

Для решения этого вопроса в теоретический блок Дней здоровья включаются беседы по основам культуры здоровья, основы рационального питания, полового воспитания, вредные привычки и их профилактика, первая медицинская помощь.

Система организации внеурочной деятельности и построения уроков физической культуры должна обеспечивать необходимую двигательную активность учащихся и способствовать формированию здорового образа жизни у школьников как одной из ведущих ценностных ориентаций.

Анализ отношения к занятиям физической культурой учащихся специальной медицинской группы

Хозяннова-Цегельник Т.К., Семенова Е.Л., Мальцев Ю.С. Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург

В результате исследований в области организации занятий физической культуры в общеобразовательных школах, в частности специальной медицинской группы (СМГ), мы выяснили, что учащиеся СМГ, оказались самым незащищенным и уязвимым контингентом среди школьников¹. Вопервых, все они уже имеют отклонения в состоянии здоровья; во-вторых – в большинстве школ с ними не занимаются физической культурой в СМГ; втретьих – такие дети не участвуют в общероссийском мониторинге физического здоровья; в-четвертых, дети не задействованы во всевозможных

[&]quot;Хозаннова-Цегельник Т.К. Анализ состояния постановки физического воспитания с ослабленными детьми в школах // Валконедительноские аспекты заоровьебережения в образовательных учреждениях: состояние, проблемы, перспективы. Материалы і региональной научно-практической конференции г. Екатеринбурга. Екатеринбург, 15 апреля 2002 г. Изд-во РГППУ. Екатеринбург; 2002, с. 159

соревнованиях и спортивной жизни своей школы. Из этого следует, что больные и ослабленные дети не имеют стимула к занятиям физическими упражнениями.

Чтобы узнать, каково же личное мнение самих школьников СМГ об организации занятий физической культуры в школе, мы решили провести социологический опрос данного контингента детей.

Конкретно нас интересовали следующие вопросы: знают ли дети, по какой причине, они отнесены в СМГ и каково их физическое здоровье; насколько полноценно они занимаются физической культурой в школе; занимаются ли дети физическими упражнениями во внеучебное время.

С этой целью была разработана комбинированная анкета², которая содержала в себе 45% - закрытого типа, 39% - открытого и 16% - смешанного. Структура и характер прямых вопросов анкеты способствовали получению необходимой информации от респондентов, непосредственно отвечающей задачам и цели исследования. Наличие открытых вопросов и содержание в них набор ответов позволил получить информацию наиболее естественной формы, содержащие интересные и неожиданные факты, обоснование мотивов. Наибольшая точность ответов гарантировалась анонимностью анкеты.

Исследование проводилось в общеобразовательных школах Орджоникидзевского района г. Екатеринбурга, в которых ранее не были организованы занятия по СМГ. Было опрошено 65 школьников СМГ с 1 по 11 класс. На один вопрос ученики могли отметить несколько вариантов ответов, соответствующих их мнению. Из многочисленных видов анкетирования мы использовали сплошное анкетирование, т.е. проводили опрос всех школьников СМГ. Также имели место личное и групповое анкетирование, что гарантировало полный возврат анкет, контроль правильного их заполнения, а также собирание значительного материала при минимальных затратах времени.

Чтобы узнать самооценку школьников СМГ о состоянии их физического здоровья, был составлен блок вопросов, касающихся их диагноза, физического развития, физической подготовленности и функционального состояния.

На вопрос «Какое у Вас основное заболевание?» треть опрашиваемых (34%) затруднились с ответом. На вопрос о том, знают ли они, какие

² Анкету разрабатывали: Т.К. Хозяинова-Цегельник, Е.Л. Семенова.

физические упражнения им нельзя выполнять при их заболевании, отрицательно ответили 66% респондентов.

Показатели своего физического развития (жизненная емкость легких - ЖЕЛ, динамометрия) и функционального состояния (пульс и артериальное давление в покое) ребята также практически не знают (92-99%). Свой вес и рост знают 48% и 43% школьников СМГ соответственно.

Уровень развития своих физических качеств выносливость, сила и гибкость большинство школьников СМГ оценивают как среднюю (51-52%); высокую (14 - 20%); низкую (11-18%); затруднились с ответом - (22-15%). Причем назвать тестовое задание, которым можно определить то или развитие физического качества дети не смогли в 96% случаях. Конкретные нормативы, касающиеся их возраста и которые они должны стремиться выполнить к концу учебного года, никто не назвал. Из этого следует что школьники, имеющие отклонения в состоянии здоровья находятся в полном неведении о состоянии своего физического здоровья. 83% школьников СМГ считают, что им важно получение информации об уровне их физического развития, физической подготовленности и функционального развития и 72% учащихся считают, что тестирование и информирование об его результатах должно быть не менее двух раз в год. Таким образом, основная масса опрошенных испытывает, так называемый, «информационный голод», поэтому важно обратить внимание на повышение уровня теоретических знаний школьников СМГ в области физического воспитания и предоставлять оперативную информацию о состоянии их физического здоровья, решая этим проблему формирования стимула к занятиям физической культурой.

75% респондентов посещает основные уроки физической культуры в школе, из них большинство (51%) выполняют на уроках все, что скажет учитель вместе со здоровыми детьми; 25% - иногда пропускают выполнение некоторых упражнений, потому, что им нельзя их выполнять. Данная информация наводит на размышления о том, что учителя физической культурой сильно рискуют здоровьем школьников СМГ, допуская их заниматься по программе вместе со здоровыми детьми, или же не додают положенную физическую нагрузку школьникам основной и подготовительной группы настолько, что школьники СМГ успешно занимаются на уроках физической культурой.

С желанием посещают уроки физической культуры 66% школьников СМГ, без желания – 22%, затруднились с ответом 12% человек.

В занятиях физической культурой ребят привлекает не только возможность укрепления здоровья (60%), но и поддерживать физическую форму (42%), улучшать свое физическое развитие, подготовленность и функциональное состояние (31%). Возможность заниматься любимыми видами упражнений привлекла 27% учащихся СМГ и получать необходимые знания, умения и навыки, касающиеся физического воспитания 21%.

Негативное отношение к занятиям физическими упражнениями на респондентов оказывает: недостаток физкультурного оборудования и инвентаря (31%); неэффективная организация уроков (17%); отсутствие плана работы для достижения цели (12%); отсутствия цели занятий физической культурой и отсутствие контроля со стороны учителя за изменением у школьников уровня состояния здоровья (11% и 8% соответственно); отсутствия информации о показателях состояния здоровья (11%); отсутствия взаимопонимания с учителем (5%).

В 85% случаях учащиеся СМГ могли бы пропустить урок физической культуры по причине болезни; в 3% - по причине конфликта с преподавателем; в 4% - из-за отсутствия интереса к занятиям. 8% ребят указали причину пропуска уроков физической культуры, в том, что они освобождены. Единично указали на такую причину, как «забыла форму».

На вопрос «Чем бы Вы хотели заниматься на занятиях физической культурой?» мы получили широкий круг вариантов ответов, начиная от перечисления практически всех видов упражнений из разделов программы (гимнастика – лазания по канату, перекладина; спортивные и подвижные игры – футбол, баскетбол, теннис; плавание; лыжи; легкая атлетика – бег, прыжки в длину и т.д.) и заканчивая конкретными упражнениями «мельница». Это говорит о нехватке разнообразия на уроках физкультуры, их однотипности. Часть школьников СМГ согласны заниматься всем, что предложит учитель физической культуры (18%); и один респондент ответил, что ничем не хочет заниматься.

Учащиеся СМГ понимают, что для коррекции их физического здоровья необходимо выполнять различные мероприятия. Приоритетным на взгляд большинства оказалось заниматься в домашних условиях по методике разработанной учителем; затем улучшить материальную базу (спортивный инвентарь, оборудование); далее предлагают проводить регулярное тестирование физического развития, подготовленности и функционального состояния здоровья; и последнее — это организовать дополнительные занятия и ввести третье занятие физической культуры. Таким образом, респондент ставит на первое место качество условий проведения занятий, а затем уже их количество.

Выясняя вопрос о том, занимаются ли дети физическими упражнениями во внеучебное время, мы использовали два типа вопроса: закрытый (с вариантами ответов) и сразу за ним следовал открытый (возможность свободного изложения ответа). 42% школьников СМГ ответили, утвердительно, что они занимаются в свободное время физическими упражнениями. 7% ребят уверяют, что они занимаются с родителями. 16% - ходят в секцию и, наконец, 35% школьников ответили отрицательно. В целом выходит, что 65% учащихся СМГ занимаются в свободное время физкультурой и даже спортом. Но, когда, мы просили их подробно написать «Сколько раз в неделю, по сколько минут в день и чем; если в секцию, то в какую?», то мы обнаружили только три конкретных ответа. Одна ученица 8 класса посещает секцию волейбола 4 раза в неделю по 2 часа; и двое девочек 3 и 5 класса выполняют по утрам зарядку по 10 минут каждый день. Поэтому, анализируя полученные ответы, мы можем утверждать, что учащиеся СМГ в 96% не занимаются физическими упражнениями во внеучебное время, а только пытаются выдать желаемое за действительное.

Выводы. 1). Школьники, имеющие отклонения в состоянии здоровья не имеют информации о состоянии своего физического здоровья, а значит, не имеют стимула к занятиям физическими упражнениями. 2). Учащиеся СМГ в 51% случаях выполняют на уроках все, что скажет учитель, вместе со здоровыми детьми. 3). Учащиеся СМГ в 96% не занимаются физическими упражнениями во внеучебное время.

Таким образом, результаты социологического опроса школьников СМГ еще раз доказывают необходимость организации занятий физической культурой с этим контингентом детей. Решая проблему формирования стимула к занятиям физической культурой требуется, на наш взгляд, проводить мониторинг физического здоровья учащихся СМГ при их личном отслеживании динамики изменений показателей состояния своего физического здоровья.