

от занимающегося мгновенно и точно ориентироваться в возникающих ситуациях, своевременно принимать решения и осуществлять их.

Таким образом, используя вышеперечисленные приемы и действия спортсмены, занимающиеся боевыми видами единоборств, могут значительно повысить свой физический и интеллектуальный уровень развития, свое спортивное мастерство. Основа победы в современной поединке – высокая техника выполнения приемов и действий, базирующаяся на тактике ведения боя с обязательным условием соблюдения защиты.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бокс: прошлое, настоящее, будущее. Сборник научных трудов/Под редакцией В.А.Таймазова/ С-ПБ ГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1997. 156 с.
2. В.Л. Марищук. Под ред. И.П. Волкова. – СПб.: Питер, 2002

THE LITERATURE

1. Boxing: past, present, future. Collection of scientific works/edited by V. A. Taymazov/-SPB GAFC named after P. F. Lesgaft, 1997. 156 p.
2. V. L. Marishchuk. Edited by I. P. Volkov. – SPB.: Peter, 2002

BOXING, AS MEANS OF INCREASE OF LEVEL OF SPORTS SKILL AT ENGAGED IN FIGHTING KINDS SINGLE COMBATS

Bantjukov Igor Borisovich

*the candidate of jurisprudence, the deputy chief of chair
the St.-Petersburg university of the Ministry of Internal Affairs of Russia.*

Solomjanko Dmitry Viktorovich

the teacher of chair of physical preparation and applied single combats of the St.-Petersburg university of the Ministry of Internal Affairs of Russia.

Tkachenko Andrey Jurevich

the teacher of chair of physical preparation and applied single combats of the St.-Petersburg university of the Ministry of Internal Affairs of Russia.

St.-Petersburg, Russia

УДК 796:005.745

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ

Байсерикова Наталья Сергеевна.

*Учитель физической культуры высшей категории
Средняя школа — «Мамания» с дошкольным мини центром
Республика Казахстан*

Аннотация : Статья содержит проанализированную работу урока физической культуры в школе. Результатом как теоретических, так и практических инноваций в системе образования предполагается введение нового в цели образования физической культуры. Вопрос о плодотворном проведении урока физической культуры в каждой школе затрагивается постоянно.

Ключевые слова: физическое воспитание; занятия физической культурой,

Abstract: Analyzed the work of the school improving the system quality of physical education students and the development of sports in the lesson. Presented and discussed characteristics of physical culture and sports . The result of both theoretical and practical innovations in the educa-

tional system involves the introduction of new goals in education, development of new content, new methods and forms of training and education, implementation and dissemination of the existing education system, development of new technologies in school management and its development.

Keywords: integrative innovative technology, physical education, health -saving technologies.

Физическая культура – это прежде всего способ общения: общения между учениками, общения между учеником и учителем. Отражаясь в зеркале, мы видим лишь свой образ. Ученик же - живое отражение работы учителя и его способов подачи учебного материала.
Д. Бесполов

Сегодня перед обществом, а особенно перед школой стоит очень важная задача - не только подготовить ребёнка к самостоятельной жизни, воспитать его нравственно и физически здоровым, но и научить его быть здоровым, способствовать формированию у него осознанной потребности в здоровье, как залога будущего благополучия и успешности в жизни. В последнее десятилетие в современном обществе основной идеей является сохранение здоровья подрастающего поколения, как основополагающего фактора будущего благополучия государства.

В настоящее время в Казахстане в сфере физической культуры и спорта особое внимание стало уделяться необходимости модернизации системы физкультурно-спортивного воспитания в образовательных учреждениях всех уровней.

От качества урока зависит очень многое, вплоть до состояния здоровья занимающихся. И поэтому существует необходимость в тщательной и добросовестной подготовке к нему, а особенно к его организации и проведению. Урок физической культуры возлагает большую ответственность на учителя, как очень специфичный вид деятельности педагога, и требует особого внимания к себе.

В общеобразовательной школе физическая культура является базовой областью образования.

Преподавание физической культуры в школе органически включено в общую систему образования и воспитания и действует по закономерностям образования и воспитания. Вместе с тем это единственный учебный предмет, который формирует у учащихся грамотное отношение к себе, к своему телу, содействует воспитанию новых волевых и моральных качеств, необходимости укрепления здоровья и самосовершенствования.

При проведении уроков физической культуры я опираюсь на современные психолого-педагогические и физиолого-педагогические теории обучения, воспитания и развития личности, использую активные методы обучения и воспитания с учетом личностных особенностей каждого ребёнка. Принципы деятельностного и личностного подходов заключаются в том, что ученик овладевает способами использования богатств, накопленных человечеством в области телесного и духовного совершенствования.

Воспитание культуры здоровья, здорового образа жизни, обучение учащихся приёмам мобилизации и релаксации, телесного и духовного самосовершенствования привели к необходимости пересмотра сложившегося содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждениях.

В свете сказанного предмет «Физическая культура» в общеобразовательной школе понимается как единство двух составных частей – ориентирующих детей и подростков в сфере физической культуры.

Первая часть призвана создать у детей целостное представление о физической культуре и культуре здоровья как элементах общей культуры.

Вторая часть направляет процесс физического воспитания на творческое усвоение способов собственно-деятельной, а также не умение применять их при решении оздоровительных, воспитательных и образовательных задач.

В настоящее время продолжается экстенсивное наращивание объёма изучаемого материала по всем дисциплинам, перенасыщение его новыми, не всегда нужными, знаниями. Это приводит к разрыву межпредметных связей: каждый предмет решает свои задачи самостоятельно, а школьники переживают пассивность и безразличие ко всему, что связано с обучением.

Таким образом, новая концепция по физическому воспитанию невозможна без объективного анализа и критического переосмысления процессов происходящих в образовании в целом.

Физическая культура способствует развитию интеллектуальных процессов – внимания, точности восприятия, запоминания, воспроизведения, воображения, мышления, улучшают умственную работоспособность. Здоровые, закаленные, хорошо физически развитые дети, как правило, успешно воспринимают учебный материал, меньше устают на уроках в школе, не пропускают занятий.

Как подтверждает практика, в результате научно-технического прогресса резко снизилась двигательная активность детей. Сейчас у ребят в особом почёте телевидение и компьютерные игры.

Негативные последствия этого на лицо, ибо рост, развитие и здоровье человека напрямую зависит от его двигательной активности. Народная мудрость гласит: «Движение – это здоровье!»

Не так давно ведущим считалось тренировочное направление урока. Урокам оздоровительной и образовательной направленности практически не уделялось должного внимания.

Цель данных уроков – чтобы ребёнок приобрёл такие специальные знания, которые он сумеет перенести в обыденную жизнь и с пользой применить в других видах деятельности.

Система образовательных уроков по опыту работы даёт ряд положительных результатов, развивая психические процессы (мышление, память, внимание, навыки самоконтроля), оказывая воспитательное воздействие при формировании здорового образа жизни у школьников.

Наша школа придерживается модели «Спорт – это залог здоровья». Деятельность педагогов направлена как на достижение оптимального уровня обу-

ченности, воспитанности учащихся, так и на обеспечение условий для сохранения и развития здоровья.

Наиболее значимыми компонентами в физическом воспитании являются:

- определение нагрузок на уроках физкультуры с учётом физического развития и состоянием здоровья детей;
- выполнение общепринятых санитарно-гигиенических мероприятий (проветривание, влажная уборка, соблюдение теплового и светового режима);
- введение в учебно-воспитательный план уроков здоровья, профилактических бесед, введение в режим работы школы физкультминутки во время уроков;
- совершенствование системы физкультурно-спортивных мероприятий;
- систематическое проведение просветительских мероприятий по здоровому образу жизни, личной гигиене;
- регулярное проведение диспансеризации учащихся на базе районной поликлиники;
- проведение мониторинга физической подготовленности и уровня здоровья.

Конечно, каждое образовательное учреждение самостоятельно составляет структуру оздоровительных блоков в зависимости от материально-технических возможностей, целей и задач программ оздоровления учащихся.

В нашей школе функционирует спортивный зал с полным комплектом гимнастического оборудования для урока гимнастики. В нашем районе их всего два. При школе находятся простенький стадион.

И при этом все это позволяет повысить эффективность проводимых уроков и повышает интерес учащихся к занятиям физической культурой и спортом. В школе работают секции «Настольный теннис» «Гимнастика» которая не свойственна для сельских школ, «Футбол», «Шахматы», что позволяет логически мыслить.

Поэтому как учитель физической культуры я ставлю задачу обеспечить высокий уровень активности учащихся на уроках. Для этого необходимо, чтобы школьники испытывали интерес к занятиям физическими упражнениями, стремились развивать необходимые для этого физические и психические качества и получали удовольствие от этих уроков. Активность, проявляемая учениками на таких уроках, может быть представлена в двух видах: познавательная и двигательная.

Познавательная активность учащихся заключается во внимательном восприятии учебного материала и осмысленном отношении к нему, что вызывает прочное его освоение. Двигательная активность учащихся связана с непосредственным, мотивированным и осознанным выполнением физических упражнений.

Другими словами, и познавательная и двигательная активность прежде всего характеризуется психической активностью школьника.

Помочь повысить эффективность школьных уроков может реализация комплексирования соревновательного, игрового и наглядного методов обучения.

Одним из средств реализации принципа наглядности в физическом воспитании детей и подростков являются наглядные уроки. Благодаря тому, что в Казахстане действует проект «Электронное обучение» у меня, как у учителя, есть всё необходимое для использования в своей работе ИКТ.

Это позволяет мне в процессе обучения, как в урочной, так и внеурочной деятельности, широко применять цифровые образовательные и Интернет-ресурсы, а именно: в качестве подготовки рабочих программ, поурочных планов, дидактических материалов (тестовые задания) используем материалы интернет олимпиад, различных докладов, методических разработок - использование образовательных ресурсов на электронных носителях в качестве наглядных пособий, с их иллюстративными, анимационными возможностями

Так, например, применение ИКТ с использованием меж предметных связей в процессе преподавания физической культуры помогает мне подготовить интересные уроки, а учащимся более полно и глубоко осмысливать изучаемый материал.

В ходе своей работы провела экспериментальный опрос учащихся нашей школы с 1-11 класс по теме «Мой любимый предмет- урок физической культуры и ИТК».

Им предложена анкета с вопросами, отдельно для 1-4кл.,5-9кл.,10-11кл. Для того чтобы привить интерес к занятиям физкультурой и спортом мы провели ряд спортивных состязаний – это « Веселые старты», день здоровья, , беседу для младшего школьного возраста, «Спорт в каждом доме», праздник, посвящённый спорту « Азиада в школе.» с демонстрацией материала на ИТК

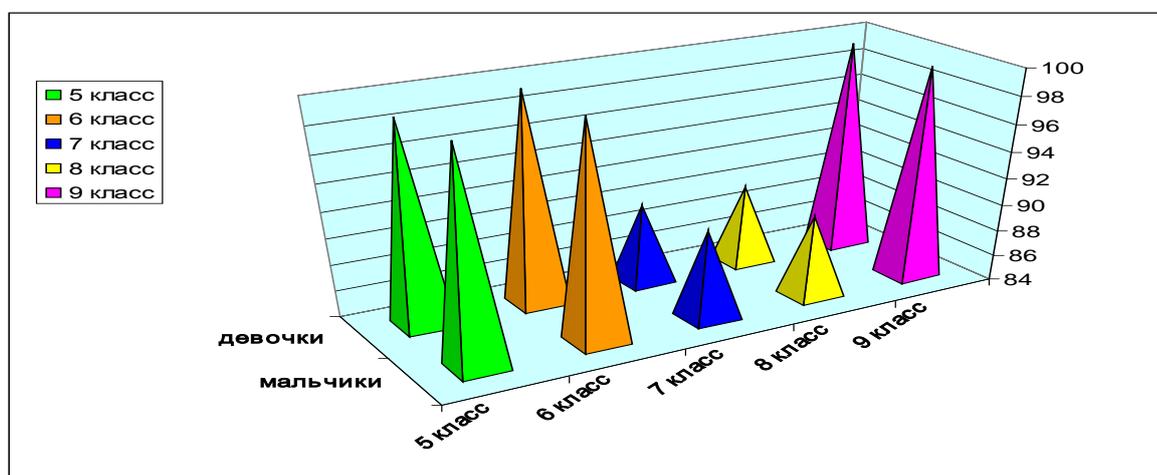


Диаграмма 1. Результаты анкетирования 5-11 классов

В результате анкетирования выявили, что интерес к урокам физической культуры хорошо развит у мальчиков 5,6,9 классах. Ниже интерес у 7-8 классов.

Кроме этого выяснили, что не здоровый образ жизни очень высокий в процентном отношении у ребят, 7,8,9 классов. Несмотря на то, что они пре-

красно понимают и что такое здоровый образ жизни и к чему ведёт не здоровый образ жизни.

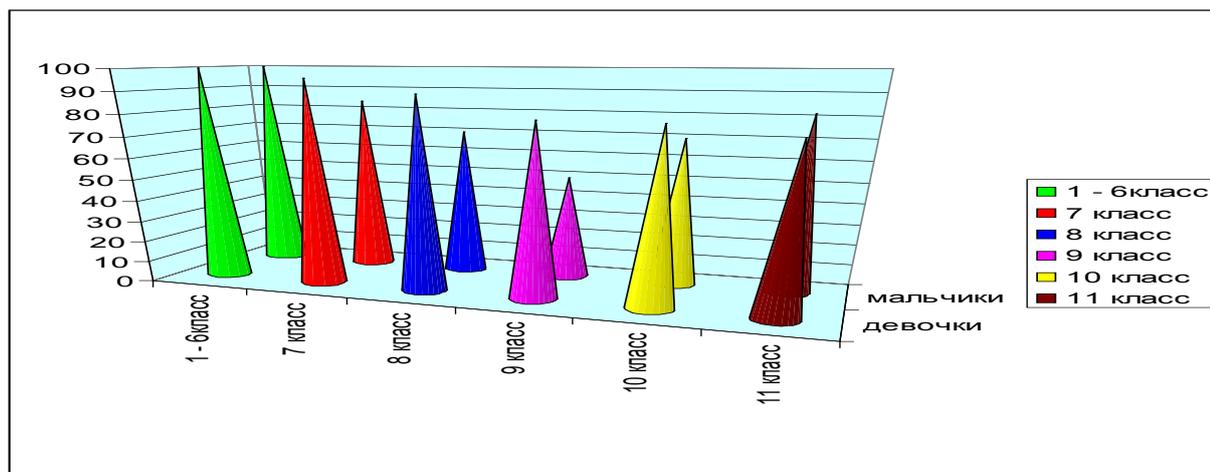


Диаграмма 2. Результаты анкетирования 1-11 классов «Ведение здорового образа жизни».

В результате, сделала вывод, что урок физической культуры любят, и хотят заниматься физкультурой и спортом. Но, несмотря на то, что они занимаются физкультурой и спортом и любят этот предмет, здоровый образ ведут не все.

В результате проведённых спортивных мероприятий было видно большая значимость физической культуры и её влияние на организм человека, вредные привычки влияют на достижения результатов в области физкультуры и спорта.

Я убеждена, что современный учитель просто обязан владеть компьютерной грамотностью, это позволит ему проводить современные уроки, а значит, повышать мотивацию обучения учащихся, добиваться высоких показателей качества обученности своих учеников, развивать стремление к саморазвитию и творческому росту.

Чтобы приобщить учащихся 1-7 классов к активным занятиям спортом и здоровому образу жизни, чтобы избежать последствий «сидячего образа жизни», нужно как можно быстрее изменить свой образ жизни: отказаться от вредных привычек, укреплять и беречь свое здоровье, активно заниматься физической культурой и спортом.

Необходимо как можно раньше пересмотреть свои жизненные взгляды и найти в своем жизненном расписании время для укрепления своего здоровья и занятиями физкультурой и спортом

Следует отметить, что эффективно реализовать игровой метод физического воспитания возможно только при наличии соответствующих пособий, в том числе наглядных. Наглядностью преподавания и одновременно внедрение игрового метода стимулирует интерес школьников, особенно школьников младших классов.

Интересы учащихся к урокам физической культуры отличаются достаточным разнообразием: стремление укрепить здоровье, сформировать тело, развить физические и психические качества (волю и т.д.).

Важно отметить, что интересы девочек и мальчиков также отличаются. Девочки чаще желают формировать красивую фигуру, развивать гибкость, совершенствовать изящество движений, походку и т.п. Мальчики, как правило, хотят развивать силу, выносливость, быстроту и ловкость.

Каждый учитель физической культуры, который стремится к тому, чтобы учащиеся проявляли высокую степень активности на его уроках, должен строить учебный процесс, учитывая возрастные особенности и мотивацию учащихся.

Таким образом, если речь идет об использовании на занятиях физической культуры соревновательно-игрового метода в сочетании с принципом наглядности, речь тем самым идет и об одной из актуальных современных проблем физического воспитания формирование интереса к уроку физической культуры с учетом возрастных особенностей обучаемых школьников, подходам к решению этой проблемы и посвящена данная работа.

Все это позволяет решать широкий круг задач в самых различных условиях. Он характеризуется присутствием соперничества и эмоциональностью в двигательных действиях; непредсказуемой изменчивостью, как условий, так и действий самих участников; проявлением максимальных физических усилий.

Заключение.

Урок физической культуры как был, так и остался главным звеном в системе физического воспитания общеобразовательной школы. Он является для всех учащихся обязательной формой занятий. Содержание и форма его проведения в значительной степени обуславливают уровень физической подготовленности и спортивной увлеченности школьников.

Очень важно, чтобы он наряду с общепринятыми задачами имел инструктивную направленность и стимулировал учащихся к самостоятельным занятиям как в школе, так и дома.

Таким образом, задача школы состоит не только в том, чтобы сохранить здоровье учащихся на период обучения, но и в том, чтобы подготовить их к дальнейшей успешной жизни, не достижимой без достаточного уровня здоровья. Здоровый образ жизни не занимает пока первое место среди ценностей человека в нашей стране.

Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущее поколение будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

Если раньше говорили: «В здоровом теле — здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового тела.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бальсевич В. К., Большенков В. Г., Рябинцев Ф. П. Концепция физического воспитания общеобразовательной школы // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1996, № 2, с. 13-18
2. Валик Б. В. Ребёнок и физические нагрузки // Физическая культура в школе. - 2006. № 2. - с.68.
3. Водяницкая О.М. Организация здоровьесберегающей в школах Москвы // Физическая культура в школе. - 2004. - № 7. с. 7.
4. Дорошенко А.С., Шуруп К.Ю. Образовательный урок // Физическая культура в школе. - 2005. - № 5. - с.38.
5. Копылов Ю.А. Учитель физкультурной самостоятельности // Физическая культура в школе. - 2005. - № 2. - с.27.
6. Шапарь А.В., Перетятко В.В. Роль и место физической культуры в образовательном процессе // Физическая культура в школе. - 2005. - N-4. - с.28.

THE LITERATURE

1. Balsevich V. K, Bolshenkov V. G, Rjabintsev F.P. the Concept of physical training of a comprehensive school//Physical training: education, formation, training. 1996, № 2, with. 13-18
2. Platen B.V. the Child and physical activities//Physical training at school. - 2006. № 2. - с.68.
3. Vodjanitsky O.M.Organizatsija здоровьесберегающей at schools of Moscow//Physical training at school. - 2004. - № 7. With. 7.
4. Doroshenko A.S., Шуруп К.Ю.educational a lesson//Physical training at school. - 2005. - № 5. - с.38.
5. Kopylov Ю.А. The teacher of sports independence//Physical training at school. - 2005. - № 2. - с.27.
6. Shapar A.V., Peretjatko V.V. Rol and a physical training place in educational process//Physical training at school. - 2005. - N-4. - с.28.

ACTUAL PROBLEMS OF TEACHING OF PHYSICAL TRAINING AT SCHOOL

Bajserikova Natalia Sergeevna.

*The teacher of physical training of the highest category
High school — «Мамания» with preschool мину the centre
Republic Kazakhstan*

УДК 796

ОЦЕНКА ВЫСТУПЛЕНИЙ КОМАНД ВЕДУЩИХ ВУЗОВ ПО АНАЛИЗУ СОРЕВНОВАНИЙ МССИ

Барков А.Ю.

*ФГБОУ ВО Научно исследовательский Московский государственный
строительный университет*

г. Москва, Россия

Аннотация. Статья содержит результаты исследований количества и качества (уровня спортивного мастерства) лучших шести студенческих команд г. Москвы за последние 5 лет. Проводится анализ уровня спортивного мастерства четырех ведущих студенческих сборных, а также необходимых компонентов успеха команды вуза-чемпиона. Полученные результаты позволяют сделать вывод, что для достижения главной цели выступлений команд в соревнованиях московских студенческих спортивных игр по вольной борьбе необходимо иметь количественный состав команды не менее двух зачетных составов, высокий уровень спортив-