

## Литература

1. Бордовская, Н.В. Педагогика: учеб. пособие / Н.В. Бордовская, А.А. Реан / СПб.: Питер, 2006. — 304 с.
2. Захарина, Е. А. Мотивация к физкультурно-оздоровительной деятельности студентов / Е.А. Захарина // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2009. - № 10. – С. 61-64.
3. Кудяшев, М.И. Формирование физкультурно-оздоровительной мотивации у женщин первого периода зрелого возраста в процессе занятий в фитнес-клубе: автореферат дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / М.И. Кудяшев; Поволж. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма. - Набережные Челны, 2014. - 23 с.
4. Современное состояние здоровья детей: сборник материалов IV региональной научно-практической конференции с международным участием: (14-15 апреля 2016 года) [Электронный ресурс]/ Н. С. Парамонова (отв. ред.). – Гродно: ГрГМУ, 2016. – Электрон.текст. дан. и прогр. (объем 4.1 Mb). – 1 эл. опт. диск (CD-ROM).

УДК 373.037:004(075)

**ПОВЫШЕНИЕ МОТИВАЦИИ УЧАЩИХСЯ К ЗАНЯТИЯМ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ ЧЕРЕЗ СИСТЕМУ  
УРОЧНЫХ И ВНЕУРОЧНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ  
НА ВТОРОЙ СТУПЕНИ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
IMPROVING MOTIVATION OF STUDENTS FOR CLASSES  
PHYSICAL CULTURE AND SPORT THROUGH THE SYSTEM  
URGENT AND EXTRACTIONAL EVENTS**

**ON THE SECOND STAGE OF GENERAL SECONDARY EDUCATION**

*Гордиевская Татьяна Васильевна, учитель физической культуры и здоровья  
высшей квалификационной категории,*

*Государственное учреждение образования «Гимназия г. Пружаны»,  
г. Пружаны, Брестская область, Республика Беларусь*

*Hardzieuskaya Tatsiana Vasilieuna, physical education and health teacher  
State Educational Establishment "Pruzhanu Gymnasium",*

*Pruzhanu, Brest region, Republic of Belarus*

[gtv\\_belarus@mail.ru](mailto:gtv_belarus@mail.ru)

**Аннотация.** В данной работе представлен педагогический опыт учителя физической культуры и здоровья с использованием соревновательного метода для повышения мотивации учащихся к занятиям физической культурой и спортом на второй ступени общего среднего образования.

**Abstract.** This paper presents the pedagogical experience of the teacher of physical culture and health using the competitive method to increase the motivation of students to engage in physical culture and sports at the second stage of General secondary education.

**Ключевые слова:** Физическая культура, педагогический опыт, спорт, соревновательный метод, спортивный праздник, урок, физическая подготовленность.

**Index terms:** Physical culture, pedagogical experience, sport, competitive method, sports festival, lesson, physical fitness.

**Актуальность.** Одной из ведущих проблем общеобразовательных учреждений, которая связана с интенсивным развитием информационного общества и компьютерных технологий, является гиподинамия - малоподвижный образ жизни среди учащихся. Данный факт приводит к снижению уровня их состояния здоровья, и, в том числе, к низкому уровню физической подготовленности, что подтверждается и невысокими местами на соревнованиях районной спартакиады среди учащихся.

Поэтому мною предпринята попытка повышения интереса и мотивации среди учащихся через применение соревновательного метода при проведении уроков по предмету «Физическая культура и здоровье», а также при организации внеклассных мероприятий.

**Цель опыта:** создать педагогические условия использования соревновательного метода для повышения мотивации к занятиям физической культурой и спортом на второй ступени общего среднего образования.

**Длительность работы** составляет период с 2013 по 2018 год.

Использование соревновательного метода является составной частью педагогической системы по реализации как инвариантного, так и вариативного компонента образовательной учебной программы по физической культуре и здоровью в Республике Беларусь.

Предлагаю использовать данный педагогический опыт учителям физической культуры, руководителям физического воспитания в практике.

**Задачи опыта:**

1. Разработать анкетирование среди учащихся с целью выявления мотивации к занятиям физической культурой и провести тестирование с целью выявления уровня физической подготовленности в сентябре 2013 и в сентябре 2017 года.

2. Изучить материальную оснащённость для организации и подготовки открытых уроков, а также разработки системы внеклассных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

3. Разработать и внедрить открытые уроки и систему мероприятий.

4. Представить и обобщить данный опыт в виде публикаций [1, 2, 3, 4].

Для того, чтобы распределить спортивные мероприятия, предлагаю последовательно их использовать с учётом нижеследующего календаря.

Таблица 1

## Календарь урочных и внеурочных мероприятий

№ п/п	Название мероприятия	Класс	Форма проведения	Методы и приёмы	Средства
1	2	3	4	5	6
<b>Сентябрь</b>					
1	«Загадки легенды»	5-7	Ориентирование на местности	Рассказ, показ, соревновательный метод	Физические, спортивно-прикладные упражнения
2	«Олимпийская тропа»	8-9	Туристический командный праздник	Соревновательный метод, викторина	Туризм
3	Открытый урок по лёгкой атлетике	7	Урок-соревнование	Метод целостно-конструктивного и стандартно-интервального упражнения	Физические, спортивно-прикладные упражнения
4	Планы-конспекты уроков плавания	5	Уроки с элементами соревновательной деятельности	Методы строго регламентированного упражнения, соревновательной	Спортивно-прикладные упражнения
<b>Октябрь</b>					
5	Легкоатлетический кросс «Гимназическая миля»	5-9	Лично-командные соревнования	Соревновательный метод	Спортивно-прикладные упражнения
1	2	3	4	5	6
6	Открытый урок по баскетболу с элементами круговой тренировки	8	Элементы круговой тренировка, урок-соревнование	Круговой и соревновательный метод, методы переменного интервального упражнения, показ	Игры
<b>Ноябрь</b>					
7	«Папа, мама, я – весёлая спортивная семья»	5-6	Семейный спортивный праздник	Описание, непосредственная наглядность соревновательный, игровой метод	Игры
8	Открытый урок по гимнастике в 9 классе	9	Урок-совершенствование с элементами соревнований	Объяснение, методы строго регламентированного упражнения, круговой метод	Гимнастические, порядковые и строевые упражнения
<b>Декабрь</b>					
9	Открытый урок по гимнастике в 5 классе	5	Дифференцированный подход с применением соревновательного метода	Объяснение, метод сопряжённого воздействия, метод показа	Гимнастические упражнения с предметами, порядковые и строевые упражнения
10	«Олимпийские игры: прошлое,	7-9	Олимпийский спортивный праздник	Командные соревнования, викторины на Олимпийскую тематику	Игры-эстафеты

	настоящее, будущее»				
<b>Январь</b>					
11	«Зимние игры-эстафеты»	5-7	Спортивный праздник	Командные соревнования с эстафетами	Игры, загадки, спортивно-прикладные упражнения
12	«Брестчина Олимпийская»	8-9	Брейн-ринг, командные соревнования	Лекция, викторины, задания	Игра, лекция, беседа, рассказ
<b>Февраль</b>					
13	«Пять колец – пять континентов»	6-7	Праздник на олимпийскую тематику	Командные соревнования с эстафетами, соревновательные и игровые приёмы	Игры, викторина,
<b>Март</b>					
14	Открытый урок по волейболу	6	Урок-соревнование	Метод целостно-расчленённо-конструктивного упражнения	Игра
15	«Мы – за здоровый образ жизни»	5	Физкультурный праздник	Объяснение, показ, игровые приёмы, соревновательный метод	Игры-эстафеты, загадки
<b>Апрель</b>					
16	«Страна Олимпийских игр»	5-9	Физкультурный праздник	Командные соревнования, поиск пикетов	Карточки с заданиями,
1	2	3	4	5	6
17	«Туристическая тропа»	7-9	Прохождение этапов «Полосы препятствий» по стадиону	Соревновательный, инструктирование, викторина	Туризм
<b>Май</b>					
18	«Олимпийские игры - детям»	5-6	Конкурсно-эстафетная программа	Соревновательный	Игра
19	«В поисках цветика-семицветика»	7-9	Туристический праздник	Соревновательный	Карточки, туризм

С целью диагностирования результативности и эффективности опыта, на рисунке предлагаю рассмотреть динамику уровней физической подготовленности. На рисунке отображена динамика показателей уровней физической подготовленности с 2013 и в 2017 годов.

Полученные данные свидетельствуют об увеличении среди учащихся в динамике 2013 по 2017 год высокого и выше среднего уровней физической подготовленности с 10,5% (2013) до 26,5% (2017), и с 42% (2013) до 47% (2017) соответственно. В свою очередь, отмечается снижение среднего уровня физической подготовленности с 31,5% (2013) до 21% (2017). И, тенденция уменьшения ниже среднего и низкого уровня физической подготовленности с 10,5% до 5,5% и 5,5% до 0% соответственно.

В таблице 2 представлена динамика результатов учащихся на районных соревнованиях спартакиады.

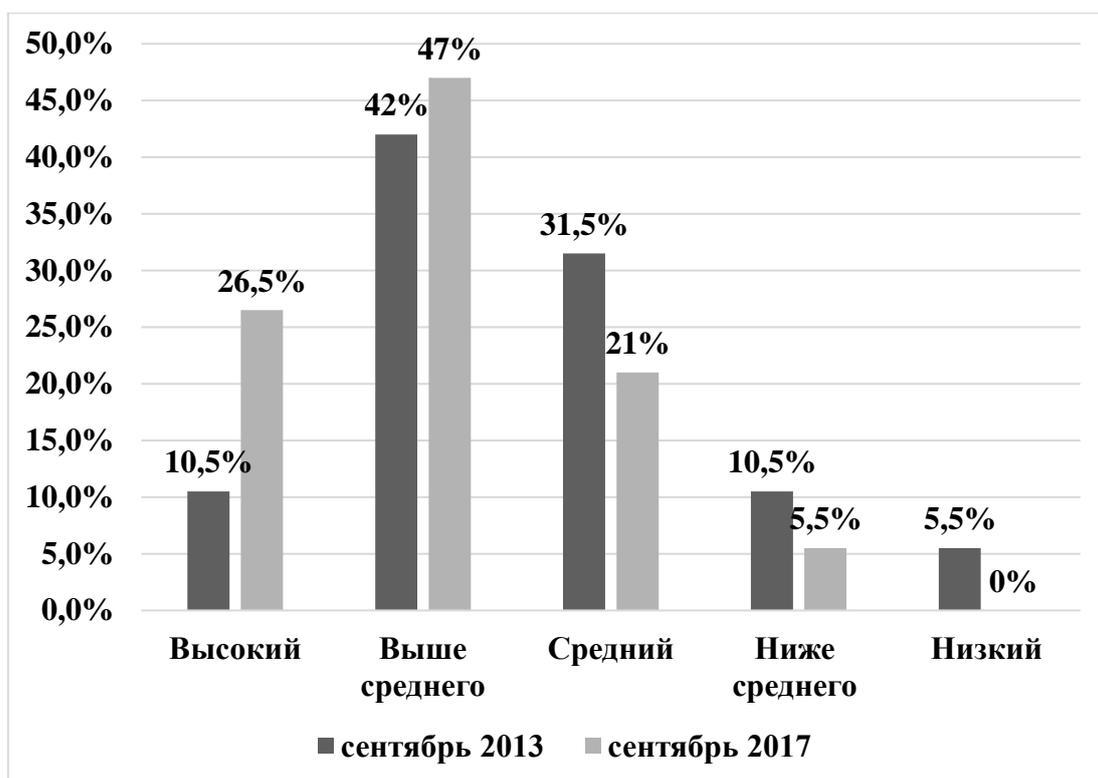


Рис. Динамика показателей уровней физической подготовленности с 2013 и в 2017 годов.

Таблица 2

Динамика результатов спартакиады среди учащихся

№ п/п	Виды спартакиады	2013 г.	2017 г.
1.	Легкоатлетический кросс	8	4
2.	Легкая атлетика	5	6
3.	Волейбол (девушки)	5	2
4.	Волейбол (юноши)	9	9
5.	Настольный теннис	7	3
6.	Футбол	6	2
7.	Плавание	4	4
8.	Стрельба	3	2
<b>Общекомандное место</b>		<b>6</b>	<b>3</b>

**Выводы:** для эффективного использования соревновательного метода необходимо строго контролировать подбор упражнений с учётом возрастно-половых особенностей учащихся; по временным характеристикам при организации соревнований: от сорока минут до одного часа (*построение, приветствие, проведение праздника, подведение итогов*), так как данные мероприятия сопровождаются большой эмоциональностью и утомляемостью учащихся.

### Литература

1. Гордиевская, Т. План-конспект урока по гимнастике в IX классе / Т. Гордиевская // Журнал «Здоровы лад жыцця». – 2014. - № 2. С. 21-23.

2. Гордиевская, Т. Путешествие в страну Олимпийских игр: физкультурный праздник для учащихся V-X классов / Т. Гордиевская, Г.Н. Степаненко // Журнал «Здоровы лад жыщя». – 2014. - № 3. С. 18-20.

3. Гордиевская, Т. Загадки легенды: физкультурный туристический праздник для учащихся 4-6 классов / Т. Гордиевская // Журнал «Здоровы лад жыщя». – 2014. - № 4. С. 31-32.

4. Гордиевская, Т. Олимпийские игры: прошлое, настоящее, будущее: физкультурный праздник для учащихся 6 класса / Т. Гордиевская // Журнал «Здоровы лад жыщя». – 2014. - № 5. С. 24-26.

zhytstysya”. - 2014. - № 5. P. 24-26.

УДК 371

**ПРОБЛЕМЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ  
ЗАВЕДЕНИЯХ**

**PROBLEMS OF EFFICIENCY OF APPLICATION OF HEALTH-SAVING  
TECHNOLOGIES IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

*Губаревич Екатерина Вячеславовна, студентка,*

*Ломовцева Анна Витальевна, к.э.н., доцент,*

*ГОУ ВПО «Нижегородский институт управления — филиал РАНХиГС»,*

*г. Нижний Новгород, Россия*

*Gubarevich Ekaterina Vyacheslavovna*

*Student, SEI HPE «Nizhny Novgorod Institute of Management - branch*

*RANEPА», Nizhny Novgorod, e-mail: katerina\_g960@inbox.ru*

*Scientific director: Lomovtseva Anna Vitalievna*

*Ph.D., Associate Professor, SEI HPE «Nizhny Novgorod Institute of Management –  
branch RANEPА», Nizhny Novgorod, Russia*

*[katerina\\_g960@inbox.ru](mailto:katerina_g960@inbox.ru)*

*[vnyata@mail.ru](mailto:vnyata@mail.ru)*

**Аннотация.** В данной статье рассмотрены нормативно-правовые акты, в которых прописаны стандарты здорового образа жизни, а также изучены здоровьесберегающие технологии и подчеркивается важность их использования в ВУЗах для сохранения здоровья студентов.

**Annotation.** This article discusses the regulatory acts that spell out the standards for a healthy lifestyle, as well as examine health-saving technologies and emphasize the importance of using them in universities to preserve the health of students.

**Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, здоровье, население, студенты, физическая культура, профилактика.

**Keywords:** health-saving technologies, healthy lifestyle, health, population, students, physical education, prevention.