

ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ПОТРЕБНОСТЕЙ ШКОЛЬНИКОВ 15-16 ЛЕТ

Аннотация. На протяжении последних десятилетий сложилась тревожная тенденция ухудшения здоровья и физической подготовленности населения, связанная с резким сокращением числа занимающихся физической культурой, что привело к ряду нежелательных социальных явлений. Исследование вопросов, направленных на формирование здоровья подрастающего поколения, эта проблема остается сложной, многоаспектной, до конца неизученной и нерешенной.

Ключевые слова: здоровье, физическая активность, школьники, физкультурные потребности, здоровьесбережение.

С помощью физического воспитания можно совершенствовать функциональные возможности организма, повышая его работоспособность и сопротивляемость неблагоприятным воздействиям, компенсируя недостаток двигательной активности возникающей в условиях современной жизни.

Целью нашего исследования было выявление сформированности физкультурных потребностей у учащихся 15-16 лет.

В качестве методов применялись такие, как: теоретический анализ и данные научно-методической литературы, которые позволили изучить разработанность данной проблемы в теории физической культуры. Для выявления уровня физкультурных потребностей и факторов, влияющих положительно и отрицательно на физкультурные потребности, применялись специально разработанные анкеты, где каждый фактор оценивался по пятибалльной системе. Кроме того, применялся опросник для выявления знаний, влияющих на формирование физкультурных потребностей учащихся от 15-16 лет. Теоретическая подготовленность школьников определялась через тестирование, включающее 25 вопросов из теоретического раздела предмета «физическая культура».

Исследование проводилось в 2013-2014 учебном году на базе общеобразовательных школ г. Екатеринбурга. В нем приняли участие 90 человек 15-16 лет.

Анализ данных научно-методической литературы показал, что в литературе имеются публикации, посвященные особенностям мотивации социально-демографических групп населения к физкультурно-спортивной деятельности, проблемам потребностей в физической культуре, о здоровом образе жизни, о физкультурно-оздоровительной подготовке, о психическом здоровье, об отношении к здоровью, а вопросам сформированности физкультурных потребностей у учащихся школ уделяется недостаточно внимания в научно-методической литературе.

Опрос показал, что у школьников 15-16 лет физкультурные потребности сформированы недостаточно. Большая часть обследуемых имеет средний уровень сформированности физкультурных потребностей, что составляет 68,5%, дети с высоким уровнем физкультурных потребностей составляют 1,0%, ниже среднего 29,5% и низкий 1,0%.

Предполагаем, что имеет смысл исследовать факторы, определяющие основу механизма формирования физкультурных потребностей у школьников, включающих

интересы, установки, мотивы и другие компоненты. С помощью анализа литературы, опроса, были выявлены факторы, влияющие на формирование физкультурных потребностей школьников. К ним можно отнести: «содержание урока (упражнения, включенные в содержание занятий) составили 35,7% опрошенных»; «организация уроков физической культуры составили 40,9% опрошенных»; «личность учителя физической культуры, что составило 51% опрошенных».

Проведенное тестирование теоретической подготовленности позволило определить среднее количество баллов, отражающих неправильные ответы испытуемых по разделам:

- психолого-педагогические основы физической культуры (2,47 балла),
- медико-биологические основы физической культуры (2,57 балла),
- базовые виды физкультурной деятельности (2,39 баллов),
- социокультурные основы физической культуры (2,29 балла).

Средняя сумма баллов, набранных учащимися, равна 9,69. Это говорит о том, что основная масса учащихся владеет знаниями в области физической культуры на уровне оценки «удовлетворительно». Хуже учащиеся владеют знаниями по медико-биологическим и психолого-педагогическим вопросам в сфере физической культуры.

В процессе исследования учащихся отмечаем, что необходимыми для формирования физкультурных потребностей являются знания:

- о способах оздоровления организма (40,2 % опрошенных),
- о способах поддержания физической формы (39,0 % опрошенных).

Это свидетельствует о том, что для формирования физкультурных потребностей у учащихся необходима теоретическая подготовка.

Проведенное исследование позволило заключить, что изучение сформированности физкультурных потребностей у учащихся 15-16 лет – актуальная проблема. Это обусловлено тем, что уровень физкультурных потребностей остается невысоким. Установлены факторы негативного отношения учащихся к занятиям физической культурой. В школах мало внимания уделяется теоретической подготовке учащихся на физической культуре, однообразна форма проведения занятий и большая загруженность детей в школе. Исследование показало, что повышение уровня физкультурных потребностей у детей 15-16 лет возможно с помощью обновления содержания физкультурного образования, улучшения организации и управления физкультурным образованием, а также повышением качества знаний учащихся по физической культуре, связанных с медико-биологическими, психологическими и педагогическими вопросами, а также знаниями о своих физических качествах, способностях и возможностях.

Проведенное исследование подтвердило, что выпускники школ не сформировали физкультурные потребности в полном объеме, что способствовало бы им в дальнейшем продолжать занятия физической культурой.

Библиографический список

1. Бабушкин, Г.Д. Психодиагностика личности при занятиях физической культурой и спортом: учеб. пособие / Г.Д. Бабушкин. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2012. – 328 с.

2. Холодов, Ж.К. теория и методика физической культуры и спорта: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – 10-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2012. – 480 с.

Шмакова Е.И.

ГКОУ СО «Екатеринбургская школа – интернат №8,
реализующая основные общеобразовательные программы»
г. Екатеринбург, Россия

ПРОБЛЕМА МОТИВАЦИИ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ У ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация: в статье говорится о формировании мотивации у обучающихся с ограниченными возможностями, какими способами повышалась мотивация у обучающихся.

Ключевые слова: мотивация, урок физической культуры, дети с ограниченными возможностями здоровья.

Интерес к урокам физической культуры формируется лишь в результате мотивации. Она возникает только тогда, когда внешние мотивы и цели соответствуют возможностям школьника, когда они являются для него оптимальными и когда школьник понимает субъективную ответственность за их реализацию. Успешная реализация мотивов и целей вызывает у школьника вдохновение успехом, желание продолжать занятия по собственной инициативе, то есть внутреннюю мотивацию и интерес. Мотивация возникает также тогда, когда ученик испытывает удовлетворение от самого процесса и условий занятий, от характера взаимоотношений с педагогом, членами коллектива во время этих занятий.

Придя работать в коррекционную школу, я столкнулась с проблемой мотивации у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, что вызвало затруднения в реализации педагогического процесса. Было тяжело работать, обучающиеся отказывались выполнять задания, играть в подвижные и спортивные игры, сопротивлялись всему новому. Решила выяснить причину такого поведения и отказа обучающихся от нововведений в педагогический процесс. На что дети рассказали, что все предыдущие учителя, приходя на уроки, давали обучающимся мяч и целые уроки дети бегали пинали мяч. Что привело к ухудшению формирования внутренней мотивации, уроки физической культуры не вызывали интереса у детей, так как они были однообразны.

Первую четверть у меня получилось сформировать внутреннюю мотивацию у обучающихся на выполнение общеразвивающих упражнений на месте и в движение, упражнений с предметами и на снарядах, упражнений с препятствиями. К концу первой четверти с помощью индивидуального подхода к каждому обучающемуся, упражнений и подвижных игр, повысился интерес и внутренняя мотивация к урокам физической культуры. Что позволило увеличить плотность урока.