

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА, ТУРИЗМА И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ПО ДЕЛАМ МОЛОДЕЖИ, СПОРТУ И ТУРИЗМУ
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
КАМСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА

Всероссийская научно-практическая конференция

***«СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ ВНЕДРЕНИЯ
ИННОВАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СПОРТЕ И СИСТЕМЕ
ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»***

Набережные Челны - 2008

Всероссийская научно-практическая конференция/ Современное состояние и перспективы внедрения инновационных технологий в спорте и системе физкультурного образования: – Набережные Челны: КамГАФКСиТ, 2008. – 332 с.

В предлагаемом сборнике представлены материалы участников всероссийской научно-практической конференции, отражающие теоретические, практические и гуманитарные аспекты подготовки специалистов физической культуры. А также проблемы, связанные с оздоровлением и физическим воспитанием населения и спортом.

Редакционная коллегия:

ответственный редактор – ректор КамГАФКСиТ, д.п.н., профессор А.С. Кузнецов

научный редактор - д.п.н., профессор З.М. Кузнецова, Т.В. Деркач

Мы отмечаем, что выявленные при анализе недостатки в подготовке педагогических кадров по физической культуре взаимосвязаны общепедагогическими аспектами организационно-методического обеспечения дисциплины; особенностями методического и содержательного программного обеспечения дисциплины и деятельности ближайшего окружения; целевыми установками студентов при изучении дисциплины и их отношения к учебному процессу; определенной несогласованностью в последовательности освоения ряда смежных дисциплин и неразвитостью межпредметных связей этой дисциплины с дисциплинами профилирующих кафедр; процессом совершенствования квалификации педагогических кадров.

Формирование педагогического мастерства будущих педагогов требует определенного приспособления методики построения дисциплины «Подвижные игры народов России» к конкретному контингенту.

Предложенная нами методика по устранению выявленных недостатков позволяет существенно расширить представление студентов об аспекте использования подвижных игр и игровых заданий в системе учебной, воспитательной и тренировочной работе. Методические разработки по повышению эффективности формирования педагогического мастерства студентов позволяют усилить установку на качественное овладение данным курсом, повысить объективно и субъективно готовность студентов к использованию подвижных игр в будущей профессиональной деятельности, а также способствовать повышению педагогического мастерства в целом.

К ОБОСНОВАНИЮ СОДЕЖАНИЯ И МЕТОДИКИ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Мерзляков А.С.

*Удмуртский государственный университет
Ижевск*

Согласно последним данным научно-исследовательского Института гигиены детей и подростков Министерства здравоохранения, состояние здоровья детей младшего школьного возраста оценивается многими специалистами как неудовлетворительное. Это выражается в низких показателях физического развития, физической подготовленности и состояния устойчивости к заболеваниям детского населения. По данным научных исследований более трети детей испытывают постоянные учебные перегрузки и загрузнения в усвоении обычных образовательных предметов (Пляскина И.В., 2000; Харитонов В.И., Ненашева А.В., 2000; Ерахтина Т.А., 2000; Фомин Н.А., 2003; Родионов В.А., 2005).

Традиционный подход к использованию средств и методов физического воспитания, а именно применение типовых программ по физической культуре на уроке, не всегда оказывается достаточным для увеличения функциональных возможностей организма детей и эффективного развития основных двигательных качеств (Железняк Ю.Д., Блехман Е.А., Савиных Л.Е., 2002; Литвинов Е.Н., Виленский М.Я., Погадаев Г.И., 2004; Прокудин Б.Ф., 2003, 2006). В настоящее время происходит процесс совершенствования программ по физическому воспитанию учащихся, разрабатываются ее новые виды, имеющие спортивную, оздоровительную, образовательную направленности.

Медицинская статистика убедительно свидетельствует о том, что состояние здоровья детей неуклонно ухудшается. За период с 1992 по 2002 г. частота выявления функциональных отклонений у учащихся младших классов повысилась на 84,7%, а хронических заболеваний – на 83,8%. Преобладают нарушения со стороны костно-мышечной (23,3%) и нервной систем (21,8%) (Баранов А.А., Щеплягина Л.А., 2005). Значительная часть детей, посещающих начальную школу, относится к часто болеющим. Среди неорганизованных детей их число составляет почти половину (Бойко А.Ф., Виноградов П.А., 1994; Виноградов П.А., 1980, 1996; Вельтишев Ю.Е., 2000; Коровина Н.А., 2001).

Практически все специалисты сходятся во мнении, что одним из причинных факторов сложившейся ситуации является дефицит двигательной активности. Последний особенно негативно сказывается на детях младшего школьного возраста, у которых идет процесс формирования необходимых морфологической и функциональной баз будущей долголетней и здоровой жизни (Кофман Л.А., 1998; Антропова М.В., Кольцова М.М., Терехова Н.Т., 1998; Баранов А.А., Кучма В.Р., Сухарева Л.М., 2004). Именно в этом возрастном периоде важен не только суммарный объем двигательной активности, но и ее адекватность как в плане развития отдельных физических качеств, так и в биомеханическом плане. Это особенно актуально, поскольку в возрастном диапазоне от 7 до 10 лет резко выражена дисперсия параметров, характеризующих костную степень зрелости (Говоркова Л., 2005).

В целях повышения двигательной активности детей младшего школьного возраста в настоящее время рекомендуют:

1. Выведение уроков физической культуры за рамки расписания, подобный подход позволит создать группы с ориентацией на спортивную подготовку и облегчит решение проблемы мест проведения занятий, при этом группы должны формироваться не по классам, а на основе общности моторных признаков и интереса к занятиям (Бальсевич В.К., 1994, 1999; Синельникова О.А., 2004).

2. Проведение занятий в режиме динамических поз (Базарный В.Ф., 1998; Арсланов В.А., Ситдинов Ф.Г., Гуров В.А., 1990; Филиппова Л.А., 2002).

3. Использование различных двигательных режимов, включающих удлиненные перемены с физическими упражнениями, дополнительные физкультурные занятия, занятия спортом, подвижные игры, физкультминутки на уроках, спортивный час в группе продленного дня, общешкольные физкультурно-массовые и спортивные мероприятия, самостоятельные домашние занятия (Глейзеров В.И., Колосовская Л.А., 1990; Дурынин А., 2005).

4. Сочетание урочных (не менее 3-4 раз в неделю) и внеурочных форм проведения занятий с предпочтением рекреационных форм организации (Склянова Н.А., Петренко Б.С., 1994).

Однако в связи с самыми различными причинами подавляющее большинство перечисленных выше рекомендаций остаются нереализованными, в связи с чем для основной массы детей и подростков главным местом получения определенных объемов двигательной активности продолжает оставаться школьный урок физической культуры (Виленская Т.Е., 2006).

В то же время физическое воспитание в учебных заведениях продолжает пребывать в условиях несориентированных приоритетов. В серьезном совершенствовании нуждается и его научно-методическое обеспечение: не используются современные подходы к оценке срочной эффективности занятий физической культурой, проводимых в образовательных учреждениях; не обоснованы принципы развития выносливости у детей различного возраста; отсутствует дифференциация критериев физической подготовленности учащихся в зависимости от возраста, пола, антропометрических показателей и т.п.

В настоящее время в педагогических и физиологических науках, изучающих вопросы организации и содержания физического воспитания младших школьников сложилась проблемная ситуация. Она детерминирована все нарастающими противоречиями между потребностями системы школьного физического воспитания в радикальном повышении уровня здоровьесбережения и здоровьесформирования учащихся младших классов, с одной стороны, и отсутствием нового научного знания для успешной разработки и практической реализации таких технологий с другой стороны.

Все вышеизложенное убедительно свидетельствует о необходимости разрешения этого противоречия путем проведения комплекса специальных педагогических и физиологических исследований, направленных на обоснование основных путей совершенствования школьного физического воспитания в младших классах и углубление понимания сущности его медико-биологического обеспечения.

В ряде регионов России проводятся эксперименты с введением дополнительных уроков физической культуры, совершенствуются методы обучения, организуются занятия по интересам, проводятся уроки физической культуры с оздоровительной направленностью, корригирующей и оздоровительной гимнастикой, массажем, элементами физио- и фитотерапии. Во всех случаях отмечается существенный прогресс в улучшении здоровья учащихся, в изменении их отношения к занятиям физической культурой и спортом (Колодницкий Г.А., 1996; Конеева Е.В., 2006).

Внедрение трех уроков физической культуры продиктовано следующими соображениями. Во-первых, совершенствование содержания и методики проведения уроков физической культуры дошло до своего логического завершения, и дальнейшее улучшение в этом направлении представляется сомнительным. Во-вторых, перегрузка школьников, нарушение здоровья в различных формах требуют проведения реабилитационных мероприятий, чего невозможно добиться в полной мере на стандартном уроке физической культуры или в системе физкультурно-оздоровительной деятельности. Это диктует необходимость введения трех часов для урочных занятий физической культурой. Внедрение в учебный процесс третьего урока физической культуры требует специальной разработки его научно-методического обеспечения; структуры и содержания урока; методики обучения учащихся оздоровительно-реабилитационным упражнениям; системы контроля за успешностью учебного процесса; регламентации нагрузок.

Третий урок физической культуры рекомендован для системы физического воспитания общеобразовательной школы. Однако его внедрению мешают, помимо организационных проблем, отсутствие научно обоснованного содержания, методики проведения и поставленных перед этим уроком педагогических задач. Задачами физкультурно-реабилитационных оздоровительных уроков являются: снижение негативных последствий учебной перегрузки; увеличение уровня ежедневной двигательной активности; обучение основам знаний и умений по методике самостоятельного проведения занятий физическими упражнениями.

На третьем уроке акцент должен делаться на дыхательные упражнения и упражнения для укрепления дыхательной системы организма и профилактики заболеваний сердечно-сосудистой и дыхательной систем, профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения и простудных заболеваний. На третьем уроке осваиваются упражнения, способствующие улучшению осанки, профилактике плоскостопия, простудных заболеваний, формированию навыков закаливания (Комков А.Г., 2000).

Особенностями третьего оздоровительного урока физической культуры в начальной школе является знакомство с основными понятиями физической культуры и овладение доступными упражнениями оздоровительного общеразвивающего характера. Очень важно заинтересовать ребенка, ввести его в мир оздоровительной физической культуры, показать его значимость. Для этой цели, опираясь на знания об оздоровительной физкультурной деятельности, необходимо научить младших школьников тем упражнениям, которые позволяют улучшить различные функции организма, способствуют их

гармоничному развитию. Основными бедами младших школьников являются простудные заболевания, стрессы, создание предпосылок для нарушения осанки, недостаточная двигательная активность.

Основными разделами, которыми нужно овладеть младшим школьникам на третьем оздоровительном уроке физической культуры, являются основы дыхательной гимнастики, навыки мышечной релаксации, комплексы для психической регуляции, упражнения на концентрацию внимания, комплексы для профилактики нарушения осанки. Очень важно использовать игры и упражнения для формирования основных двигательных качеств, научить детей основам оздоровительной и развивающей физической культуры, для профилактики простудных заболеваний использовать на уроках закаливающие мероприятия.

ИЗУЧЕНИЕ МОТИВАЦИОННО-ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Митриченко Р.Х.

Удмуртский государственный университет

Ижевск

Одним из основных условий формирования у студентов устойчивого интереса к занятиям физической культурой является сочетание учебной деятельности с потребностью мотива к двигательной активности на основе естественной потребности в движении. Потребность в физической культуре – главная побудительная, направляющая и регулирующая сила поведения личности, имеющая широкий спектр: потребность в движениях и физических нагрузках, в общении с друзьями, отдыхе, эмоциональной разрядке, в комфорте и др. Потребности тесно связаны с эмоциями, ощущениями приятного и неприятного, удовольствия и неудовольствия. Студент выбирает тот вид деятельности, который в большей степени позволяет удовлетворить возникшую потребность и получить положительные эмоции.

Принцип свободы выбора является одним из основополагающих организационно-методических принципов реализации инновационной технологии физического воспитания. При этом одной из главных задач кафедр физического воспитания становится поддержка стремлений студентов к регулярным занятиям физической культурой и спортом и создание возможно большего числа альтернативных программ с учетом материально-технической оснащенности спортивной базы вузов.

Повышение мотивационно-ценностного отношения студентов к занятиям физической культурой и спортом будет эффективным, если учебные программы станут учитывать потребности и запросы студентов в сфере физической культуры.

Предметом исследования являлась оценка значимости физической культуры в образе жизни студентов, мотивационно-ценностная направленность, самооценка физического здоровья, физической подготовленности и физического развития.

С этой целью была разработана анкета, помогающая определить отношение студентов к занятиям физической культурой.

Исследование выполнялось на базе Удмуртского государственного университета. Анкетирование проводилось среди студентов первого и второго курсов (n=442, из них 222 - юношей, 220 - девушек) различной специализации: аэробика, тренажерный зал, плавание, баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис, легкая атлетика, ОФП, специальная медицинская группа.

Анализ результатов анкетного опроса показал, что 45% респондентов полностью устраивает организация занятий физической культурой в вузе, 35% - устраивает частично, 12% - частично не устраивает, 2% - полностью не устраивает. Следует отметить, что 84% студентов активно бы занимались физической культурой, если бы физическая культура не была обязательной дисциплиной. Отвечая на вопрос «Что мешает вам заниматься физической культурой и спортом?», 64% указывают на отсутствие свободного времени, 12% - неумение организовать время, 24% - осознают свою лень. В студенческом расписании всегда присутствует дефицит времени, отсюда и трудности в организации занятий физической культурой и спортом.

Основными мотивами посещения занятий у 62,7% респондентов является улучшение состояния здоровья, 17,9% занимаются с целью достижения спортивного результата, 32% преследуют цель улучшения фигуры, ради общения с друзьями занимается 7,5% и лишь 6,8% студентов занимаются только ради получения зачета.

Результат исследования показывает, что современно оборудованная спортивная база могла бы повысить интерес к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью у 52,3% студентов. Между тем вузовские спортивные базы не всегда удовлетворяют интерес студентов заниматься тем или иным видом спорта. Возможность выбора вида спорта также повышает интерес к занятиям физкультурой и спортом у 24% респондентов, 26,9% - указывают на повышение качества учебного процесса, а вот чтение лекций не вызывает повышения интереса к занятиям физической культурой – 0,4% респондентов. Рассматривая повышение мотивации студентов, занимающихся в различных специализациях, и исследуя ответ на вопрос «Каким видом спорта вы хотели бы заниматься?», следует отметить, что 53% студентов, занимающихся плаванием, выбирает плавание, 70% занимающихся футболом выбирают футбол, соответственно 59% - баскетбол, 43% - волейбол, 33% - аэробику, 30% - занятия в тренажерном зале, ОФП – лишь 3,53%.