

квалифицированном, систематическом проведении тренировочных занятий. Изучение мотивов спортивной деятельности школьников дает возможность лучше познакомиться с запросами учащихся, реализовать их потребность в общении с широким кругом сверстников, квалифицированных спортсменов; в реализации желания быть успешным в спортивной деятельности.

Литература

1. Бальсевич В.К. Онтокинезиология человека. – М.: Теория и практика физических упражнений, 2000. – 275 с.
2. Лубышева Л.И. Спортсизация в общеобразовательной школе / под. общ. ред. докт. пед. наук профессор Л.И. Лубышевой. – М.: Научно-издательский центр «Теория и практика физической культуры и спорта», 2009. – 168 с.
3. Колесник, И.С. Основные направления повышения эффективности системы спортивной подготовки квалифицированных боксеров / И.С.Колесник. М.Флинта: наука. – 2010. – 350 с.
4. Назаренко, Л.Д. Средства и методы развития двигательных координаций: Монография. – М.: Теория и практика физической культуры, 2003. – 258 с., ил.

Грачева Н.В.

Саратов, Саратовский государственный университет, hikhkova@mail.ru

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАНИИ

Аннотация: Целью написания данной статьи является поиск ответов на такие вопросы как: Какими способами возможно привлечь их интерес к физической культуре? Насколько используемые методики преподавания физической культуры в общеобразовательных учреждениях отвечают современным требованиям? Решению каких проблем нашего общества может поспособствовать вовлеченность детей и подростков в занятия спортом

Ключевые слова: физическая культура, образование, спорт, дети.

В современном мире физическая культура и спорт являются важными социальными и политическими факторами. И речь идет не только о так называемом «спорте больших достижений», но и о распространенности физической культуры среди всех граждан. Вовлеченность населения в занятия спортом является одним из показателей жизнеспособности и духовной силы любой нации и способствует формированию положительного имиджа на мировой арене.

Регулярная физическая активность значительно улучшает

физическое здоровье, особенно состояние опорно-двигательного аппарата и сердечно - сосудистой системы, повышают иммунитет, положительно влияют на общий тонус человека. Образовательная область "физическая культура" призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии своих физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. [6, с. 50]

И где же еще, как не в школе, целесообразнее всего начинать прививать новым поколениям любовь к занятиям спортом?

Для того, чтобы ответить на вопрос о том, как привлечь детей и подростков к занятиям физической культурой, нужно для начала понять каково же их отношение к данному предмету в настоящий момент и почему.

К сожалению, как минимум у каждого второго школьника словосочетание «физическая культура» ассоциируется с многочисленными нормативами, которые нужно постоянно сдавать, «доказывая» учителю, что физическая подготовка этого самого школьника отвечает определенным общим стандартам. Вполне объяснимо, что ученик, «не дотягивающий» до требуемых показателей или до результатов своих сверстников, скорее всего, просто потеряет интерес к занятиям физической культурой.

Целесообразно ли вообще говорить о стандартах в физической культуре? Не стоит ли в данном случае сравнить физическую культуру с культурой, например, художественной? Культурой, в которой нет, и никогда не было фиксированных стандартов (не принимая во внимание времена СССР, времена стандартизации всех сфер жизни людей).

Сегодня чиновники в сфере образования всячески пропагандируют «уникальность» всех детей и индивидуальный подход к каждому, так почему же на такой предмет как физическая культура это веяние не распространяется? Можно, конечно, сослаться на недостаточность материального оснащения многих школ, но главная проблема не в этом.

То, что мотивировало школьников заниматься спортом тридцать, сорок лет назад, не работает с современными детьми и подростками. Ушло то время, когда многие девочки хотели стать гимнастками или фигуристками, а мальчики – хоккеистами или легкоатлетами. Сегодня такие дети, безусловно, существуют, но их становится все меньше. Современных детей и подростков скорее бы заинтересовала возможность иметь подтянутую стройную фигуру, чем перспектива получения медалей и наград. Ученики должны получать базовые знания о метаболизме, правильном питании, о том, какие виды физической активности направлены на те или иные цели. Для того, чтобы обеспечить учеников этой информацией не нужны оборудованные по последнему слову техники

спортивные залы, хотя они и не помешали бы. Обеспечить разнообразие физической активности возможно и на базе обычной российской общеобразовательной школы. Способствовать повышению заинтересованности в активной физической деятельности так же может отказ от оценивания учеников по традиционной системе.

Занятия физической культурой можно так же рассматривать как способ отдыха и расслабления. В то время как ученикам младших классов занятия спортом помогают потратить ту энергию, которая, зачастую, мешает им сосредоточиться в классе, ученикам старших классов занятия физической культурой необходимы для достижения противоположного эффекта. [5]

Существующие данные указывают на то, что учебная нагрузка старшеклассников сегодня составляет в среднем 10-12 часов в сутки. Это дает нам основание полагать, что нагрузка, приходящаяся на учеников старших классов, по своему объему и интенсивности приближается к пределу физиологических возможностей организма. В результате, такой темп жизни негативно сказывается на устойчивости внимания, умственной работоспособности, общей успеваемости и др.

По степени нервного напряжения учебный труд в старшей школе можно сравнить с видами человеческой деятельности, которым присущ повышенный риск развития заболеваний. Напряженность учебного труда старшеклассников в сочетании с малоэффективной системой физкультурного образования и прочими трудностями еще сильнее усугубляют состояние проблемы и приводят в итоге к тому, что количество здоровых подростков под воздействием процесса обучения в старшей школе сокращается. [4]

В свою очередь, правильно организованные уроки физической культуры позволяют на какое-то время переключить внимание учеников, давая им возможность отдохнуть.

Также, рассуждая об актуальности такого предмета как физическая культура в общеобразовательных учреждениях, следует обратить внимание на состояние современного общества в целом.

Все чаще на экранах телевизоров и на страницах газет мелькают ужасающие сообщения о преступлениях, совершаемых подростками, а подростковая преступность «молодеет» день ото дня. Разумеется, среди причин можно назвать недостаток внимания со стороны родителей, повсеместную компьютеризацию, свободный доступ в интернете к материалам, пропагандирующим насилие и так далее. Но также, одной из причин является то, что у современных подростков слишком много свободного времени, гораздо больше, чем им требуется, и слишком много энергии, направленной «не в то русло».

В данной ситуации, занятия спортом могут способствовать выходу той энергии, которая, в большинстве своем, не дает покоя современным

подростком. Трудно представить, чтобы школьник, проводящий несколько часов в неделю в спортивном зале или на стадионе, находил силы и время для того, чтобы совершать какие-то противозаконные действия.

Все перечисленные выше функции физической культуры как части школьной программы позволяют считать этот предмет одним из важнейших, наряду с математикой и русским языком. А для максимальной реализации этих функций занятия физической культурой должны быть продуманными, четко организованными и ориентированы на разные возрастные группы.

В современных условиях модернизации российского общества одной из главнейших задач, стоящих перед государством, является всесторонняя забота о сохранности жизни и здоровья, физическом развитии, воспитании и приобщении к здоровому образу жизни детей, подростков, молодежи. Здоровье и здоровый образ жизни сегодня является одним из необходимых условий активной, творческой, полноценной жизни человека. Только здоровый человек, обладая хорошим самочувствием, оптимизмом, психологической устойчивостью, высокой умственной и физической работоспособностью, способен активно жить, преодолевать бытовые и профессиональные трудности, добиваться успеха в современном динамичном мире.

Но следует помнить, что здоровый образ жизни – это привычка, привычка, которая должна формироваться с детства. Поэтому преподавание физической культуры в школах на должном уровне является одним из основных факторов формирования здоровой физически и психологически современной нации.

Список литературы

1. Савенков Г.И. Психологическая подготовка спортсмена в современной системе общеобразовательных учреждений: учебное пособие. М.: Изд-во Физическая культура, 2006. - 96 с.
2. Бондарчук А.П. Спортизация физического образования / – М.: Олимпия Пресс, 2007. - 272 с.
3. Вовк С.И. Психология физического воспитания в школе / -М.: Изд-во Физическая культура, 2007. – 212 с.
4. Лях В.И. Ориентиры перестройки физического воспитания в общеобразовательной школе, 2008. - № 9. - С. 10 - 14.
5. Зациорский В.М. Физические качества школьника / - М.: Физкультура и спорт, 2004. - 200 с.
6. Васягина Н.В. Изотон как одна из инновационных технологий в учебном процессе студентов вузов. Сборник науч. статей Всероссийская науч.-практическая конференция Формирование физической культуры и культуры здоровья учащихся в условиях модернизации образования, Елабуга 2015. – 273 с.