
III. ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ РАЗЛИЧНЫХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ, ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ, ЭРГОТЕРАПИЯ, ЛЕЧЕБНАЯ, ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

УДК 373.016:796+371.7

ОТНОШЕНИЕ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ К ПРОБЛЕМЕ УХУДШЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

С.В. Ващенко,

Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

В статье представлены данные социологического опроса учителей физической культуры и здоровья города Новополоцка. Были получены ответы на вопросы, касающиеся состояния здоровья, двигательной активности, физического воспитания современных школьников. Показано, что традиционное построение физического воспитания требует радикального изменения организации и методов обучения.

Ключевые слова: здоровье; школьники; двигательная активность; физическая культура; гиподинамия.

RELATION OF TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE TO THE PROBLEM OF DECLINE IN HEALTH AND PHYSICAL ACTIVITY OF SCHOOLCHILDREN

Data of sociological survey of teachers of physical culture and health of the city of Novopolotsk are presented in the article. Answers to questions concerning the state of health, physical activity, and physical education of contemporary schoolchildren have been received. It is shown that traditional structure of physical education requires radical changes in its organization and training methods.

Keywords: health; schoolchildren; physical activity; physical culture; hypodynamia.

Введение. Потребность в двигательной активности является, как известно, важнейшей общебиологической особенностью организма. Однако развитие современной цивилизации привело к тому, что большинство современных школьников живет в условиях пониженной двигательной активности, что неблагоприятно отражается на здоровье и физиологических возможностях организма [1]. Зарубежные авторы [2] в своих исследованиях также указывают на наличие данной проблемы и ведут активный поиск путей ее решения.

Проблема повышения двигательной активности в настоящее время является актуальной, так как современные школьники выполняют недостаточный объем физических нагрузок как в повседневной жизни, так и в образовательном процессе по физическому воспитанию. Реально выполняемые объемы двигательной активности школьников в значительной степени отстают от нормативных.

Проблема гиподинамии приобретает социальный характер, и ее успешное решение во многом определяется своевременностью профилактических мер в период обучения в учреждениях общего среднего образования, т. е. зависит от объединенных усилий учителей, медицинских работников, родителей и широких кругов общественности [3]. Очевидно, что система образования является главным каналом воздействия на массовый, организованный в ее рамках детский контингент. В связи с этим на систему образования, помимо специальных задач, ложиться и задача сохранения физического, психического и нравственного здоровья школьников.

Вне всякого сомнения, решить проблему снижения двигательной активности школьников помогут учителя физической культуры и здоровья, ведь именно перед ними стоят задачи по оздоровлению учащихся в образовательном процессе, а также по снижению у них дефицита двигательной активности. К тому же урок физической культуры и здоровья по-прежнему остается основной формой физического воспитания в учреждениях общего среднего образования [4].

Цель исследования: получение социологической информации от учителей физической культуры и здоровья, касающейся здоровья, двигательной активности и отношения школьников к занятиям физической культурой и спортом.

Организация исследования. Для получения данной информации было изучено мнение учителей физической культуры и здоровья, так как непосредственно они связаны с формированием физической культуры личности и оздоровлением учащихся. В анонимном анкетировании приняли участие учителя учреждений общего среднего образования г. Новополоцка. Всего было обработано 25 анкет.

Результаты исследования и их обсуждение. При оценке состояния здоровья школьников учителя физической культуры и здоровья ориентировались на результаты ежегодных медицинских обследований, проводимых с целью распределения учащихся на группы для занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье». Большая часть учителей (72 %) оценивает состояние здоровья современных школьников как удовлетворительное. По мнению 28 % учителей, состояние здоровья школьников является плохим (таблица 1). Никто из опрошенных не считает состояние здоровья школьников отличным.

Таблица 1. – Оценка состояния здоровья школьников (мнение учителей ФК и З), %

Состояние здоровья школьников	
Плохое	28
Удовлетворительное	72
Отличное	–
Изменение состояния здоровья школьников за 10 лет	
Ухудшение	88
Улучшение	–
Затрудняюсь ответить	12

Полученные результаты говорят о том, что учителя физической культуры и здоровья, в отличие от самих школьников, более реально оценивают состояние здоровья учащихся. Так, по результатам исследований, проведенными различными авторами [5, 6], показано, что большая часть школьников переоценивает уровень собственного здоровья (по различным данным от 62 до 88 % школьников оценивают состояния здоровья как хорошее или даже отличное). Однако оптимизм подростков в отношении благополучия здоровья не подкрепляется официальными данными Республики Беларусь, согласно которым, численность полностью здоровых школьников в среднем не превышает 15 % и снижается до 7 % в старших классах [7].

То, что за последние десять лет состояние здоровья школьников ухудшилось, указали 88 % опрошенных. При этом никто не отметил его улучшения. 12 % затрудняются ответить на данный вопрос. Полученные результаты подтверждают общую тенденцию снижения потенциала здоровья подрастающего поколения, показанную многочисленными исследованиями как в нашей стране, так и за рубежом [8–11].

То, что двигательная активность является существенным фактором, влияющим на состояние здоровья современных школьников, считают 76 % опрошенных учителей. Еще 20 % считают так же, но отмечают, что двигательная активность не является главным фактором. Среди учителей никто не ответил, что двигательная активность не оказывает влияния на состояние здоровья школьников. У 4 % опрошенных возникли затруднения при ответе на этот вопрос. Полученные результаты говорят о том, что в поддержании здоровья школьников учителя большую роль отводят именно двигательной активности.

Проблему гиподинамии для современных школьников считают актуальной 64 % учителей, возможно актуальной – 24 %. Не задумывались над данным вопросом 12 % опрошенных. Никто не ответил, что данная проблема неактуальна.

Мнение учителей относительно уровня двигательной активности (ДА) школьников представлено в таблице 2.

Таблица 2. – Оценка уровня ДА школьников (мнение учителей ФК и З), %

Текущий уровень ДА школьников	
Низкий	24
Средний	76
Высокий	–
Изменение уровня ДА школьников за 10 лет	
Значительное снижение	76
Незначительное снижение	24
Повышение	–

Среди опрошенных учителей физической культуры и здоровья никто не считает, что уровень двигательной активности современных школьников является высоким. Большая часть опрошенных (76 %) оценивают его как средний, 24 % считают его низким.

То, что уровень двигательной активности школьников за последние 10 лет значительно снизился, отмечают 76 % учителей; снизился, но незначительно – 24 %. Никто из опрошенных учителей не ответил, что уровень двигательной активности не изменился.

То, что занятия физической культурой и спортом являются обязательными для сохранения и укрепления здоровья школьников, считают практически все опрошенные (92 %). Затрудняются ответить на данный вопрос 8 %.

Количество занятий физической культурой в рамках образовательного процесса по физическому воспитанию 84 % учителей считают недостаточным для воспитания физически здоровой личности. На то, что количество занятий является достаточным, указали только 8 %. Еще 8 % учителей затруднились ответить на этот вопрос.

Большинство учителей физической культуры (88 %) указывают на необходимость дополнительных занятий физической культурой и спортом в свободное от учебных занятий время. 12 % опрошенных затрудняются ответить на этот вопрос.

Полученные ответы свидетельствуют о том, что практически все опрошенные учителя физической культуры и здоровья считают двигательный режим современных школьников недостаточным, а проблему гиподинамии очень актуальной. Также они высоко оценивают роль занятий физической культурой и спортом в сохранении и укреплении здоровья. При этом, по их мнению, одними занятиями физической культурой в рамках образовательного процесса по физическому воспитанию проблему гиподинамии не решить. Поэтому необходимы дополнительные занятия физической культурой и спортом в свободное от учебных занятий время.

Большинство учителей (40 %) считает, что заметное снижение двигательной активности школьников отмечается уже в 5–7 классах. 36 % отмечает, что это происходит в 8–9 классах, 20 % – в 10–11 классах.

При ответе на вопрос: «Как относится большинство современных школьников к занятиям физической культурой в рамках школьной программы?» – мнения учителей разделились. Так, 36 % учителей отмечают, что школьники относятся к ним положительно и ходят с удовольствием, 32 % считают, что школьники относятся к ним отрицательно и ходят только, чтобы получить отметку. 32 % учителей указали на различное отношение учащихся в зависимости от их возраста.

Все опрошенные учителя отметили, что в своей деятельности пропагандируют пользу занятий физической культурой и спортом.

По мнению большинства учителей физической культуры (44 %), наибольшую ответственность за состояние здоровья учащихся за время обучения в школе несут родители. 24 % не снимает ответственности за здоровье учащихся с педагогов школы и считает, что наибольшая роль возложена на учителей, 4 % – на самих учащихся. Свой вариант ответа (все вместе) предложили 28 % учителей.

Относительно нагрузки, предлагаемой на уроках физической культуры и здоровья, 48 % учителей считают, что школьники не справляются лишь с некоторыми упражнениями. Некоторые затруднения, по мнению учителей, испытывают 28 % учащихся. На то, что для многих школьников физическая нагрузка является непосильной, указали 16 % опрошенных учителей. Лишь 8 % учителей считают, что школьники легко справляются с предлагаемой нагрузкой. Полученные данные, возможно, связаны с результатами исследований, согласно которым, уровень физического развития и физической подготовленности современных школьников снижается, и они значительно отстают от своих сверстников прошлого столетия [12]. Вероятно, поэтому физическая нагрузка на уроках физической культуры для некоторых непосильна.

На то, что школьники владеют недостаточным количеством информации о роли занятий физической культурой и спортом в сохранении и укреплении здоровья, указывают 60 % учителей. 16 % считает, что количество информации является достаточным, 24 % затрудняются дать ответ на данный вопрос.

На недостаток свободного времени, как основную причину низкой двигательной активности школьников, указывают 54 % учителей. Отсутствие условий для занятий физической культурой и спортом в свободное время – является основной причиной низкой двигательной активности, по мнению 36 % опрошенных. Еще 12 % считает, что таковой причиной является слабая пропаганда здорового образа жизни.

Пути решения проблемы гиподинамии современных школьников, по мнению учителей физической культуры и здоровья, представлены на рисунке.

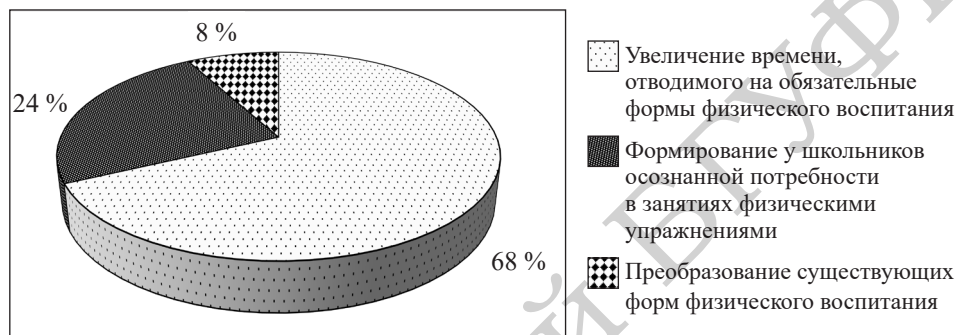


Рисунок – Пути решения проблемы гиподинамии (мнения учителей)

Так, большинство учителей (68 %) считают, что проблему гиподинамии современных школьников можно решить путем увеличения времени, отводимого в школе на обязательные формы физического воспитания (уроки физической культуры и здоровья, факультативы, малые формы занятий и т. п.). На то, что данную проблему можно решить путем формирования у школьников осознанной потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, указывают 24 % учителей. О том, что данная проблема решается путем преобразования существующих форм физического воспитания, говорят 8 % опрошенных.

Большинство учителей (56 %) затрудняются дать ответ на вопрос о том, что большой спорт и спорт высших достижений способствуют улучшению физического здоровья. Положительное влияние большого спорта и спорта высших достижений на уровень физического здоровья отмечают 24 %, отрицательное – 20 %. Трудности в ответе на данный вопрос, возможно, связаны с тем, что помимо отрицательного влияния на здоровье гиподинамии, известно, что и гипердинамия не всегда оказывает положительное влияние на здоровье.

Мнения опрошенных учителей о том, кто в большей степени влияет на формирование отношения школьников к занятиям физической культурой и спортом, разделились. Так, 32 % считает, что это учителя и 32 %, – что родители. 28 % указывают на друзей и близкое окружение и 8 % на средства массовой информации.

По мнению большинства учителей (60 %), родители вовсе не интересуются успеваемостью своих детей по учебной дисциплине «Физическая культура и здоровье», проявляют интерес лишь в случае получения неудовлетворительной отметки – по мнению 28 % учителей. Лишь 12 % опрошенных учителей отмечает

постоянный интерес родителей к успеваемости своих детей. Полученные результаты, вероятно, связаны с тем, что как и сами школьники, так и их родители в полной мере недооценивают роль физической культуры в сохранении и укреплении здоровья школьников.

Очевидно, что значительную роль в формировании и сохранении здоровья детей имеет взаимодействие семьи и общеобразовательных организаций. Именно родители совместно со школой должны вырабатывать у учащихся привычки к регулярным, обязательным занятиям физическими упражнениями и здоровому образу жизни, формировать осознанные ценностно-ориентированные установки на сохранение здоровья, приобретение знаний и формирования умений, применения современных методик по оздоровлению и укреплению организма.

Заключение. Социологический опрос учителей физической культуры и здоровья показал, что большинство из них отмечают ухудшение состояния здоровья и снижение уровня двигательной активности современных школьников. В то же время существующая система организации физического воспитания в учреждениях общего среднего образования не дает ожидаемых результатов по оптимизации двигательного режима учащихся. К тому же многие родители пассивно относятся к физическому воспитанию своих детей, недооценивая роль занятий физической культурой в сохранении и укреплении здоровья. Следовательно, необходимо изменить подходы к физическому воспитанию в сторону адекватного увеличения физической активности школьников, что, вероятно, способно активизировать функционирование всех систем организма и привести к улучшению состояния физического здоровья.

По результатам проведенного анкетирования можно наметить некоторые пути совершенствования процесса физического воспитания учащихся учреждений общего среднего образования с целью адекватного увеличения двигательной активности школьников, которая, в свою очередь, будет способствовать улучшению состояния их здоровья:

1. Введение обязательного теоретического курса по здоровому образу жизни, в рамках которого школьники должны овладеть достаточным количеством информации о роли занятий физической культурой и спортом в сохранении и укреплении здоровья.

2. Повышение объема занятий физической культурой в рамках образовательного процесса путем систематического и обязательного проведения малых форм физического воспитания (вводной гимнастики, физкультпауз и физкультминутки).

3. Адекватное и постепенное повышение нагрузки на уроках физической культуры и здоровья с учетом состояния здоровья и физической подготовленности школьников.

4. Регулярное участие учителей физической культурой и здоровья в родительских собраниях с целью повышения физкультурно-педагогической грамотности родителей и формирования у них личной ответственности за здоровье и физическое воспитание своих детей.

1. Сафронов, А. А. Анализ возрастных особенностей учащихся как основной компонент построения процесса физического воспитания / А. А. Сафронов // Молодой ученый. – 2014. – № 18. – С. 101–103.

2. Suleymanova, A. From healthy education to a healthy population: testing the impact of the innovative school health program on health of primary school students in Azerbaijan / A. Suleymanova, E. Bashirova // Quality & Quantity. – 2017. – № 1. – P. 27–34.

3. Сердюковская, Г. Н. Гигиена детей и подростков : учебник // под ред. Г. Н. Сердюковской. – М. : Медицина, 2009. – 234 с.

4. Магун, Т. Я. Спортивизированный подход в образовании как основное направление в повышении двигательной активности школьников / Т. Я. Магун // Инновационная педагогическая деятельность. – 2017. – № 2. – С. 122–124.

5. Маркова, А. И. О представлениях и реальном поведении по отношению к своему здоровью московских школьников: результаты социологического исследования / А. И. Маркова, А. В. Ляхович // Вопросы современной педиатрии. – 2010. – Т. 9. – № 6. – С. 19–25.

6. Колесникова, Л. И. Определение физической подготовленности при проведении комплексной оценки состояния здоровья школьников / И. А. Колесникова, Л. И. Меньшикова, В. И. Макарова // Педиатрия. – 2008. – № 1. – С. 30–31.

7. Состояние здоровья детей в Республике Беларусь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://nesvizh-hospital.by/rus/dni/785/>. – Дата доступа: 21.05.2018.

8. Яцун, С. М. К вопросу о взаимосвязи образа жизни и состояния здоровья школьников в период обучения / С. М. Яцун, И. А. Соколова // Научный альманах. – 2017. – № 2 (28). – С. 259–261.

9. Соболева, Л. Г. Комплексная оценка здоровья школьников г. Гомеля / Л. Г. Соболева, Т. М. Шаршакова, О. В. Шульга // Проблемы здоровья и экологии. – 2013. – № 4 (38). – С. 136–140.

10. Копейкина, Н. А. Проблемы сохранения здоровья школьников / Н. А. Копейкина // Проблемы развития территории. – 2012. – № 4 (60). – С. 44–52.

11. Досыхманова, А. Б. Состояние здоровья детей подросткового возраста / А. Б. Досыхманова, Г. К. Амантаева // Наука и здравоохранение. – 2014. – № 6. – С. 77–78.

12. Вишнеvский, В. А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии) / В. А. Вишнеvский. – М. : Теория и практика физической культуры, 2002. – 270 с.

Поступила 03.05.2018

УДК 378.6:796(476):796.032.2 “322” “1980”

УЧАСТИЕ СТУДЕНТОВ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ ИНСТИТУТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ИГРАХ XXII ОЛИМПИАДЫ В МОСКВЕ (СССР) 1980 Г.

О.А. Волкова, канд. ист. наук, доцент,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь

В связи с празднованием 80-летия Белорусского государственного университета физической культуры автор анализирует значительный вклад наших студентов в прославление вуза и своего государства в целом. Именно Игры XXII Олимпиады стали самыми успешными для советских спортсменов, которые завоевали наибольшее количество наград (195 медалей, из них 80 золотых), опередив атлетов из ГДР (126 медалей, из них 47 золотых). В составе олимпийских команд Советского Союза представители спортивных организаций БССР завоевали 34 олимпийские медали, в том числе 15 золотых.