

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Полоцкий государственный университет»

**ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА
В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ**

Электронный сборник материалов
Республиканского научно-практического семинара
(Новополоцк, 24 марта 2017 г.)

Новополоцк
2017

Все права на размножение и распространение в любой форме остаются за УО «Полоцкий государственный университет».

Нелегальное копирование и использование данного продукта запрещены.

Проблемы и перспективы развития физической культуры, спорта и туризма в Республике Беларусь : электрон. сб. материалов Респ. науч.-практ. семинара, Новополоцк, 24 марта 2017 г. / Полоц. гос. ун-т ; отв. за вып.: Е. Н. Борун. – Новополоцк : Полоцкий государственный университет, 2017. – 1 CD-ROM.

211440, ул. Блохина, 29,
г. Новополоцк
Тел.: 59-37-39, 39-40-46
<http://www.psu.by>

Компьютерная верстка: Дарьянова Татьяна Александровна
Программное обеспечение: Мядиль Анна Николаевна
Компьютерный дизайн: Мухоморова Мария Сергеевна

№ госрегистрации 3141711728

ИСТОЧНИКИ МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

В.В.Чесновицкий, старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта Полоцкого государственного университета

П.В.Чесновицкая, магистрант Полоцкого государственного университета

Физкультура и спорт. Какое место они занимают в жизни современного школьника? Как пробудить интерес у подростков к занятию физической культурой и спортом? Эти и многие другие проблемы волнуют многих людей, ведь в настоящее время уделяется много внимания развитию массовой физической культуры и видов спорта. Однако однозначного ответа на волнующие вопросы не даст никто. Поэтому особую актуальность в современных условиях приобретает проблема формирования мотивов к учению, в частности к занятиям физической культурой и спортом.

Мы попробовали проанализировать и разобраться в чём же причина низкой посещаемости спортивных кружков и секций и действительно ли у школьников с возрастом меняется отношение к занятием физической культурой и спортом.

Многие дети большее предпочтение отдают компьютерным играм и просмотру телепередач, вместо того чтобы выйти во двор и побегать или поиграть, например, с тем же мячом. Эти дети растут послушными и тихими, не создавая лишних проблем для своих родителей. А что же ждёт их впереди? С самых первых дней ребёнок стремится к движению, а его словно укутывают в пелёнки. Отдавая в ясли малыша, родители мечтают о его всестороннем развитии, однако самый подвижный ребёнок, как правило, становится обузой для воспитателей. Самым послушным и хорошим считается тот, кто не бегаёт на переменах в школе, а сидит в сторонке и повторяет домашнее задание. А ведь не многие задумываются о том, что только при переходе из детского сада в школу двигательная активность детей падает на 50%. Урок физкультуры всего на 11% удовлетворяет потребность двигательного режима школьника. Не надо забывать, что он проводится только 3 раза в неделю и позволяет лишь поддерживать нормальное физическое состояние, но не улучшает физическое развитие. Так как же полностью удовлетворить двигательные потребности ребёнка? Ведь рас-

тущий организм требует именно этого. А если ребёнок постоянно слышит одно и то же: не бегай, не прыгай, не балуйся, он постепенно привыкает к малоподвижному образу жизни.

Нами был проведен опрос среди всех возрастных групп учащихся одной из средних школ Новополоцка. Одним из первых наших вопросов был: «Как вы относитесь к занятиям физической культурой и спортом?»

Подавляющее большинство учащихся положительно относятся к занятиям физической культурой и спортом. Это свойственно как каждой возвратной группе, так и всем в целом.

Можно сослаться на нехватку спортивных сооружений и квалифицированных специалистов, на сильную загруженность родителей и самих детей, и всё же главная причина не в этом. Огромную роль в приобщении детей к физкультуре и спорту играет личный пример родителей. Если сами родители ведут здоровый образ жизни и регулярно занимаются спортом, приобщены к активному отдыху, то и дети будут расти здоровыми и крепкими. В тех семьях, где родители не привыкли к занятиям физическими упражнениями сами, может и, не ведая о том, приобщают своих детей к такому же образу жизни.

Следующим вопросом было: «Занимаетесь ли вы спортом?»

Но если положительно к занятием физкультурой и спортом относятся 89% учащихся, то регулярно занимаются каким-либо видом спорта всего лишь 52%. И, к сожалению, чем старше становятся дети, тем количество занимающихся спортом сокращается. При этом процент тех детей, которые никогда не занимались никаким видом спорта, во всех возрастах примерно один и тот же. Таким образом, сокращение числа, занимающихся спортом, происходит за счёт роста количества тех, кто по тем или иным причинам перестает посещать спортивные секции.

Парадокс заключается в том, что переставая заниматься спортом, учащиеся по-прежнему положительно относятся к таким занятиям. Причин, по которым школьники перестают заниматься спортом, называлось немало. Виноваты были учителя не сумевшие вовлечь ребёнка в спортивную секцию, когда он нуждался в большой двигательной активности, родители не поддержавшие его в этих помыслах, друзья, с которыми веселей и интересней общаться, а не испытывать больших физических нагрузок на спортивных тренировках. Мы выделили три основные причины:

- 1) нет времени;
- 2) нет желания;
- 3) нет возможностей (нет средств, нет условий).

Тут мы решили выяснить, а что же побуждает школьников заниматься спортом. Все ответы можно разделить на пять категорий:

1. просто нравится;
2. заставляют родители;
3. чтобы укрепить здоровье;
4. чтобы занять свободное время;
5. хочу стать профессиональным спортсменом.

Любопытно то, что те, кто не занимался никаким видом спорта, назвали главным стимулом, который может их побудить к занятиям, наличие свободного времени.

Напрашивается вывод, что при неизменном положительном отношении школьников к занятиям физкультурой и спортом, им просто не хватает времени. Не секрет, что поступки говорят о человеке больше, чем слова. Поэтому с целью проверки данных, полученных в ходе опроса, нами был проведен эксперимент.

На уроке физкультуры школьникам предлагалось самим сделать выбор: либо они становятся активными участниками урока, либо болельщиками и могут даже не переодеваться в спортивную форму. Напомню, главной причиной, из-за которой дети бросают занятия спортом, является якобы большая загруженность в школе, то есть отсутствие свободного времени. Что же мы увидели на практике?

43% школьников, присутствующих на уроке физкультуры, официально имея время для активных занятий спортом, предпочли для себя роль наблюдателей, а не участников.

Таким образом, дело всё-таки не только и не столько, в отсутствии времени, а скорее в снижении интереса и мотивации у школьников к занятием физической культурой и спортом. Более честный ответ и второй по популярности у тех, кто бросил занятия спортом – «нет желания». Не стоит сбрасывать со счетов и следующий ответ в рейтинге причин, по которым дети перестают заниматься спортом – «нет возможностей (нет средств, нет условий)».

Хочется обратить внимание на то, что, чем старше дети, тем влияние родителей меньше. А также в старших классах сокращается примерно в 3 раза количество тех, кто хотел бы в будущем стать профессиональным спортсменом. Зато, увеличивается процент тех, кто осознаёт, что нужно следить за своим здоровьем.

Многие дети, не проявляющие особого желания заниматься физическими упражнениями каждый день, ссылаются на общее недомогание, бывает, симулируют признаки болезни. Заботясь о своём ребёнке, родители

идут к врачу. Часто не разобравшись в диагнозе, который поставил врач, родители ребёнка ограждают его от уроков физической культуры. Так, ребёнок втягивается в бездействие. Многие родители не подозревая, наносят этим вред своему чаду. Ведь даже при многих диагнозах и заболеваниях, а также после их перенесения, если не наблюдается осложнений, физкультура может принести больше пользы, а в некоторых случаях становится просто необходимой реабилитационной или профилактической мерой. К сожалению, роль физической культуры во всестороннем развитии личности учащихся недооценивается родителями.

Что же и кто может побудить в ребенке желание заниматься физкультурой или спортом регулярно и систематически?

Привлечь на занятие в спортивную секцию не трудно, а вот привить детям интерес и любовь к систематическим занятиям физкультурой и спортом очень сложно. Конечно, ребята идут с большим удовольствием на первые тренировки в секции. Но с каждой последующей тренировкой у многих желание посещать секцию пропадает. С возрастом школьники все более теряют мотивацию, и причина тут не в отсутствии свободного времени. У старшеклассников появляются другие интересы, они перестают получать удовольствие от занятий спортом. Устойчивость же мотивов во многом зависит от удовлетворения своей работой и степени ее важности для ребенка.

Тут мы решили выяснить, а что же побуждает школьников заниматься спортом. Все ответы можно разделить на пять категорий:

1. просто нравится;
2. заставляют родители;
3. чтобы укрепить здоровье;
4. чтобы занять свободное время;
5. хочу стать профессиональным спортсменом.

Любопытно то, что те, кто не занимался никаким видом спорта, назвали главным стимулом, который может их побудить к занятиям, наличие свободного времени.

В заключении хотелось бы сказать, что в современном обществе уже сформировано положительное отношение к физической культуре и спорту, что мы могли наблюдать и в ходе опроса школьников. Но, несмотря на это, очень сложно удержать в группе детей и подростков. Поэтому учителю или тренеру очень важно в процессе занятий сформировать у учеников потребность самостоятельно заниматься физической культурой на базе создания у них представления о здоровом образе жизни. Необходимо постоянно поддерживать положительные эмоции, предлагая им более сложные

задания, выполняя которые у обучающегося повышается самооценка. Задача учителя физкультуры, тренера по спорту - пробудить желание у ребенка самостоятельно и регулярно заниматься физической культурой, превращая желания регулярно заниматься физическими упражнениями в потребность и привычку.

Нашей общей задачей является привлечение как можно большего количества детей к занятиям физической культурой и спортом и, если мы этого не сделаем, то все планы на счёт здорового подрастающего поколения останутся всего лишь мечтой.