

Дудкова Анна Викторовна

магистрант

Филиал ФГБОУ ВО «Российский государственный  
университет физической культуры, спорта,  
молодёжи и туризма» в г. Иркутске  
г. Иркутск, Иркутская область

## ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В СРЕДНЕЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ

*Аннотация: в данной статье находит отражение исследование системы физического воспитания на примере МБОУ СОШ с. Моисеевка. Рассмотрены формы организации занятий по физической культуре и спорту, а также представлены выводы о положительных аспектах и сложившихся проблемах в физическом воспитании в школе.*

*Ключевые слова:* система физического воспитания, физическое развитие, внеурочная деятельность.

Роль физического воспитания детей резко возросла в наши дни. Это, прежде всего, вызвано существенным изменением характера заболеваемости людей, распространенными стали хронические, сердечнососудистые, онкологические, нервно-психологические, болезни органов дыхания. Для профилактики данных заболеваний необходимо сознательное, высококультурное отношение к собственному здоровью, правильному образу жизни и физической культуре. Общеобразовательный период от 7 до 17 лет является основным этапом в воспитании перечисленных качеств. В школах, гимназиях, лицеях, вузах физическое воспитание направлено на физическое развитие и подготовку детей, и от того как оно будет реализоваться будет зависеть здоровье молодого поколения [2, с. 121].

Основываясь на этом, цель данной статьи показать результаты исследования эффективности системы физического воспитания школьников на примере МБОУ СОШ с. Моисеевка Заларинского района Иркутской области.

Задачи, решаемые в ходе исследования: дать характеристику физического воспитания в школе; выявить положительные аспекты и проблемы.

В МБОУ СОШ с. Моисеевка система физического воспитания представлена на рисунке 1.



Рис. 1. Система физического воспитания школьников

МБОУ СОШ с. Моисеевка

Физическое воспитание в школе направлено на укрепление здоровья учащихся, овладении ими новыми двигательными действиями. Основной формой физического воспитания в школе является урок физической культуры. Содержание предмета регламентируется Федеральным государственным общеобразовательным стандартом (ФГОС). Все ученики 5–11 классы относятся к общей медицинской группе и посещают занятия. Успеваемость по физкультуре в школе 100%, однако, в результате контрольных тестирований на уроках физкультуры в 5–11 классах по показателям указанных в таблице 1 видно, что в среднем нормативы правильно, легко и четко «5» выполняют 63% школьников; правильно, но с затруднениями «4» – 29%, и «3» – 8%. Показатель выполнения норматива «качественно» довольно высокий, поэтому можно сделать вывод о том, что рабочие

программы по урокам физической культуры в МБОУ СОШ с.Моисеевка разработаны в соответствие с ФГОС и в целом гармонично организуют физическое развитие и воспитании учеников. В качестве рекомендациях по урочной деятельности может выступить мероприятия индивидуальных занятий преподавателя и учеников, на углубленное изучение и совершенствование навыков и умений для правильного выполнения того или иного физического упражнения [1, с. 97].

Таблица 1

Контрольное тестирование на уроках физической культуры  
в МБОУ СОШ с. Моисеевка Заларинского района в 2017 году

Класс	Количество учащихся, выполняющих нормативы по показателям											
	Бег 30 м			Отжимания 30 с.			Прыжок в длину			Бег на лыжах		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
5	9	9	2	12	4	4	5	10	5	17	3	0
6	11	10	0	11	9	1	10	5	6	12	8	1
7	12	3	1	6	7	3	14	2	0	14	2	0
8	10	4	2	5	10	1	11	4	1	15	0	1
9	14	4	1	5	14	0	15	2	2	11	6	2
10	6	0	0	5	1	0	6	0	0	5	1	0
11	7	2	0	8	1	0	6	2	1	9	0	0
Процент выполнения	64,5	29,9	5,6	48,6	43,0	8,4	62,6	23,4	14,0	77,6	18,7	3,7

Физкультминутки, как кратковременный отдых, проводятся на каждом уроке в целях повышения работоспособности и уменьшения утомления. Упражнения состоят из 5–6 видов, которые благоприятно воздействуют на органы зрения, мышц туловища и мелких мышц спины школьников. Это как правило упражнение жмурки, наклоны, вращения, дыхательные упражнения и т. д.

Внеурочная деятельность по физической культуре и спорту в МБОУ СОШ с. Моисеевка представлена программами спортивных секций по волейболу и баскетболу. Группы состоят из 18 и 15 человек соответственно. К результатам деятельности секций следует отнести общее оздоровление школьников т.к. ученики, посещающие секцию болеют меньше, чем их одноклассники. Развиваются такие физические качества как сила, ловкость, выносливость, повышается общая

работоспособность занимающихся. Старшие школьники стали бронзовыми призерами на районной спартакиаде п. Залари среди общеобразовательных учреждений по волейболу в ноябре 2017 года. Наряду с положительными аспектами возникают и причины нехватки инвентаря и плохого его качества. Старшие школьники пропускают секции в связи с подготовкой к экзаменам, в связи с этим группы малочисленны.

Дни здоровья в школе отличаются массово-спортивными мероприятиями: оздоровительные кроссы, «полоса препятствий», «ОБЖ в действии», «лыжные прогулки», общешкольные зарядки, походы. Ежегодно в школе под руководством детского объединения «Эскадра» организуются соревнования «Мисс школы» и «Супер-парень» в 9–11 классах, где девушки и парни показывают свою спортивную подготовку. Проводятся веселые старты для школьников 5–8 классов. В целях организации спортивных мероприятий с участием родителей учеников, практикуются соревнования «Папа, мама я – спортивная семья», соревнования родителей и учеников по волейболу, настольному теннису, шашкам, что благоприятно воздействует на физическое и психологическое развитие школьников [3, с. 12].

На районных соревнованиях команда школы с. Моисеевка участвует и занимает призовые места по волейболу, баскетболу, настольному теннису, легкой атлетике.

Так же школьники являются участниками и победителями районных сельских зимних и летних игр по гиревому спорту: Бывшиков Вячеслав, Темников Максим, Дворников Роман; по легкой атлетике Донцова Дана.

Рассмотрев систему физического воспитания в средней общеобразовательной школе села Моисеевка, необходимо сделать следующие выводы:

1. Урочные занятия физической культурой очень важны в физическом воспитании школьников, так как они являются основой физического воспитания. Занятия проводятся в соответствии с программами учебного плана, занятия проводятся со всеми школьниками основной медицинской группы, формируют у

---

учащихся более тщательное, грамотное отношение к себе, к своему телу, содействуют воспитанию физических, моральных, волевых качеств, необходимости самосовершенствования и укрепления здоровья.

2. Внеурочная работа в школе разнообразна и направлена как на оздоровление школьников, углубление и совершенствование физических, качеств, нравственности, взаимодействия в команде, так и на отбор и подготовку спортсменов к различным видам спорта и в ДЮСШ.

3. Система физического воспитания в МБОУ СОШ с. Моисеевка организована и работает эффективно, но выделяются проблемы организационного характера: обеспеченности качественным спортивным инвентарем (волейбольными и баскетбольными мячами, теннисными столами, волейбольными сетками, отсутствуют тренажеры). Есть необходимость в привлечении тренеров по вольной борьбе, лыжам. Остро встает проблема посещения спортивных мероприятий проводимых школой, для этого нужно мотивировать школьников – проводить школьные семинары, уроки для популяризации и привлечения в спортивные секции, мероприятия, организовать встречи со спортсменами Заларинского района.

Хочется отметить, что в школе закладываются основы физического воспитания учеников. Это осуществляется всей системой воспитания: урочными формами занятий, внеурочной деятельностью, массово-оздоровительной работой. Только комплекс мероприятий может влиять на всестороннее гармоничное как физическое, так и моральное и нравственное воспитание школьников.

### ***Список литературы***

1. Макеева В.С. Теория и методика физической культуры [Текст] / В.С. Макеева. – Орел.: Орел ГТУ, 2009. – 161 с.
2. Морозов В.О. Физическая культура и здоровый образ жизни / В.О. Морозов. – М.: Флинта, 2015. – 214 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://e.lanbook.com/book/72665>
3. Отчет о проделанной работе организатора МБОУ СОШ с. Моисеевка Заларинского района за 1 полугодие 2016–2017 года [Текст]. – 27с.