

процесс. При всем этом, главное, на что стоит обратить особое внимание это на состояние здоровья студентов и индивидуальную их предрасположенность с учетом противопоказаний к определенным физическим нагрузкам и различным видам спорта. В совокупности это позволит сохранить или улучшить общее состояние здоровья студентов на протяжении всего учебного процесса и сформировать навыки ЗОЖ на дальнейшую профессиональную деятельность.

Литература:

1. Грачев О.К. *Физическая культура: Учебное пособие / Под ред. Доцента Е.В. Харламова. – М.: ИКЦ «МарТ»; Ростов н/Д: Издательство центр «МарТ», 2005. – 464 с.*
2. Евсеев Ю.И. *Физическая культура. – Изд. 9-е, стер. – Ростов н/Д: Феникс, 2014. – 444 с.*
3. Власов В.В. *Оценка и укрепление индивидуального здоровья // Гигиена и санитария. 2004, № 2, с. 59-61.*
4. Жолдак, В. И. *Методы совершенствования физического воспитания в ВУЗе / В. И. Жолдак. – М. : Наука, 2005. – 215 с.*
5. Кабачков, В. А. *Профессионально-прикладная физическая подготовка учащихся в средних ПТУ / В. А. Кабачков, С. А. Полиевский. – М. : Высшая школа, 2002. – С. 231-289.*
6. Раевский, Р.Т. *Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р. Т. Раевский. – М. : Высшая школа, 2005.– 289 с.*

ПЕРСПЕКТИВЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ С УЧАЩИМИСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Чорбэ Константин, Чорбэ Светлана,

*Государственный университет физического воспитания и спорта, Кишинэу,
Республика Молдова*

Abstract. *Currently in the Republic of Moldova the pre-university education structurally and methodically has suffered a series of changes. The teachers apply new and novel methods for optimizing the training process, including the primary stage. At the same time the training application reserves are not nearly used in circuit in Physical Education lessons with the primary school pupils. This work is namely dedicated to this method, which comes to propose a new method for organizing this training form by applying the dynamic games in its content.*

Одна из задач исследований была определение наиболее эффективных путей совершенствования системы физического воспитания учащихся начальных классов в Республике Молдова, для чего был проведён социологический опрос среди специалистов в области физического воспитания, то есть, среди учителей которые ведут занятия по данному предмету в школах и лицеях республики. Анкетирование было проведено на протяжении трёх лет, непосредственно с учителями физического воспитания, в рамках курсов повышения квалификации в Государственного Университете Физического Воспитания и Спорта. Всего в анкетирование приняли участия 310 учителей физического воспитания из различных учебных заведений нашей республики. Из них 108 имели дидактические степени, около 50% имели стаж работы более 15 лет по данной специальности.

Анкета состоит из 16 вопросов и нескольких вариантов ответа для каждого вопроса, где они должны были отметить те варианты ответов, которые на их взгляд, были правильными. Большинство вопросов в основном касалось организации, как

физического воспитания учащихся начальных классов в целом, так и содержания уроков физического воспитания.

Полученные данные были обработаны и представлены в работе в виде рисунков и графиков.

Первый вопрос был общего характера, где специалисты должны были дать оценку уровня физического воспитания в школьном образовании, и звучал следующим образом «*Как Вы оцениваете уровень физического воспитания школьников в РМ?*». Как видно из полученных результатов мнения специалистов в основном совпадают, и большинство из них оценивают состояние физического воспитания как низкое (58%), то есть больше половины специалистов не довольны состоянием физического воспитания в школах республики. Ни один из них не отметил «очень высокий» уровень физического воспитания в школах, в то время когда «средний» уровень указали 23% и 18% отметили, что уровень физического воспитания является «очень низким».

Полученные результаты говорят о проблемах различного характера существующих в системе физического воспитания в школах и лицеях республики. Проблемы, имеющиеся в учебных заведениях республики связаны не только с материальным положением школ, но и с особенностями методических подходов, которые специалисты используют для решения задач физического воспитания на различных этапах.

Второй вопрос был «*Каким школьным возрастам необходимо уделять больше внимания по физическому воспитанию?*», то есть специалисты должны были указать какой возраст является наиболее важным в процессе физического воспитания школьников. Согласно полученных результатов чуть больше половина специалистов (52%) считают, что необходимо уделять больше внимания по физическому воспитанию ученикам начальных классов, так как в данный возраст в основном совпадает с возрастом критических периодов развития физических качеств (А.А.Гужаловский), а также является наиболее приемлемым для формирования необходимых двигательных умений и навыков (Л.П.Матвеев, Ю.Курамшин), в том числе и умения и навыки предусмотренными школьным kurikulumом.

Таким образом, согласно мнению большинства специалистов, возраст 7-10 лет, то есть возраст соответствующий начальным классам, является очень важным при организации физического воспитания школьников данного возраста. Именно в этом возрасте нужно использовать весь имеющийся на практике методический арсенал для решения основных задач школьного физического воспитания.

Следующий вопрос звучал так: «*Считаете ли Вы, что оптимизация физического воспитания учащихся начальных классов будет способствовать повышению уровня всестороннего развития учащихся гимназий и лицеев?*». Довольно отчетливо видно, что мнения экспертов были почти единогласны – 83% подтвердили, что оптимизация физического воспитания учащихся начальных классов будет способствовать повышению уровня всестороннего развития учащихся гимназий и лицеев. В то же время, ни один из опрошенных специалистов не отметил тот факт, что оптимизация физического воспитания учащихся начальных классов не будет способствовать повышению уровня всестороннего развития учащихся гимназий и лицеев. Всего 15% указали на то, что данный процесс частично будет иметь влияние на повышение уровня

всестороннего развития учащихся гимназий и лицеев и 2% придерживались другого мнения.

Полученные результаты указывают на то, что большинство специалистов понимают важности процесса физического воспитания учащихся начальных классов, который значительно сможет повысить уровень всестороннего развития учащихся гимназий и лицеев.

Следующий вопрос был: *«Какие формы организации физического воспитания учащихся начальных классов нуждаются в большем внимании со стороны специалистов?»*. Как и следовало ожидать главный акцент специалисты ставят на основную форму организации физического воспитания, каким является урок физической культуры (63%). Однако, и остальные формы организации физического воспитания также необходимо уделять должного внимания. Так например, за регулярное проведение утренней гигиенической гимнастики были 27% из общего числа специалистов, 18% за проведение так называемых активных перемен, 39% считают что спортивные секции могут сыграть очень важную роль в физическом воспитании учащихся начальных классов, а 14% указали на другие формы организации физического воспитания в данном возрасте, как школьные, так и внешкольные формы.

Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что урок физкультуры был и остаётся основной и обязательной формой, на которой специалисты должны сосредоточиться в организации физического воспитания учащихся начальных классов. В то же время, не следует отрицать роль остальных форм организации данного процесса и максимально их использовать по мере возможности в данном процессе.

Шестой вопрос данной анкеты был связан с применением круговой тренировки на уроках физического воспитания с учащимися начальных классов и звучал таким образом: *«Как часто Вы используете круговую тренировку на уроках физического воспитания с учащимися начальных классов?»*. Здесь следует отметить, что ни один из опрошенных специалистов не указал на то, что данную организационно-методическую форму организации занятий используют очень часто. Большой процент специалистов (42%) указали на то, что вовсе не используют круговую тренировку на уроках физического воспитания, 2% отметили, что используют её редко и 38% - очень редко.

Полученные результаты говорят, что большинство специалистов знают о важности применения круговой тренировки на уроках физического воспитания, однако, по разным причинам, большинство из них очень редко или вовсе не используют данную организационно-методическую форму организации занятий. Причины, на которые указывают учителя это плохие материальные условия, отсутствие нужного инвентаря, сложности в организации и другие.

Следующий вопрос был: *«Какие преимущества, на Ваш взгляд, имеют уроки физического воспитания в начальных классах с использованием круговой тренировки?»*. Данному вопросу были посвящены четыре варианта ответа, где специалисты равномерно распределили своё мнение. Так, за то, что круговая тренировка будет способствовать повышению интереса учащихся к занятиям физическими упражнениями высказались 32% из общего числа опрошенных. За то, что применение круговой тренировки на уроках физического воспитания будет способствовать повышению уровня моторной плотности уроков высказались 43% преподавателей, для

решения основных задач уроков – 34% и 25% опрошенных указали на другие преимущества.

Полученные ответы на данный вопрос ещё раз доказывает тот факт, что специалисты очень хорошо понимают роль применения круговой тренировки на уроках физического воспитания с учащимися начальных классов, в то же время по различным причинам, они довольно редко используют на практике данную организационно-методическую форму организации занятий.

Очередной вопрос был: *«В какой части урока физического воспитания наиболее эффективно применение метода круговой тренировки?»*. Больших расхождений во мнениях специалистов по данному вопросу не было. Так, 71%, то есть большинство опрошенных считают, что круговая тренировка будет иметь положительный эффект если будет применяться в основной части урока, 17% указывают на то, что данная форма организации занятий может успешно применяться и в подготовительной части урока, и всего 4% допускают её использование в заключительной части. Небольшая доля специалистов считает, что круговую тренировку можно с успехом использовать во всех частях уроков физического воспитания.

Мнения специалистов по данному вопросу во многом сходятся с результатами исследований многих авторов, которые также использовали круговую тренировку в основной части уроков.

Другой вопрос был: *«Считаете ли Вы, что применение круговой тренировки на уроках физического воспитания будет способствовать лишь повышению уровня физической подготовленности учащихся?»*. Всего 12% из числа опрошенных согласились с данным подтверждением, а 77% считают, что применение круговой тренировки на уроках физического воспитания не будет способствовать лишь повышению уровня физической подготовленности учащихся, а будет иметь и другие последствия. Другого мнения придерживаются лишь 7% их числа опрошенных.

Полученные результаты лишней раз подчёркивают значения применения круговой тренировки на уроках физического воспитания с учащимися начальных классов, которое будет способствовать повышению не только уровня физической подготовленности учащихся, но и улучшению многих других важных показателей.

Десятый вопрос был: *«Какие ещё задачи, на Ваш взгляд, может решать применение круговой тренировки на уроках физического воспитания с учащимися начальных классов?»*. Согласно полученным результатам, около половины опрошенных специалистов (53%) считают, что применение круговой тренировки на уроках физического воспитания, будет способствовать повышению уровня физической подготовленности учащихся. По всем остальным ответам мнения педагогов разделились примерно одинаково. Так, например, за то что применение круговой тренировки на уроках физического воспитания будет способствовать всестороннему развитию учащихся были 21% из общего числа педагогов участвующих в анкетировании, 23% считают, что применение данной формы организации занятий будет способствовать повышению качества освоения двигательным умениям и навыкам, 14% - развитию коллективизма у детей, 15% - повышению уровня психологической подготовки учащихся и 10% имели другое мнение по данному вопросу.

Таким образом видно, что согласно мнению большинства специалистов, круговая тренировка в основном предназначена для решения задач связанными с физической подготовкой учащихся, то есть развитию основных физических качеств, что совпадает с мнением других общепризнанных отечественных и зарубежных авторов (И.Гуревич, А.Гужаловский). Вместе с тем, применение данной формы организации занятий успешно может решать и другие важные задачи физического воспитания школьников, таких как повышение качества освоения двигательных умений и навыков, развитие коллективизма, повышению уровня психологической подготовки учащихся.

Следующий вопрос был: «*Какую часть времени урока необходимо уделять круговой тренировке на уроках физического воспитания с учащимися начальных классов?*». Согласно предложенным вариантам ответов отчётливо видно, что большинство специалистов (55%) предпочитают уделять круговой тренировки в одном занятии от 40 до 50% времени и лишь 11-14% из них считают, что до 20% времени было бы достаточно для организации деятельности учащихся методом круговой тренировки.

Здесь конечно, не учитываются конкретные задачи, которые стоят перед каждым уроком, так как это очень многое может изменить. Так, например, такие специалисты как И.Гуревич, А.Гужаловский считают, что при задачах, связанных с развитием физических качеств, время отведённое для организации учащихся с использованием круговой тренировки может достигать 80% времени всего урока. Когда задачи урока связаны с изучением определённых двигательных умений и навыков то данное время должно быть сокращено до 10-15%. (И.А.Гуревич, А.Курамшин, N.Badiu, C.Ciorbă).

Следующий вопрос также касался времени отведённого для организации деятельности учащихся методом круговой тренировки. Только сейчас специалистам нужно было указать время, которое они считают наиболее оптимальным в каждой части урока в отдельности (вопрос №11). Как видно из таблицы 2. В подготовительной и заключительной частях урока большинство специалистов (64%) считают, что время, отведённое для организации деятельности учащихся методом круговой тренировки должно быть в пределах 10-20% от каждой части урока, то есть в минутах это будет примерно 2-3 минуты. Больше половины преподавателей (54%) считают, что больше всего времени, а именно до 50% от основной части урока, нужно уделять круговой тренировки, то есть там, где решаются основные задачи.

Таким образом, мнения большинства специалистов сходятся в том, что при организации уроков физического воспитания методом круговой тренировки, основной акцент должен быть поставлен на основную часть урока, где решаются основные задачи. Вместе с тем, они не отрицают возможность применения данной организационно-методической формы также в подготовительной и заключительной частях урока. Всё зависит от поставленных задач на каждом уроке в отдельности.

Анализируя в целом результаты опроса можно с уверенностью сказать, большинство специалистов в курсе всех существующих проблем в физическом воспитании в целом и в начальных классах, в частности. Они едины во мнении, что из всех существующих форм организации физического воспитания в начальных классах, больше всего нуждается в совершенствовании урок физического воспитания. Именно здесь не исчерпаны все резервы по улучшению качества организации и содержания уроков физического воспитания.

Что касается содержания уроков физического воспитания в начальных классах, то авторы настоящего опроса сходятся во мнении, что наиболее эффективными средствами урока физического воспитания являются подвижные игры в различных формах и сочетаниях. Из организационно-методических форм авторы подчёркивают поточный, группой и метод круговой тренировки. Что касается метода круговой тренировки, большинство отмечает важность применения данного метода, но вместе с тем, они довольно редко его применяют на практике. В данном контексте существует ряд объективных и субъективных причин. Так, например, многие специалисты указывают на организационные сложности данного метода на уроках физического воспитания. Другие сетуют на отсутствие необходимого спортивного инвентаря для этих целей.

В конечном счёте, большинство опрошенных специалистов за то, чтобы данная форма организации физического воспитания в начальных классах совершенствовалась различными путями, за повышение её эффективности, что приведёт к повышению интереса учащихся к физическим упражнениям и к процессу физического воспитания в целом.

Литература:

1. Гужаловский А. Проблемы критических периодов онтогенеза и их значение для теории и практики физического воспитания. Очерки по теории физической культуры. Москва: Физкультура и спорт, 1984, с. 211-224.
2. Гуревич А. 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки. Минск, Польша, 1987. 236 с.
3. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. Москва: Советский спорт, 2003. 463 с.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. Москва: Академия, 2004. 478 с.
5. Badiu T. Didactica educației fizice școlare. Galați: Ed. Fundației universitare „Dunărea de Jos”, 2001. 78 p.
6. Badiu T., Ciorba C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlărilor. Chișinău: „Garuda-Art”, 1999. 362 p.

ИССЛЕДОВАНИЕ ПСИХОМОТОРНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ 11-15 ЛЕТНИХ УЧАЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ГИМНАЗИЧЕСКОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

Ясыбаш Павел,

Гимназия А.С Пушкина, г. Чимшилия, Республика Молдова

Abstract. *The article describes of schoolchildren healthy. In ihis article we used functional data, physical development of children 10-15 years of age. Analysis of our figures indicate a low level of development of children, which gives reason to identity means to impove health in the school system of physical education.*

Keywords: *physical education, physical development, children, school.*

Актуальность. Интенсификация обучения учащихся, обусловленная сложностью решения перспективных задач в современном обществе, находящаяся на переходном периоде своего становления, требует высокого умственного напряжения, психической