

## ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК ЧАСТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА ПО ФОРМИРОВАНИЮ ГАРМОНИЧНО РАЗВИТОЙ ЛИЧНОСТИ УЧАЩИХСЯ

Свирид А.А., студентка IV курса.

Научный руководитель –Тихонова В.И.

Белорусский государственный педагогический университет им. Максима Танка

С целью изучения уровня знаний и отношения обучающихся к своему здоровью и ценностям физической культуры (ФК), ее роли в формировании гармонично развитой личности на базе ГУО «Средняя школа №215 г.Минска» было проведено анкетирование.

В анкетировании приняли участие 67 учащихся 9-х - 11-х классов. Из них: 62% относятся к основной группе здоровья, 26% к подготовительной, 11% к спецмедгруппе и 1% к лечебной.

Проведенное анкетирование показало, что 48% школьников считают, что состояние их здоровья хорошее, стабильное; 43% - хорошее, но бывают редкие случаи заболеваний; 7% оценивают состояние своего здоровья, как нестабильное – часто болеют; 2% учащихся уверены, что их здоровье плохое – практически все время болеют. По мнению школьников, состояние здоровья зависит на 18% от наследственности, на 8% от экологических условий, на 22% от качества питания, на 29% от образа жизни и режима дня, 7% пришлось на гигиенические условия жизни в семье и только 16% учащихся уверены, что двигательная активность может влиять на состояние здоровья. При этом на вопрос, что включает в себя понятие «ЗОЖ» - 36% учащихся ответили - занятия физическими упражнениями (ФУ); 33% - отказ от вредных привычек; 29% - здоровое питание и 2% затруднились ответить на вопрос.

Мнения учащихся о положительных эффектах занятий ФК разделились следующим образом: 6% школьников считают, что это улучшение умственных способностей; 53% - физического здоровья; 13% - воспитание морально-волевых качеств и 9% - трудолюбия; 16% - способности преодоления трудностей и 3% уверены в отсутствии положительных влияний.

Ответы на вопрос: «Как часто ты занимаешься ФУ?», 26% – от случая к случаю; 18% – 1-2 раза в неделю; 34% – 3-4 раза; 12% - 5-6 раз в неделю; 5% - в зависимости от погоды, настроения и 5% школьников занимаются ФУ круглогодично. В то же время 27% школьников утверждают, что тратят на занятия – до 15-30 минут в день; 21% отводят занятиям до 45 минут; 9% – до часа; 6% – 1,5 часа; 22% учащихся – до 2-х часов и 15% – более 2-х часов в день.

Утреннюю гимнастику делают только 6% школьников; 14% - бегают, преодолевают препятствия; 12% - выполняют ФУ на осанку; 19% - отдают предпочтение различным спортивным играм; 6% - активно занимаются плаванием; 16% - катаются на велосипеде и 13% - на коньках, лыжах; 14% предложили свои варианты занятий: посещают тренажерный зал, занимаются различными видами спорта в секциях и специальных школах, занимаются танцами.

Свободное время 31% школьников проводят дома; 14% – во дворе; 18% посещают секции, кружки; 11% –в парках, лесу; 3% посещают видео- и игровые залы и у 23% учащихся свободное время не распланировано. Если учащиеся и занимаются ФУ и спортом - то предпочитают это делать в школе: 27% в спортивной секции, 4% - в группе общефизической подготовки, группе здоровья и 4% в школьном клубе любительского бега или туризма; 12% в спортивной секции, в группе здоровья оздоровительного центра микрорайона, города; 2% в секции детской спортивной школы; 7% в спортивной секции, кружке, группе здоровья по месту работы родителей; 33% утверждают, что занимаются самостоятельно в домашних условиях; 9% играют в различные игры с друзьями и только 2% занимаются ФУ с родителями.

Анализ результатов анкетирования позволяет сделать выводы:

1. Учащиеся обладают некоторым, хотя и недостаточным, уровнем знаний о здоровом образе жизни и влиянии средств физической культуры на организм занимающихся.
2. У школьников отсутствует ценностная установка и активная позиция на сохранение здоровья, а так же осознанная потребность в самосовершенствовании средствами ФК.
3. О необходимости пропаганды знаний и ценностей ЗОЖ, физической культуры как средств и методов формирования нравственно-психического и физического здоровья учащихся.

*Заявка на участие в VII Международной электронной конференции студентов и молодых ученых «Актуальные вопросы физической культуры»*

Свирид Анна Александровна.

Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка.

Факультет физического воспитания.

4 курс, 43 группа.

Научный руководитель - Тихонова Валентина Ивановна, старший преподаватель.

Контактные: улица Могилевская, 37. Город Минск, Республика Беларусь.

**Индекс. Тел., факс, e - mail**

Тихонова В.И. - Vel. +375(29) 685-12-61.

Свирид А.А. - Vel. +375(33) 341-76-05.

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ