

6. Касмалиева А.С. Түрк элдеринин салттуу оюндарынын мектепте окуу тарбия процессинде колдонуу //Материалы международного симпозиума “Традиционные игры спорт тюркских народов” 8-10 декабрь 2017г., Кахраманмараш (Турция) -С. 220-223.
7. Kasmaliev A, Stamkulova G., Anarkulova A. The values of the traditional games of the turkic peoples // 5th International New York Conference on evolving trends in interdisciplinary research & practices October 3-5, 2021 Manhattan. – С.321-323

УДК 796.011.2

ПРОБЛЕМАТИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Микенин Максим Александрович

Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В.
Ломоносова, г. Архангельск, Россия

Аннотация: В данной статье мы ознакомимся с проблемами физического воспитания в системе образования. Разберем почему идет упадок интереса к физической культуре и как это можно было бы решить. А также предположим, как надо развивать процесс физического воспитания

Ключевые слова: физическое воспитание, физическая культура, физическое развитие, организация физического воспитания, физическая нагрузка, Физическая закалка

PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE SPHERE OF EDUCATION

Mikenin Maxim Alexandrovich

Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov,
Arkhangelsk, Russia

Annotation: In this article we will get acquainted with the problems of physical education in the education system. Let's analyze why there is a decline in interest in physical culture and how it could be solved. And also suppose how it is necessary to develop the process of physical education.

Keywords: physical education, physical culture, physical development, organization of physical education, physical activity, physical training.

Актуальность: Физическая активность в некоторой степени определяет дальнейшую жизненную деятельность человека. Осознание здоровья и полноценности дает уверенности в своих силах, наполняет бодростью, оптимизмом и жизнерадостью. Физическая слабость человека и вытекающее из этого чувство неполноценности угнетающе действуют на психику человека и вызывают такие чувства, как чувство неполноценности, развивая такие качества, как пессимизм, застенчивость, неверие в себя, закрытость от других. К сожалению, не все студенты понимают важность занятий физкультурой. Многие из них просто посещают уроки физкультуры, которые им поставили в расписание в качестве обязательного предмета. Это никак не может компенсировать недостаток двигательной активности студентов, в результате чего возникает ожирение, задержка физического развития и снижение умственной работоспособности. Отсюда можно понять,

что физическая культура нужна человеку, но в физкультуре, как и практически везде есть свои проблемы, поэтому взятая нами тема актуальна

Целью мы видим обозревания проблем физического воспитания, чтобы донести эти проблемы до людей, что бы они могли сами в себе и в своем подходе к физической культуре измениться; и донести до учебных заведений эти проблемы, ведь с правильной поддержкой физического воспитания в заведениях, людям, которые там учатся, будет намного проще определиться со своим отношением к физической культуре.

Физическое воспитание представляет из себя сильнодействующий фактор воздействия на организм. Состав учащихся неоднороден по уровню здоровья, физического развития и физической подготовленности. Одни и те же педагогические методы и приемы оказывают различное воздействие на разных людей. Работа с лицами, с отклонениями в состоянии здоровья, должна проводиться строго индивидуально. Поэтому одной из важнейших является проблема индивидуализации физического воспитания[1].

Физическая подготовленность представляется лишь одним из социально значимых результатов физического воспитания. Она быстро улетучивается после завершения обучения в школе или университете, если не поддерживается сам по себе. Вместе с тем с возрастом снижается мотивация к занятиям физическими упражнениями. Поэтому одной из главнейших задач обязательного физического воспитания является формирование устойчивых стимулов или же причин к физическому самосовершенствованию. Но это не легко, нельзя сделать просто, навязывание уроков физической культуры во время обучения только наоборот отвращает от занятия самоподготовкой в будущем, нужно создать мотивацию что бы в учебном заведении хотелось заниматься физкультурой, от этого выработается желание и после окончания учебы заниматься. Мотивировать студентов на занятия физической культурой и спортом могут такие факторы как: предотвращения быстрого набора веса, улучшение фигуры, достижение спортивных успехов, и самое главное для молодого поколения, заинтересовать в себе представителей противоположного пола, или же заинтересовать человека, который уже понравился это может мотивировать человека самому заниматься спортом. А учебное заведение в свою очередь должно учитывать психолого-педагогические условия: предрасположенность учащегося к занятиям определенным видом физической активности, взаимосвязь физического воспитания и профессиональная направленность будущего специалиста [2].

Сейчас необходимо доводить до совершенства процесс физического воспитания таким образом, чтобы учебный процесс был средством развития способностей учащихся, и тем самым индивидуализировал процесс физического воспитания. Именно поэтому оптимизация должна производиться в соответствии с новейшими образовательными методами и технологиями.

Большая ценность физических упражнений состоит в том, что, занимаясь ими, школьник не только укрепляет свое здоровье и получает разностороннее физическое развитие, но и приобретает ряд двигательных моральных качеств.

Среди моральных качеств нужно выделить инициативность это умение браться за дело по собственному желанию, то есть инициативность полный антипод нехватки мотивации.

Для развития координации движений, ориентировки в пространстве, точности, ловкости, силы мышц используются: элементы баскетбола, футбола, элементы акробатики и гимнастики, звуковой и дыхательной гимнастики, упражнения в равновесии и лазание. Для профилактики нарушений здоровья со стороны осанки и плоскостопия применяются: элементы йоги, художественной гимнастики, ритмической гимнастики. Но далеко не все учебные заведения могут предложить такой спектр направлений физической культурой, от этого так же может быть упадок интереса к физической культуре. Увеличение направлений физкультуры, как например пилатес, вместо обычных занятий физкультурой, не только заинтересует больше учащихся, но и, если дать выбор студенту какой вид занятий физической культуры посещать, это облегчит для преподавателя поиск индивидуального подхода к спортивному развитию студентов.

Можно сделать вывод, что единственной возможностью нейтрализовать отрицательные явления, развивающиеся у учащихся при продолжительном и напряженном умственном труде, — это активная и определенным образом организованная физическая деятельность, которая затруднена проблемами и это нормально, главное нужно решать их. Если же не предпринимать никаких усилий по решению той же, например, проблемы мотивации, то конечно с каждым годом проблема будет становиться все больше и больше.

Список литературы

1. Аникеев Д. М. Проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2009. – № 2. – С. 6-9.
2. Кожевникова Л.К. Структура формирования здорового образа жизни современной студенческой молодежи // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. – 2009. – № 3. – С. 69-71.

УДК 796-01

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ УКЛАД СПОРТИВНОЙ ШКОЛЫ

Милованова Наталья Геннадьевна,

Милованов Иван Сергеевич

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

Аннотация. В статье рассмотрены современные подходы к определению воспитательного уклада спортивной школы

Ключевые слова: воспитание, воспитательный уклад спортивной школы, педагогические условия построения воспитательного уклада спортивной школы.

EDUCATIONAL STRUCTURE OF THE SPORTS SCHOOL

Milovanova N.G.,

Milovanov I.S.

Tyumen State University, Tyumen, Russia