

Таким образом, в процессе внедрения в учебно-тренировочные занятия экспериментальной группы разработанной комплексной методики проведения занятий, при помощи силовой аэробики и оздоровительной гимнастики пилатес, зафиксирована универсальность ее воздействия на всестороннее развитие физических качеств испытуемых.

#### **Литература**

1. Рукавишникова, С.К. Методика применения пилатеса как средства профилактики структурно-функциональных нарушений позвоночника у студенток / С.К. Рукавишникова // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2008. -№ Ю (44). – С. 82-86.
2. Брусник, Т. А. Нормализация опорно-двигательного аппарата студенток подготовительной группы средствами оздоровительной гимнастики на занятиях по физической культуре: дис. Канд. Пед. Наук: 13.00.04 / Т. А. Брусник. – Санкт-Петербург, 2011. – С.65-78.
3. Бочарова, В.И. Интеграция средств пилатеса и степ-аэробики для обеспечения работоспособности студентов. [Текст]: дис. Канд. Пед. Наук: 13.00.04 / В.И. Бочарова. – Санкт-Петербург, 2013. – С. 208.

**УДК 796.011.3:796.032:316.528:796.012.1-053.5**

**Кожедуб М.С., Дубровская В.Л.**

### **РАЗВИТИЕ ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ К ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

*Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины, г.Гомель, Республика Беларусь, marina.888.k@yandex.ru*

**Аннотация.** *Статья посвящена одной из актуальных проблем современного образования – вопросу формирования мотивационных предпосылок к двигательной активности школьников через олимпийское и паралимпийское образование. В работе представлены результаты проведенного опроса, где было выявлено отношение детей младшего школьного возраста к урочным и внеклассным мероприятиям по олимпийской и паралимпийской тематике. В рамках данной статьи рассматриваются проблемы здоровья и физического воспитания учащихся, причины их низкой двигательной активности, средства и формы, способствующие существенно повысить уровень мотивационных аспектов младших школьников к физической культуре и спорту.*

**Ключевые слова:** *младший школьный возраст, двигательная активность, физическая культура, формирование мотивации, олимпийское и паралимпийское образование.*

**Kozhedub M., Dubrovskaya V.**

### **DEVELOPMENT OF OLYMPIC EDUCATION FOR PRIMARY SCHOOL CHILDREN AS A MEANS OF INCREASING MOTIVATION FOR MOTOR ACTIVITY**

*Francisk Skorina Gomel State University, Belarus, marina.888.k@yandex.ru*

**Annotation.** *The article is devoted to one of the urgent problems of modern education – the formation of motivational prerequisites for motor activity of schoolchildren through Olympic and Paralympic education. The paper presents the results of a survey that revealed the attitude of primary school children to regular and extracurricular activities on the Olympic and Paralympic themes. This article examines the problems of health and physical education of students, the reasons for their low motor activity, means and forms that significantly increase the level of motivational aspects of younger students to physical culture and sports.*

**Keywords:** *primary school age, motor activity, physical culture, motivation formation, Olympic and Paralympic education.*

Особую актуальность в современных условиях приобретает проблема формирования мотивации к учению, в частности к занятиям физической культурой и спортом.

Отличительной чертой жизнедеятельности современных детей является гиподинамия, которая приводит к ухудшению состояния здоровья школьников, снижается их физическая подготовленность, что отражается и на успеваемости.

Возрастной интерес смещается в сторону онлайн игр, где дети выплескивают неиспользованные эмоциональные переживания побед и поражений. Следовательно, если у детей начальной школы мотивация к физкультурно-оздоровительной деятельности базируется на основе первичной потребности в движении, являющемся источником здоровья, то с возрастом эта потребность замещается вторичными, приобретенными потребностями, сформировавшимися в соответствии с развитием высокотехнологического социума (интернета) [1].

Следует отметить, что двигательная активность детей с поступлением в школу снижается почти в два раза, продолжая уменьшаться от младших классов к старшим. В зависимости от времени года она меняется, и зимой особенно низкая. Исследования гигиенистов свидетельствуют, что до 82-85% дневного времени большинство учащихся находится в статическом положении (сидя) [2].

Ежегодное ухудшение психофизического здоровья школьников, увеличение количества детей с различными заболеваниями свидетельствуют о необходимости реорганизации современного образовательного процесса в целом и физического воспитания в частности с целью формирования у детей мотивации к двигательной активности, развитию ценностно-смысловых установок к ведению здорового образа жизни через олимпийское образование [3].

Понятие «олимпийское образование» было впервые сформулировано в докладе С. Фавра (Италия) в 1968 году на 8-й сессии Международной олимпийской академии. Однако его ведущие идеи были заложены Пьером де Кубертенем в конце XIX в. Так, под «олимпийским образованием» понимают направленность на решение задач, связанных с приобретением и совершенствованием знаний об олимпизме, Олимпийских играх и т.д.

В последнее время олимпийское движение приобрело глобальный характер. Система олимпийского образования Республике Беларусь охватывает все уровни образовательного процесса и носит системный характер с концептуальными подходами к реализации основополагающих принципов олимпизма: честной игре; солидарности; взаимопониманию и взаимоуважению соперников; дружбе; гармоничному развитию личности; стремлению к ведению здорового образа жизни; к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Формирование устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и спортом является важнейшей предпосылкой воспитания личности учащегося и гарантом эффективности учебной деятельности [4]. Мотивация – побуждение к действию; психофизиологический процесс; управляющий поведением человека,

задающий его направленность, организацию, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности [5].

Целью физического воспитания является формирование ценностных ориентаций с помощью средств физической культуры и спорта, которые выражаются, во-первых, в понимании необходимости и полезности физических упражнений для человека; во-вторых, в мотивации к занятиям физической культурой и спортом, в выработке потребности регулярно и систематически использовать физические упражнения для укрепления здоровья. Всё это приводит к возникновению объективных предпосылок для гармонического развития личности.

**Цель исследования** состояла в обосновании эффективности использования комплекса форм и средств, способствующих формированию мотивационных предпосылок к двигательной активности у младших школьников.

**Материалы и методы исследования.** Исследование проводилось в течение учебного года (с сентября 2019 по май 2020 года) на базе ГУО «Детский сад – начальная школа № 63 г. Гомеля». В процессе проведённой работы было исследовано 50 детей возраста 7-8 лет, разделенных на 2 группы. В группе № 1 (контрольная) учащиеся 2 «Г» класса, обучение которых осуществлялось в обычном режиме. В группе № 2 – (экспериментальная) – учащиеся 2 «В» класса, обучение и внеклассная работа которых осуществлялись с применением предложенного нами комплексного подхода.

**Результаты исследования.** Практическая реализация разработанного комплекса заключалась в том, что учащимся экспериментальной группы наряду со стандартной учебно-воспитательной программой, были рекомендованы дополнительные средства и методы.

Нами было проведено анкетирование учащихся контрольной и экспериментальной групп. Обобщенные результаты проведенных опросов и бесед определили основные направления нашей деятельности.

В учебной программе по предмету «Физическая культура и здоровье» в разделе «Основы физкультурных знаний» на тему «Олимпизм и олимпийское движение» отводится всего лишь 0,5 часа в год. Из предварительного опроса учителей физической культуры мы узнали, что эта тема зачастую остается неосвященной вообще. При этом, отвечая на один из вопросов анкеты: «Что такое Олимпийские игры?» около 76 % школьников испытали определенные затруднения.

С целью повышения мотивации к двигательной активности и восполнению знаний по этому направлению во внеклассную работу с младшими школьниками были включены следующие мероприятия:

– встреча детей с медицинским работником на тему здорового образа жизни; тематические классные часы по олимпийскому и паралимпийскому образованию; тематические дни здоровья, праздники; посещение детьми спортивных секций по избранному виду спорта; экскурсия в спортивную школу № 7; самостоятельная двигательная активность (утренняя гигиеническая гимнастика, прогулки и активный отдых с родителями в выходные дни).

Заключительным этапом были встречи с серебряным призером Олимпийских игр и дефлимпийским чемпионом.

О том, что проведенная опытно-экспериментальная работа оказала своё влияние на мотивационные предпосылки учащихся к физической культуре и спорту свидетельствует и тот факт, что после экскурсии в ГУ «СДЮШОР № 7 г. Гомеля», встреч с призером Олимпийских игр 2016 года, действующей спортсменкой по вольной борьбе Марией Мамошук и обладателем 14 золотых, 8 серебряных, 6 бронзовых медалей, около 60 наград с чемпионатов мира и Европы, Дефлимпийской чемпионкой Оксаной Петрушенко школьники записались в различные спортивные секции.

Результаты проведенного исследования позволяют констатировать, что уровень мотивационных аспектов учащихся экспериментальной группы в области знаний по олимпийскому и паралимпийскому образованию значительно расширился.

Важным стало осознание младшими школьниками того, что спортсмены – особая категория людей. Их отличают целеустремленность, соревновательный азарт, уверенность и вера в свои силы, стремление к победе, а свою жизнь они делят на четырехлетние циклы, на «до» и «после». Ведь вся спортивная карьера, все силы и мысли направлены на достижение наивысшего результата, а это значит – участие в Олимпийских Играх и, если улыбнется Фортуна – место на олимпийском пьедестале.

В качестве доказательства эффективности проведенной работы можно привести следующее. Так, если при первичном анкетировании было выявлено, что физической культурой и спортом вне школы занималось всего лишь 28,5% учащихся, то по окончании эксперимента их количество увеличилось до 67,4%.

Следует отметить, что у учащихся изменилось отношение к уроку физической культуры и здоровья: первоначально 20,5 % школьников вынесли его на первое место, а при повторном проведении анкеты уже 37,8 % детей назвали любимым предметом. 54,3 % стали посещать урок с удовольствием. Интересными уроки физической культуры и здоровья стали для 88,2 %, и это значительная динамика, в сравнении с 23,6 % опрошенных, ответивших положительно на соответствующий вопрос в начале эксперимента.

В заключение необходимо подчеркнуть, что существенным аспектом восполнения знаний по олимпийскому и паралимпийскому образованию младших школьников является творческий подход к обучению по важному теоретико-практическому разделу программы «Олимпийское и паралимпийское образование», используемое в качестве основы содержания внеклассной работы, с целью социального ориентирования учащихся, способствующего формированию у них мотивационных предпосылок к двигательной активности.

#### *Литература*

1. Завьялов Д.А. Теория ключевой двигательной компетенции / Д.А. Завьялов // Теория и практика физической культуры. – М., 2002, № 12. – С. 2–4.
2. Солодков А.С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: учебник / А.С. Солодков, Е.Б. Сологуб. – Изд. 6-е, испр. И доп. – М.: Спорт, 2016. – 456 с.

3. Карпов В.Ю. Потребностно-мотивационные характеристики физической культуры младших школьников новых типов учебных заведений / В.Ю. Карпов, Г.А. Абрамишвили // Известия Сочинского государственного университета. – 2011. – № 2. – С. 141–143.

4. Педагогические условия формирования интереса младших школьников к физической культуре / А.В. Аустер, Ж.И. Бушева, Л.Т. Шкотова, Г.А. Волкова // Физкультура и здоровье: Молодежная наука и инновации: сб. науч. Трудов участников Междунар. Науч.-практич. Конфер. – Тула: Изд-во ТулГУ, 2014. С. 26–32.

5. Булич Э.Г. Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в её стимуляции / Э.Г. Булич, И.В. Муравов. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.

**371.398      Котова Т.Г.<sup>1</sup>, к.п.н, доцент, Григорьева Е.А.<sup>1</sup>, Суздаев В.В.<sup>2</sup>  
ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАНЯТИЙ ЕДИНОБОРСТВАМИ У ШКОЛЬНИКОВ  
10-11 ЛЕТ В РАМКАХ ВАРИАТИВНОЙ ЧАСТИ ПРЕДМЕТА  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»\***

<sup>1</sup> Тюменский государственный университет, Тюмень, Россия, t.g.kotova@utmn.ru

<sup>2</sup>Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 89, Тюмень, Россия, suzdalev-vova@mail.ru

**Аннотация:** В статье рассматривается учебный процесс школьников 10-11 лет по предмету «Физическая культура» в рамках вариативной части общеразвивающей образовательной программы. Авторами изучены уровни физической, технической подготовленности обучающихся, определены отстающие физические качества, ошибки при выполнении техники двигательных действий в стойке и предложены специальные упражнения и методы, направленные на их коррекцию средствами дзюдо.

**Ключевые слова:** дзюдо, вариативная часть, общеразвивающая образовательная программа, школьники, развитие физических качеств, обучение технике двигательных действий.

**Kotova T.G.<sup>1</sup>, Ph.D., Associate Professor,  
Grigorieva E.A., Suzdalev V.V.<sup>2</sup>**

**ORGANIZATION OF MARTIAL ARTS CLASSES FOR  
SCHOOLCHILDREN 10-11 YEARS OLD IN THE FRAMEWORK OF THE  
VARIABLE PART OF THE SUBJECT «PHYSICAL CULTURE»**

<sup>1</sup>Tyumen State University, Tyumen, Russia, t.g.kotova@utmn.ru

<sup>2</sup>Municipal Autonomous General Educational Institution Secondary School No. 89, Tyumen, Russia, suzdalev-vova@mail.ru

**Annotation:** The article examines the educational process of schoolchildren of 10-11 years old in the subject “Physical culture” within the variable part of the general developmental educational program. The authors studied the levels of physical, technical readiness of students, identified the lagging physical qualities, mistakes when performing the technique of motional actions in a standing position, and proposed special exercises and methods aimed at their correction by means of judo.

**Key words:** judo, variable part, general developmental educational program for schoolchildren, development of physical qualities, teaching the technique of motor actions.

В последнее десятилетие в рамках обновления общего образования, разработки и внедрения Федерального государственного образовательного

\* -  
18-013-00268    «

»