

6. Информация о хронической венозной недостаточности (ХВН). URL: <http://www.veincareteam.it/kroniceskoe-zabolevanie-ven/informazia-kroniceskoi-venosnoi-nedostatocnost.html> (дата обращения: 30.08.2020).

УДК 316.36:316.628:796.012.1-053.5

Кожедуб Марина Станиславовна, магистр педагогических наук,
преподаватель кафедры теории и методики физической культуры,
Дубровская Валентина Леонидовна, магистрант,
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
Республика Беларусь, 246019, г. Гомель, ул. Советская, 104,
e-mail: marina.888.k@yandex.ru

РОЛЬ СЕМЬИ В ФОРМИРОВАНИИ МОТИВАЦИИ К ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация. В данной статье рассматриваются проблемы сохранения здоровья детей и их физического воспитания. Определены причины низкой двигательной активности младших школьников. Также в работе представлены результаты проведенного опроса по изучению отношения родителей к предмету «физическая культура и здоровье», выявлены средства и формы, способствующие существенно повысить уровень мотивационных аспектов младших школьников.

Ключевые слова: двигательная активность, физическая культура, формирование мотивации, физическое воспитание, младшие школьники.

Введение. Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач нашей страны на протяжении последних десятилетий. Изменениями, происходящими в мире, продиктованы новые требования к педагогической деятельности в сфере подготовки подрастающего поколения к жизни и труду. Особую актуальность в современных условиях приобретает проблема формирования мотивации к учению, в частности к занятиям физической культурой.

Одной из отличительных черт жизнедеятельности современных детей, к большому сожалению, является гиподинамия, которая ведет к ухудшению состояния здоровья школьников, снижению их физической подготовленности, что естественным образом отражается и на их успеваемости [5].

Следует отметить, что двигательная активность с момента поступления детей в школу падает почти в два раза, продолжая снижаться пропорционально взрослению – от младших классов к старшим. Характерно, что в зависимости от времени года она меняется и зимой достигает своего минимума. Исследования гигиенистов свидетельствуют, что до 82-85% дневного времени большинство учащихся проводит в статическом положении (сидя) [1].

Ежегодное ухудшение психофизического здоровья школьников, увеличение количества детей с различными заболеваниями сигнализируют обществу о необходимости реорганизации современного образовательного процесса в целом и физического воспитания в частности с целью формирования у детей мотивации к двигательной активности и ценностно-смысловых установок к ведению здорового образа жизни [2].

При этом учащиеся продолжают пассивно присутствовать на уроках физической культуры и здоровья, зачастую это происходит с равнодушного одобрения учителя. Никого уже не удивит треть класса, сидящая на скамейке спортзала и «коротающая» 45-минутный урок, развлекаясь играми или «листанием страничек» всевозможных соцсетей в смартфонах. Интерес, мотивация и потребность к любой двигательной активности утрачиваются. Возрастной интерес смещается в сторону виртуальной жизни, 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 ребенка в движении, то с возрастом первичная потребность в движении, являющемся источником здоровья, замещается вторичными, приобретенными потребностями, сформировавшимися в соответствии с развитием высокотехнологического социума (интернета) [1].

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 [3].

Таким образом, потребность детей в двигательной активности достаточно высока, но не всегда она реализуется на должном уровне. Семья оказывает существенную роль в физическом воспитании младшего школьника, и вопросы организации работы с семьёй по построению двигательного режима детей вне школы требуют отдельного внимания. При этом многие родители считают: «пусть лучше ребенок сидит дома за компьютером, чем неизвестно где». Однако очевидно, что в жизни ребенка должно быть место не только пассивным занятиям, но двигательной активности.

Цель исследования состоит в изучении отношения семьи к занятиям физической культурой и спортом младших школьников.

Материалы и методы исследования. В исследовании, которое проводилось в течение учебного года (с сентября 2019 по май 2020) на базе ГУО «Детский сад – начальная школа № 63 г. Гомеля», принимали участие 50 детей 7-8 лет и их родители. Ученики были условно разделены на 2 группы. С учащимися 2 «Г» класса (контрольная) обучение осуществлялось в обычном

режиме. Учебно-воспитательный процесс во 2 «В» классе (экспериментальная) был организован с применением дополнительных средств и методов.

Результаты исследования и их обсуждение.

Практическая реализация разработанной нами программы заключалась в том, что учащимся экспериментальной группы наряду со стандартным учебно-воспитательным процессом, были рекомендованы дополнительные средства и методы.

Отдельным блоком проводилась работа с семьёй, направленная на изучение отношения родителей к предмету «физическая культура и здоровье» и выявление средств и форм взаимодействия, способствующих существенно повысить уровень мотивационных аспектов младших школьников.

Родителям детей, отнесенным к контрольной и экспериментальной группам, было предложено анонимно заполнить первоначальную анкету, с целью определения их ценностных ориентаций и выявления отношения к предмету «физическая культура и здоровье».

В рамках исследования нами задавался вопрос: «Сколько времени во второй половине дня ваш ребенок проводит в положении сидя (за гаджетами, при выполнении домашнего задания и т.д.)?». Очевидно, родители мало обращают на это внимание. Так, 48% респондентов ответили, что их дети около 3-4 часов проводят в сидячем положении, 12% сказали о 2-3-х часах. Более 4-х часов подряд лишены двигательной активности дети в 40% семей. Среди участников анкетирования, к сожалению, не оказалось тех, чьи дети проводят в положении сидя менее двух часов.

Пугающая картина и в контрольной группе: 2-3 часа – 16%, 3-4 часа – 44%, и более 4 часов – 40%.

Анкетирование позволило выявить, что родители детей обеих групп не осознают важной роли средств физической культуры в повышении интереса к физической активности и укреплению здоровья. От 59,6% до 60,1% опрошенных считают, что укрепляют здоровье своего ребенка прогулками на свежем воздухе, правильным питанием и активным отдыхом. От 8,2% до 12,3% родителей следят, чтобы их дети занимались физическими упражнениями и закаливанием. От 28,1% до 31,7% выбирают медикаментозный способ укрепления организма ребенка, при этом не занимаются физическими упражнениями вообще.

Выявлено, что, не все родители понимают первостепенное значение физической активности в укреплении здоровья. Многие из них не до конца осмысливают реальную угрозу гиподинамии для растущего организма своего ребенка.

Около 33,8% респондентов обеих групп предпочитают в основном пассивный вид отдыха, лишь от 32,4% до 34,1% проводят свой досуг активно, посещая бассейны, батуты, совершая пешие и велопоходы. К большому сожалению, от 32,1% до 37,4% родителей считают активным отдыхом походы по магазинам и выезд на природу.

Кроме того, около половины опрошенных родителей продемонстрировали не только нежелание участвовать в физическом воспитании детей, но и собственную двигательную пассивность.

Таким образом, очевидно, что родители не принимают активного участия в физическом воспитании своих детей. В ходе беседы с ними мы выявили недостаточную образованность в области физической культуры и спорта, организации физического воспитания детей и активного семейного досуга в целом [4].

Обобщенные результаты проведенных опросов и бесед определили «взаимодействие с семьей» одним из приоритетных направлений в нашей работе, направленной на повышение мотивации учащихся младших классов к двигательной активности и установления ценностных ориентаций семейного воспитания.

Работа с семьей началась блоком бесед медицинского работника по следующей тематике: «Влияние гаджетов на двигательную активность детей и на здоровье в целом», «Влияние физических упражнений на растущий организм», «Организация активного семейного отдыха в выходные дни».

Далее активизация родителей продолжилась, и они приняли участие в конкурсе физкультминуток, Днях Здоровья. Спортивные праздники в шестой учебный день также прошли при активном участии семьи, что способствовало формированию осознанных ценностно-ориентированных установок на здоровье, приобретению знаний и умений по оздоровлению и укреплению организма, передаче социального опыта старшего поколения младшему. Личный пример родителей, уровень осознания ценности здоровья для себя и своего ребенка, их осведомленность в вопросах организации здорового образа жизни обеспечивают включение всех членов семьи в процесс саморазвития и самосохранения [6].

По окончании педагогического эксперимента отношение семьи к урокам физической культуры и здоровья у 65,3% из них изменилось в лучшую сторону, остальные 34,7% высказались «нейтрально».

Также, в качестве доказательства эффективности проведенной работы, можно привести и тот факт, что родители учеников экспериментальной группы стали чаще уделять внимание физическому развитию и укреплению здоровья своих детей. Как видно из первичного анкетирования регулярно заботились о здоровье своего ребенка 31,2% респондентов, а по итогам вторичных результатов это количество увеличилось до 53,1%. Изменился и семейный отдых в выходные дни. Так в начале эксперимента активному отдыху отдавали предпочтение 32,4% опрошенных, а после его завершения, соответственно, 79,1% респондентов, указав при этом, что стали посещать батуты, бассейн вместе с детьми, совершать велопрогулки и выполнять физические упражнения дома. Участники вторичного опроса констатировали, что основными формами активного отдыха стали пешие прогулки, плавание, велопрогулки, оздоровительный бег, утренняя гимнастика, а так же физический труд дома и на даче.

Очевидным стало и изменение отношения семьи к обучению детей физической культуре. При первичном анкетировании, на соответствующий вопрос положительно высказалось 32% опрошенных, а по окончании педагогического эксперимента количество респондентов, которые дали позитивную оценку урокам физической культуры и здоровья составили 65,3%.

Заключение. На основании анализа вторичного опроса, можно отметить, что применяемая нами программа способствовала изменению отношения родителей школьников экспериментальной группы к двигательной активности в повседневной жизни в целом и обучению детей физической культуре в частности.

Таким образом, очевидна важная роль семьи в формировании мотивации к двигательной активности у детей младшего школьного возраста. При этом, для стабилизации достигнутого результата необходимо систематически проводить подобную работу, направленную на формирование ценностных ориентаций и потребности в регулярной физической активности младших школьников.

Список использованной литературы и источников

1. Завьялов Д.А. Теория ключевой двигательной компетенции // Теория и практика физической культуры. 2002. № 12. С. 2.
2. Карпов В.Ю., Абрамишвили Г.А. Потребностно-мотивационные характеристики физической культуры младших школьников новых типов учебных заведений // Известия Сочинского государственного университета. 2011. № 2. С. 141.
3. Лигута В.Ф. Роль семьи в системе физического воспитания и оздоровления детей школьного возраста // Проблемы физкультурного образования, подготовки спортсменов, внедрения физической культуры и спорта в повседневную жизнь молодежи : материалы Междунар. науч.-практ. конф. Благовещенск : Изд-во БГПУ, 2009. С. 135.
4. Подрезов И.Н., Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья детей, подростков, молодых людей средствами физической подготовки, туризма и спорта, привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни // Наука-2020. 2018. № 1-1 (17). С. 163-168.
5. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / Изд. 6-е, испр. и доп. М. : Спорт, 2016. 456 с.
6. Устинова Г.Н. Взаимодействие семьи и школы в вопросах сохранения здоровья школьников // Здоровьесберегающее образование. 2010. № 4 (8). С. 76.