

Достоверные различия ($p < 0,05$) представлены показателем восприятия и оценки возможностей соперников (Сп). Так как все нормативные значения по каждому из рассматриваемых показателей, чем выше, тем устойчивее, то по результатам тестирования группы исследуемых спортсменов, было выявлено, что девушки значительно ниже, чем юноши оценивают готовность своих соперников.

Выводы. 1. Выявленные показатели оценки темперамента по Айзенку у спортсменов занимают среднее положение между интроверсией и экстраверсией и не имеют строгих разграничений своей направленности на других людей или только на себя. Различия между девушками и юношами по средним значениям невротизма в группе спортсменов являются достоверными и статистически значимыми ($p < 0,001$). 2. Оценивая показатели доминирующего типа мотивации в подготовке девушек и юношей выявили, что преобладающими мотивами тренировочной деятельности у юношей являются мотивы успеха (83%) и лишь 17% юношей психологически пытаются избежать неудач. У девушек преобладают мотивы неудачи (62%), а латентными являются – мотивы успеха (38%). Сопоставляя результаты девушек и юношей, была выявляется разница в оценке мотивации, которая составляет 45%.

Список использованных источников

1. Василюк, Ф.Е. Сопереживание как центральная категория понимающей психотерапии / Ф.Е. Василюк // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 5 (94). С. 205-227.

2. Воронцова, Е.Н. Верификация функциональной и физической подготовленности юных спортсменов 11-13 лет, занимающихся лыжными гонками в условиях Крайнего Севера / Е.Н. Воронцова, И.Е. Корельская // В сборнике: Арктические исследования: от экстенсивного освоения к комплексному развитию материалы I международной молодежной научно-практической конференции. Министерство науки и образования Архангельской области, ФГОУ ВО «Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова», ФГБУН Федеральный исследовательский центр комплексного изучения Арктики имени академика Н.П. Лаврова Российской академии наук. 2018. С. 163-169.

3. Осипенко, Е.В. Самооценка физического здоровья студентами учреждения образования "Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины" / Е.В. Осипенко // Вестник Томского государственного университета. 2019. № 439. С. 173-177.

УДК 796.011.1

СОСТОЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

Е. Е. Кошман, канд. пед. наук, доцент, **А. Ю. Балейко**

Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»,
Гомель, Беларусь, sergei1997gubka@gmail.com

Статья посвящена анализу состояния физического здоровья детей и учащейся молодежи в Республике Беларусь на основании нормативных документов. Показано, что болезни органов дыхания являются ведущими в структуре заболеваний детского населения. Выявлены факторы, влияющие на состояние здоровья учащейся молодежи. Показаны возможности физической культуры в сохранении и укреплении здоровья детей и учащейся молодежи.

Введение. В современных социокультурных условиях наблюдается поступательное развитие научно-технического прогресса, интенсивно развиваются инновационные технологии, экранная культура – это все содействует значительным изменениям в

существовании современного человека. Как совершенно справедливо отмечают исследователи «Все общество без исключений очень много времени проводит у дисплеев планшетов, уделяет много внимания разговорам по телефону, просмотрам телевизора или видео роликов на персональных компьютерах. Отпадает потребность ходить в магазины, если можно заказать доставку. В целом стиль жизни человека за последние несколько десятков лет изменился и стал менее подвижным, а ежедневная физическая активность уменьшается» [1, с. 73]. В связи с этим возникает социальная потребность в том, чтобы существенно улучшить физическую подготовку населения и в первую очередь молодого поколения. Задачи сохранения, укрепления и развития здоровья населения и молодежи нашли свое отражение в различных нормативно-правовых документах: Закон Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» от 4 января 2014 г. № 125-3; Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016 – 2020 годы от 12.04.2016 № 303; Постановление министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 5 сентября 2014 г. № 58 «Об утверждении Инструкции о классификации физкультурно-спортивных сооружений Республики Беларусь и требованиях к их работе» и многие другие.

В данных программно-нормативных документах фиксируется состояние, проблемы и указываются перспективные научно-методические пути совершенствования физического воспитания детей, учащейся молодежи и взрослого населения нашей страны. Для решения поставленных задач проводятся различные научно-педагогические исследования. К таким исследованиям можно отнести и данную работу, которая направлена на рефлексию состояния физического здоровья населения нашей страны и поиска наиболее эффективных путей его сохранения и укрепления.

Цель исследования – научно обосновать и выявить состояние и перспективные методические подходы к совершенствованию физического здоровья детей и учащейся молодежи.

Методы исследования. В работе были использованы следующие методы научного исследования: анализ научно-методической литературы, педагогическое наблюдение, анализ программно-нормативных документов, методы математической статистики.

Результаты исследования. Нынешнее поколение – современная продукция нашего сегодняшнего общества. Многие исследователи отмечают, то стремительно возрастает количество детей с ухудшенным здоровьем, заторможенным психологическим развитием, с нарушением развития речи, многие из детей гиперактивные. Важнейшими аспектами современного обучения являются: уменьшение гиперактивности; формирование сосредоточенности и концентрации внимания; достижение оптимального физиологического и функционального состояния организма [2-5].

В соответствии с целеполаганием в системе дошкольного образования необходимо формировать доступный для данного возраста уровень физической культуры личности и заниматься сохранением и укреплением здоровья воспитанников. Перед учреждениями дошкольного образования (УДО) поставлены абсолютно новые проблемы: следует не только осуществлять занятия по формированию здорового образа жизни (ЗОЖ), а проводить интеграцию взаимодействия старшего поколения и детей, в котором будет присутствовать образовательный процесс, информирование о ценности окружающего мира и образе жизни взрослых в современных реалиях. Окончательным результатом подобного подхода должно стать формирование представления у детей о здоровье человека, дающее нужную предпосылку для полноценной жизни [3].

Проблемы физического развития, физического воспитания ребенка объясняются тем, что практически все дети имеют неблагоприятную картину здоровья. Согласно исследованиям специалистов, 75% заболеваний взрослых имеют происхождение из детства [3]. На основании рефлексии нормативных документов выявлена картина системы болезней детского населения нашей страны. Полученные результаты представлены на рисунке. Анализ представленных данных показывает, что дети в Беларуси больше всего заболевают

поражением органов дыхания (24%). В 2017-м году было более 2 миллионов 580 тысяч случаев, а в 2016-м году таких случаев было чуть более чем 2 миллиона 487 тысяч [4]. Прослеживается негативная динамика в состоянии здоровья детей.

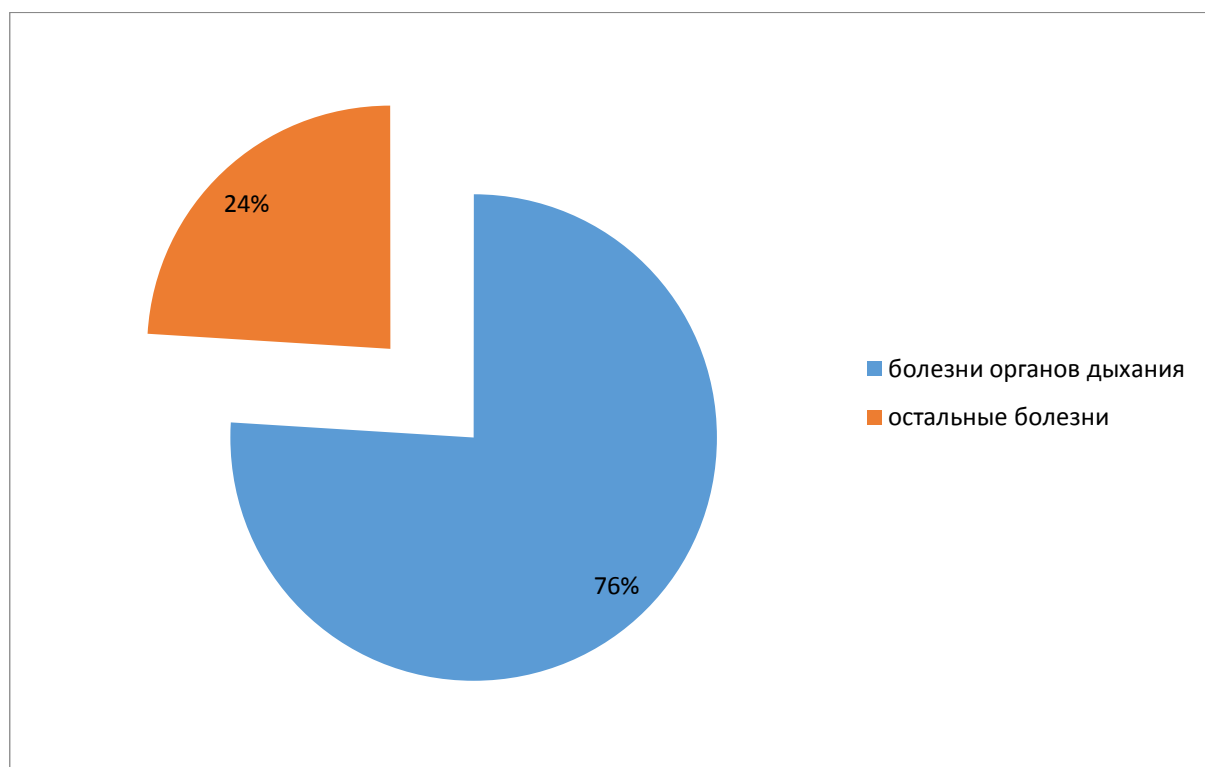


Рисунок 1 – Болезни органов дыхания и все остальные болезни у детей в 2017 году, по данным из справочника Белстат «Дети и молодежь 2018»

К категории все остальные болезни статистика относит следующие: инфекционные и паразитарные болезни; болезни крови, кроветворных органов и отдельные нарушения, вовлекающие иммунный механизм; болезни эндокринной системы, расстройства питания, нарушения обмена веществ; психические расстройства и расстройства поведения; болезни нервной системы; болезни глаза и его придаточного аппарата; болезни уха и сосцевидного отростка; болезни органов дыхания; болезни органов пищеварения; болезни кожи и подкожной клетчатки; болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани; болезни мочеполовой системы; врожденные аномалии (пороки развития), деформации и хромосомные нарушения; травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин; и некоторые другие группы заболеваний. Данные по некоторым заболеваниям отображены в таблице.

По мнению Л.В. Трубайчука «Нынешние дети испытывают «двигательный дефицит», то есть они выполняют двигательную деятельность ниже возрастной нормы в ходе всего дня. Это и приводит к так называемой «гиподинамии», которая в свою очередь приводит к нарушению обмена веществ и увеличению избыточного веса, слабости мышц, связок, костного аппарата. В большинстве случаев кифозы и сколиозы возникают от маленькой или не правильной нагрузки на спину. Безусловно, для того чтобы обучить детей необходим образец для подражания, им и выступают их родители. Игра в мячик, бадминтон, зарядка по утрам, посещение спортзала или бассейна будет великолепным примером для подрастающего поколения. А когда родители будут проводить свой уик-энд на диване за просмотром телевизора – то и сам ребенок не будет заинтересован в спорте» [5, с. 57].



Рисунок 2 – Заболеваемость детей по группам болезней на 2017 год, по данным из справочника Белстат «Дети и молодежь 2018»

В системе высшего профессионального образования значительную роль занимает проблема развития у студентов персональной физической культуры, в отсутствии которой не возможно сохранение или укрепление психофизического здоровья. Это подтверждается тем, что в университетах базовым является учебный процесс с большими умственными нагрузками, который требует и высокого уровня физической подготовленности студентов [7]. Требования к учебному процессу в университетах, по сравнению со средней школой, значительно различаются: возрастает объем учебной нагрузки, меняются формы обучения и методы проверки знаний, условия к распорядку труда и отдыха студентов. Для успешного обучения в университетах нужен не только необходимый базовый уровень знаний, но и присутствие определенных психофизиологических характеристик, значимых для овладения избранной специальностью в соответствии с профессиональной направленностью. К ним принадлежит большой ряд обстоятельств студенческой жизни, кажущихся малозначимыми, однако вместе они дают негативный результат, что можно охарактеризовать неприспособленностью студентов к обучению в университетах [7].

Физическое воспитание в университетах должна опираться на методики формирования здорового образа жизни и использования здоровые развивающих технологий, что позволяет обеспечить профилактику заболеваний, укреплению здоровья, повышение качества жизни и высококачественную подготовку студентов к предстоящей профессиональной деятельности. Совокупность оздоровительных мероприятий таких как: оптимальные физические нагрузки, индивидуальная гигиена, правильное питание, закаливание, отказ от вредных привычек – помогут обеспечить укрепление здоровья студентов, повышению их умственной и физической работоспособности, а также будут способствовать продлению творческого долголетия в профессии и жизнедеятельности.

В специальных научных исследованиях по данной тематике установлено, что из всех факторов оказывающих воздействие на состояние здоровье человека (принятых за 100%), на занятие спортом приходится 15-20%, режим употребления пищи 10-16%, все остальное приходится на воздействие других факторов. В соответствии статистическим данным института питания РАМН студенты не соблюдают простые принципы гигиены, обихода, сна [6]:

– без завтрака на пары уходят до 40% студентов, что приводит к уменьшению трудоспособности на 15-30%;

- до 60% студентов принимают горячую пищу только один раз за весь период дня;
- 80 % задерживают сон и ложатся спать после 12-1 часа ночи, из-за недосыпания интеллектуальная работоспособность студентов снижается на 15-20% в соответствии с теми, у кого более длительный по времени сон;
- до 20% прибегают к дневному сну;
- до 50% студентов подвергаются простудным болезням, а к закаливанию прибегают менее 2%.

С другой стороны, дается небольшое по длительности время на переработку и овладение данными, необходимость зазубривания больших по объему материалов, перегрузка учебных программ в комбинации с не идеальным режимом питания, организацией досуга вынуждает студентов заниматься по 10-12 часов, а во время сессии вплоть до 14-16 часов в сутки. Насыщенность и интенсивность нагрузок, испытываемых сегодня студентами приближается к такому уровню, что некоторые авторы называют это явление «пределом физиологических возможностей организма» [5-7]. Это ведет к дисгармонии в формировании личности и не может положительно воздействовать на психологическое состояние, сосредоточенность внимания и умственную работоспособность студентов [7].

С окончанием образования, специалисты приступают к долголетней трудовой деятельности. Занятие физической культурой замедляют падение трудоспособности и производительности работы, содействует наиболее стремительному возобновлению растерянной в ходе работы нервно-психической и мышечной энергии.

Выводы. Здоровье человека в нашей стране является важнейшей ценностью, которая пронизывает все социальные институты. Особенно значимой эта проблема является для детского населения нашей страны. Установлено, что наблюдается негативная динамика в состоянии физического здоровья детского населения нашей страны. Особенно прогрессируют среди детей заболевания органов дыхания (24%). Имеется большой потенциал физического воспитания в УДО по сохранению и укреплению здоровья детей.

В системе высшего образования наблюдается дисгармония в сочетании учебно-познавательной деятельности студентов и состоянием их здоровья. Организация образовательного процесса в учреждениях высшего образования должна обязательно учитывать критерий психофизического здоровья будущих специалистов. Большой потенциал наблюдается в проектировании и проведении системы оздоровительных мероприятий, здоровьеразвивающих технологий в процессе физического воспитания студентов. Сохранение и развитие здоровья детей и учащейся молодежи позволит будущим специалистам в полной мере осуществить самоактуализацию в профессии и жизнедеятельности.

Список использованных источников

1. Сомкова, О.Н. Инновационные подходы к планированию образовательного процесса в детском саду / О.Н. Сомкова // Дошкольная педагогика. – М., 2013. – № 4 (89). – С. 9-15.
2. Никитина, С.В. О разумной организации жизни и деятельности детей в детском саду в свете современных требований / С.В. Никитина // Дошкольная педагогика. – М., 2013. – № 4 (89). – С. 7-8.
3. Веракса, А.Н. Дошкольное образование в трех культурах / А.Н. Веракса // Современное дошкольное образование. Теория и практика. – М., 2013. – № 6 (38). – С. 58-63.
4. Национальный статистический комитет Республики Беларусь (Белстат): Статистический сборник / Дети и молодежь Республики Беларусь, 2018 / [И.С. Кангро и др.]: под ред И.В. Медведева. – Минск 2018. – 133 с.
5. Трубайчук, Л. В. Интеграция как средство организации образовательного процесса. Монография / Л.В. Трубайчук. – М.: Книжная палата, 2013. – 173 с.
6. ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ion.ru>, свободный. – Дата доступа: 16.07.2019.

7. Виленский, М.Я. Технология профессионально-ориентированного обучения в высшей школе: учебное пособие / М.Я. Виленский, под ред. В.А. Сластинина. – 2-е изд., пере-раб. – Орел: ГОУ ВПО «ОГУ», 2010 . – 270 с.

УДК 796.799(075.8)

ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ВИДЕНИЕ МОДЕЛИ ПРОЕКТИРОВОЧНЫХ УМЕНИЙ БУДУЩЕГО УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВЬЯ

М. Г. Кошман, канд. пед. наук, доцент, **С. А. Иванов**

Учреждение образования «Гомельский государственный университет им. Ф. Скорины»,
Гомель, Беларусь, gomelsergey@mail.ru

Статья посвящена теоретическому видению модели проектировочных умений будущего учителя физической культуры и здоровья. В ней раскрыта актуальность и показано видение ведущих педагогов-методологов по трансформации высшего профессионального физкультурного образования и подготовки специалистов к осуществлению проектно-технологической деятельности. Исследованы затруднения у студентов-выпускников факультетов физической культуры УО «ГГУ имени Ф. Скорины» и «МГПУ имени И.П. Шамякина» в проектно-технологической деятельности. Выделена и разработана система проектировочных умений будущего учителя физической культуры и здоровья.

Введение. В последние годы качество образования во всем мире стало признанной основой повышения уровня жизни, источником экономического могущества, национальной безопасности и творческих успехов личности и общества. Поэтому коренные изменения, происходящие сегодня во всех сферах нашего общества, не могли не затронуть и систему образования.

В связи с критериально и быстро изменяющимися социокультурными условиями в нашей стране трансформируется и система высшего профессионального образования. Реформирование и модернизация в этой сфере как раз и направлены на согласование и опережающее развитие образования в социальных процессах. Известно, что во многом решающее значение протекания и телеологического изменения состояния образовательной системы в стране зависит от качества подготовки педагогических кадров. Сегодняшнюю ситуацию с кадровым потенциалом в физкультурном пространстве можно считать кризисной. Это в первую очередь связано с состоянием традиционного профессионализма, социальной незащищенностью и не закреплённостью педагогов в образовательной практике.

В современных общественных условиях возрастает роль проблем и круг вопросов связанных с нормативной смыслоориентирующей ролью профессионального физкультурного образования. Усилиями многих деятелей физкультурно-спортивного и научно-практического сообщества профессиональное физкультурное образование постепенно становится научно обоснованной, полезной и социально значимой системой развития физической культуры личности.

Исследование и опыт практической работы в этой сфере позволили выявить основное противоречие в системе функционирования высшего профессионального физкультурного образования. По нашему мнению, его сущность заключается в потребности наступающего общества в высококвалифицированных физкультурных кадрах, способных критериально отвечать на вызовы времени, обеспечивающих его развитие и неадекватной в стратегическом, структурно-содержательном и технологическом отношениях системой их профессионального образования в вузе.