**Салман Хані Руміє. Оздоровча фізична культура хлоп-чиків 12-14 років у позаурочний час : Дис... канд. наук: 24.00.02 - 2006.**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Салман Хані Руміє. Оздоровча фізична культура хлопчиків 12-14 років у позаурочний час. – Рукопис.**Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Харківська державна академія фізичної культури, Харків, 2006.Об’єкт дослідження – позаурочна форма занять фізичною культурою при співробітництві батьків і учителів фізичної культури.Мета дослідження – розробити і експериментально обґрунтувати програму співробітництва сім’ї і школи для залучення школярів 12-14 років до систематичних занять фізичною культурою, що сприятиме фізичному розвитку, покращенню фізичної підготовленості та стану здоров’я.Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, анкетування, тестування фізичного розвитку, фізичної підготовленості, PWC150, визначення максимального споживання кисню, показників системної гемодинаміки та розумової працездатності, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.У дисертації вперше визначено відношення батьків і вчителів фізичної культури до співпраці в організації і проведенні заходів підвищення рухової активності в позаурочний час, а також зміст технології формування мотивації підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом.Результат дослідження – розроблено методичні рекомендації «Контроль фізичного розвитку дітей у сім’ї». |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. Аналіз науково-методичної літератури показав, що в даний час серед дітей середнього шкільного віку незадовільний рівень здоров'я мають більше половини школярів. Це пояснюється низьким рівнем рухової активності, яка є природною потребою. Шкільні уроки фізичної культури не вирішують проблему рухової активності. До занять в позаурочний час школярі втратили інтерес через відсутність мотивації та інших причин. Розв'язати проблему рухової активності можна систематичними заняттями в позаурочний час, тоді фізична культура стане для дітей природною потребою. Для формування потреби в руховій активності у школярів необхідні спільно прикладені зусилля вчителя фізичної культури і батьків, які повинні виконувати не тільки контролюючу роль, але і самі активно займатись фізичними вправами разом зі своїми дітьми. Питання співпраці сім'ї і школи в рішенні проблеми рухової активності школярів в літературі освітлені не в повній мірі. Саме це обумовило обрання теми дисертаційного дослідження.
2. Дослідження фізичного розвитку і фізичної підготовленості 12-14 років, що вчаться у СШ№29 м. Харкова свідчать про підтвердження загальних закономірностей фізичного розвитку школярів за даними довжини і маси тіла, окружності грудної клітини, які відповідають віковим нормам. Спостерігається поступове підвищення показників фізичної підготовленості – сили, швидкості, швидкісно-силових якостей, спритності і витривалості, гнучкості у школярів 12-14 років.
3. Багато авторів підтверджують положення про те, що діти одного віку, але які проживають в різних кліматогеографічних зонах, мають різні показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості. При порівнянні показників розвитку однолітків СШ№29 м. Харкова і м. Пір (Ліван) встановлено:

- найбільше (3,4% і 2,9%) підлітків з «низьким» рівнем фізичного розвитку знаходиться в групі 13-річних школярів Харкова і Піра (Ліван);- показник фізичного розвитку рівня «нижче середнього» більше серед школярів у віці 12 років (8,8% – Харків і 10,2% – Пір);- показники «середнього» рівня фізичного розвитку у 12-ти і 13-ти літніх харків'ян складають – 12,3% і ліванців – 12,6%.- рівень фізичного розвитку «вище середнього» спостерігається у віці 13 років у харків'ян (11,8%) і ліванців (14,6%);- показники «високого» рівня фізичного розвитку найбільше спостерігаються у 14 літніх харків'ян (4,1%) і 13-ти літніх школярів Піра (3,9%).4. Соціологічне дослідження виявило відношення учнів, їх батьків і вчителів до систематичних занять фізичною культурою в позаурочний час, а також відношення вчителя фізичної культури і батьків до спільної роботи, направленої на вдосконалення системи фізичного виховання підлітків;- учні вважають, що основними чинниками залучення їх до систематичних занять фізичною культурою і спортом є вплив батьків (36,5%) і друзів (38,8%).- батьки вважають, що найвпливовішим чинником на дітей по залученню їх до систематичних занять фізичною культурою і спортом є батьки (54,9%) і друзі (34,7%);- головними мотивами школярів до занять фізичними вправами є – міцне здоров'я, красива фігура, поліпшення настрою і самопочуття;- позитивне відношення батьків до систематичних занять носить декларативний характер. Більшість з них не займається фізичними вправами в повсякденному житті (69,1%);- основними причинами, на думку школярів, через які вони систематично не займаються фізичною культурою і спортом, є – відсутність інтересу до занять (35,4%) і відсутність умов для занять за місцем проживання (20,2%).- на думку батьків, їм заважає займатися фізичною культурою і спортом, привертати дітей до рухової активності такі чинники: відсутність спеціальних знань (10,6%) і відсутність потреби (49,7%);- доцільною співпрацю сім'ї і школи у фізичному вихованні школярів вважають 87,8% вчителів і 52,3% батьків, проти – 6,5% вчителів і 39,3% батьків.5. На підставі літературних даних, досвіду батьків та вчителів фізичної культури, з урахуванням певного рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості учнів була розроблена програма співпраці сім'ї і школи. Ця програма спрямовувалась на організацію корекції фізичного виховання школярів в позаурочний час. Впровадження цієї програми сприяло підвищенню рухової активності школярів м. Харкова на 16,6%.6. Підвищення рухової активності школярів сприяло поліпшенню фізичної і розумової працездатності:- фізичної підготовленості – кількість учнів з високим рівнем на 6,2%; рівнем вище середнього на 9,8%; зменшилася кількість учнів з низьким рівнем фізичного розвитку на 8,3% і рівнем нижче середнього – на 11,4% (Р<0,01);- фізичної працездатності (загальної на 13,8% і відносної на 13,4%) (Р<0,01);- розумової працездатності (швидкість переробки зорової інформації на 9,02%; коефіцієнт короткочасної пам'яті на 16,36%; час простої рухової реакції зменшився на 8,93%) (Р<0,01);- показників загальної гемодинаміки (АТ сист. – підвищилися на 3,9%; АТ діаст. – підвищилося на 4,82%; ЧСС – зменшилося на 6,97%; СОК збільшився на 6,07%; ударний об'єм крові підвищився на 7,51% і серцевий індекс зменшився на 11,1%) (Р<0,01);- середній бал успішності підвищився до четвертої чверті в експериментальній групі на 10,8% (Р<0,05).7. В процесі педагогічного експерименту був досягнутий оздоровчий ефект від впровадження нашої програми. Кількість учнів експериментальної групи на 14,9% менше пропускали уроків через хворобу, ніж у контрольній групі (Р<0,05).8. Запропонована нами програма корекції фізичного виховання школярів 12-14 років в позаурочний час при активній співпраці батьків і вчителя фізичної культури дала позитивний ефект у фізичному розвитку і фізичній підготовленості, що мало оздоровчий ефект. Проте, наша робота не вирішує всіх аспектів проблеми. Подальше вдосконалення системи фізичного виховання повинне йти по шляху спільної діяльності сім'ї, школи, суспільних фізкультурно-спортивних організацій і на основі освітньої діяльності сприяти формуванню повсякденної потреби в руховій активності у підлітків. |

 |