

u_podnialas_na_9_e_mesto_v_reitinge_fiba.html – Дата доступа: 21.11.2025.

6. Официальный сайт ФИБА (FIBA) [Электронный ресурс] : официальная страница Международной Европейской баскетбольной федерации – Режим доступа <http://www.fiba.com/pages/eng/fc/FIBA/fibaStru/nfLeag/p/nationalfederationnumber/2186/nfProf.html> – дата доступа: 28.11.2025.

УДК 379.8

ОТНОШЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ЛИЦЕЕ БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА К САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Шапаренко Я.В., магистрант

Кузьмина Л.И., кандидат педагогических наук, доцент

Учреждение образования «Белорусский государственный
педагогический университет имени Максима Танка», г. Минск,
Республика Беларусь

Today's youth are less likely to look towards sports grounds and are losing interest in self-development through various types of physical education. Lack of movement is especially dangerous during the period of growth and formation of the body. The physical activity program for high school students should be rich and varied. The highest form of such activities is regular independent study.

Современная молодежь все реже смотрит в сторону спортивных площадок и теряет интерес к саморазвитию посредством различных видов физической культуры. В этот период происходит становление личности, ее профессиональной направленности, самосознания, приобретение навыков самообучения и самоконтроля за состоянием здоровья. Дефицит движений особенно опасен в период роста и формирования организма. Высшей формой таких занятий являются регулярные самостоятельные занятия.

В Лицее имени Феликса Эдмундовича Дзержинского Белорусского государственного университета, большое внимание уделяется физическому воспитанию молодёжи, ежегодно проводятся многочисленные спортивные мероприятия. В лицее проводится спартакиада по различным видам спорта, по итогам которой определяется лучший спортивный класс и лучшие спортсмены лицея.

Программа двигательной активности обучающихся в лицее является насыщенной и разнообразной. Высшей формой таких занятий являются регулярные самостоятельные занятия.

Достижение цели и решение задач физического воспитания зависят от отношения обучающихся к физической культуре и к

занятиям физическими упражнениями, в частности. Это отношение является одним из существенных факторов, которые необходимо учитывать в процессе физического воспитания. Самостоятельные занятия физическими упражнениями во внеучебное время не являются исключением [1,2].

Эффективность самостоятельных занятий старшеклассников определяется уровнем знаний, умений, навыков и вовлеченностью их в различные формы физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.

Цель исследования: изучить роль самостоятельных занятий у обучающихся старших классов (на примере Лицея Белорусского государственного университета имени Феликса Эдмундовича Дзержинского). Был проведен анкетный опрос лицеистов, в ходе которого определялось их отношение к самостоятельным занятиям по физической культуре. Всего было опрошено 110 человек, из них обучающихся 10 классов – 64 человека (58,2%), 11-классов - 46 человек (41,8 %). В анкетировании приняло участие 62 человека (56,4%) юношей, 48 человек (43,6%) девушек, в возрасте 15 лет – 42 человека (38,2%), 16 лет – 50 человек (45,5%), 17 лет – 18 человек (16,4%).

Значительное число лицеистов разносторонне проводят свой досуг, по результатам анкетирования за учебой - 90%, на прогулках на свежем воздухе- 82,7%, в смартфоне - 62,7%. Из числа учащихся – 50,9% (56 обучающихся) ответило, что посещают различные секции, это говорит о достаточно высокой активности лицеистов. На вопрос, при любых ли обстоятельствах они стараются регулярно заниматься физической культурой - 51,8% ответило да, 33,6% ответило затрудняюсь, 14,5% - нет. Мнение о том, что занятия физической культурой и спортом нужны для дальнейшего использования этих знаний, навыков и умений в жизни положительно ответило 47,3%, затрудняются ответить 24,5%, отрицательно ответило 28,2%. Если выбирать форму проведения занятий по физической культуре, то на первом месте стоят самостоятельные занятия 74,5%, на втором месте - спортивные секции 43,6%, а на третьем месте – спортивные праздники и соревнования 14,5% (рисунок 1).

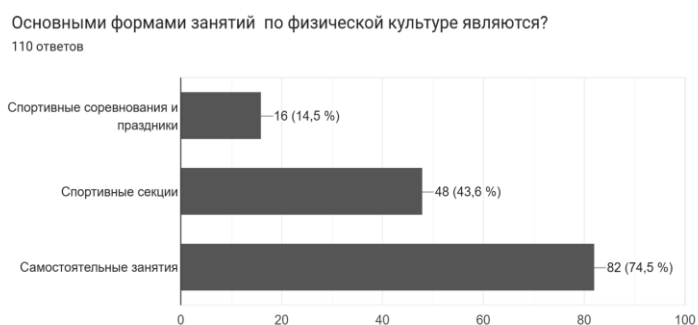


Рисунок 1 - Основные формы занятий по физической культуре

На основании полученных данных, в первой четверти была проведена воспитательная беседа о необходимости самостоятельных занятий по физической культуре и обучающиеся пришли к выводу, что самостоятельно нужно заниматься постоянно, поскольку речь идет о собственном здоровье и физическом развитии.

Далее, в начале второй четверти нашим обучающимся был задан вопрос о целесообразности использования самостоятельных занятий по физической культуре. И результаты стали такими. 80% опрошенных считают целесообразным использовать самостоятельные занятия по физической культуре (рисунок 2).

Целесообразно ли использование самостоятельных занятий по физической культуре?
110 ответов

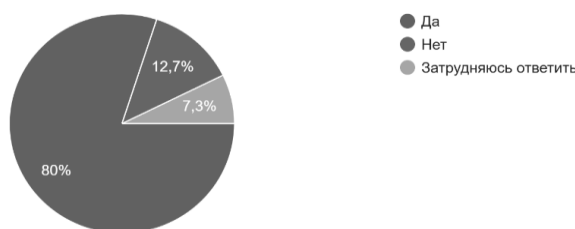


Рисунок 2 - Целесообразность использования самостоятельных занятий по физической культуре

В результате анкетирования было определено, что 72,7% подтверждают необходимость формирования у лицеистов активной жизненной позиции, духовно-нравственных ценностей, связанных со спортом и самостоятельными занятиями. Так же были выбраны качества, которые считаются важными для себя: выносливость 95,5%, сила 75,5%, ловкость 68,2%, быстрота 47,3%, гибкость 41,8%, и какие качества они хотели бы в себе развить: выносливость 79,1%, сила 67,3%, ловкость 57,3%, быстрота 46,4%, гибкость 48,2%.

В то же время во мнении о том, что занятия физической культурой и спортом нужны для дальнейшего использования в жизни ответило: да – 47,3%, остальные два ответа: затрудняюсь и нет - 52,7%. Данный вопрос нам показывает, что актуальность данной проблемы остается открытым, а также требует детального изучения (рисунок 3).

Занятия физкультурой и спортом мне нужны для того, чтобы в дальнейшем использовать эти знания, навыки и умения в жизни?
110 ответов

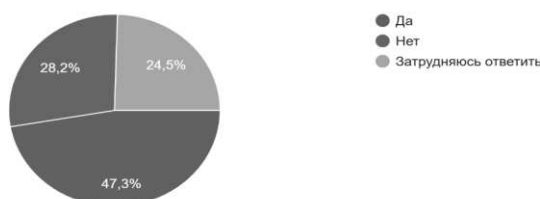


Рисунок 3 – Актуальность использования знаний, навыков, умений по физической культуре в жизни

Закключение. Анализ результатов анкетного опроса позволил отметить актуальность изучения вопроса самостоятельных занятий физическими упражнениями с лицеистами. Значимость в современном мире самостоятельных занятий физической культурой важна потому, что обучающиеся чаще находятся во взаимосвязи с компьютерами, гаджетами и другими инновациями, однако стоит помнить о важности сохранения здоровья и быть активным гражданином своей страны.

Очевидно, что реальное представление лицеистов о значимости занятий физической культурой ещё не сформировано. Безусловно, что сформировать отношение, знания, умения и навыки обучающихся к самостоятельным занятиям следует и в том числе на уроках физической культуры под контролем преподавателя. Основным критерием отношения являются примеры взрослых, спортсменов, родителей, а также интересы, потребности в сфере физической культуры и мотивация в целом.

Список литературы

1. Закон Республики Беларусь [Электронный ресурс] : 14 января 2022 г. № 154-З Об изменении Кодекса Республики Беларусь об образовании Принят Палатой представителей 21 декабря 2021 г. Одобрен Советом Республики 22 декабря 2021 г. /Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь, 31.01.2022.

2. Кобринский, М.Е. Физическая культура и здоровье учащихся. Основы знаний: пособие для учителей физ. культуры /М.Е.Кобринский [и др.]; под общ. ред. М.Е.Кобринский, А.Г.Фурманова. – Минск: МЕТ, 2011. –342 с.

УДК 796.011.3

РАЗРАБОТАННЫЕ ОЦЕНКИ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ДЛЯ СТУДЕНТОВ 1 И 2-4 КУРСОВ

Филиппов Н.Н., доктор педагогических наук, заведующий кафедрой
физического воспитания и спорта
УО «Белорусский государственный технологический университет»,
г. Минск, Республика Беларусь

Annotation. This article presents an analysis of physical fitness testing data for students at the Belarusian State Technological University. Students' physical fitness was assessed using benchmark tests, which were then used to obtain grades on a 10-point scale. The physical fitness assessments developed for first- to fourth-year students during the study enable them to pass benchmark tests in a timely manner and achieve positive grades.