

ИЗУЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

К.Н. Цырельчук, 11 класс

Научный руководитель – **А.Е. Мосиянчик**, учитель физической культуры и здоровья
Гимназии №3 имени В.З. Коржа г. Пинска

Сегодня каждый родитель стремится к тому, чтобы, начиная с раннего возраста, его ребенок рос здоровым, сильным и гармонически развитым. Физическая культура представляет собой важнейший фактор совершенствования человека, укрепления его здоровья. [1]

Основным для развития физически здорового ребенка являются движение, спортивные тренировки, физические упражнения. Под воздействием вышеизложенных сил происходит улучшение физического развития ребенка, укрепление состояния его здоровья. Что в дальнейшем создает качественную основу для интеллектуального и нравственного воспитания ребенка. [1]

Актуальность данной темы заключается в интересе педагогов, воспитателей и родителей к воспитанию здорового, сильного и гармонически развитого ребенка. Мне, как преподавателю физической культуры и здоровья в будущем, особенно интересно изучить данную тему досконально, чтобы позже осуществлять качественный образовательный процесс и подбирать исключительно подходящие упражнения для детей и подростков. На сегодняшний день данная тема несет интерес в связи с появлением большого количества исследований о отрицательном влиянии компьютеров и интернета на психику и физическое развитие ребенка. А также выявление у детей различных возрастных групп болезней цивилизации: ожирения, сахарного диабета, артериальной гипертензии.

Целью работы является изучение мнения родителей по физическому воспитанию детей 1 класса Одрижинской средней школы. В качестве источника информации выступал опросник родителей.

Физиологическую основу развития детей младшего школьного возраста (6-7 лет) составляет преобладание процесса возбуждения над процессом расслабления. Руки и ноги становятся намного длиннее и растут быстрее тела, отмечается активный рост мышечной ткани [2, с.158]. И уже к шести годам значительно увеличивается сила рук и ног. Для данной возрастной группы хороши будут плавание, гимнастика и другая физическая активность, связанная с ловкостью и координацией движений.

Основой для анализа стало анкетирование 49 родителей, чьи дети посещают первый класс.

По мнению родителей, «Здоровый ребенок» - это ребенок редко болеющий, активный, веселый, спортивный, с хорошим аппетитом, психостойчивый.

На вопрос «Часто ли ребенок жалуется на усталость, недомогание капризничает, плачет?» 2 родителя (5%) отметили, что их дети часто жалуются на усталость, недомогания, капризничают, плачут; 5 чел. (11%) – довольно часто; 23 чел. (47%) – довольно редко; редко – 19 чел. (37%).

На вопрос «Часто ли Ваш ребенок болеет?» 7 родителей (13%) ответили, что их ребенок часто болеет; 16 родителей (33%) отметили, что дети болеют довольно часто; 18 (37%) – довольно редко; редко – 8 чел. (17%).

На вопрос «Гуляют ли родители с ребенком?» ответили 48 человек положительно, что составляет (98%), отрицательно – 1 человека (2%).

На вопрос «Делают ли гимнастику с детьми» 23 (48%) опрошенных дали положительный ответ, отрицательный ответ – 26 чел. (52%), что составляет большую половину из опрошенных.

Причиной заболевания ребенка большинство родителей считают сезонные заболевания – 44 человека из опрошенных (90%) и 5 человек (10%) – недостаточного физического воспитания в семье.

30 родителей (61%) считают, что их семья придерживается правил ведения здорового образа жизни, 18 родителей (37%) – иногда, 1 человек (2%) – не придерживаются. Родители считают, что ЗОЖ – это занятия спортом, отсутствие вредных привычек, правильное питание, гигиена, прогулки на свежем воздухе, соблюдение режима, правильное питание.

12 (26%) родителей отметили, что их дети посещают секции, 20 (41%) – планируют записаться, 17 (33%) – не планируют. Родители в основном хотят отдать своих детей на такие секции: футбол, гимнастика, плавание, хоккей, танцы.

Из общего количества родителей 23 чел. (46%) занимаются спортом, а 26 чел. (54%) – нет.

У половины опрошенных родителей в квартире есть спортивный уголок или спортивный инвентарь.

75% родителей знают какие мероприятия по физическому развитию и оздоровлению детей организованы в школе, а 25 % – нет.

Исходя из вышеизложенных данных можно заметить, что родители считают, что для детей полезна физическая активность: прогулки на свежем воздухе, гимнастика. Необходимо проводить активную агитацию родителей, детей с 6 до 7 лет, для записи на кружки по плаванию и гимнастике, многие родители не знают, что именно в этом возрасте данные виды физической активности необходимы ребенку.

Большая часть родителей заинтересована в гармоничном развитии ребенка: его физической выносливости и психической устойчивости. К сожалению, 90% опрошенных считают, что болезни детей зависят от сезонных болезней. Так же только 26% родителей отвели детей на кружки и секции по физическому воспитанию и спорту, половина из опрошенных планируют в ближайшее время. Необходимо напоминать родителям об организации спортивного уголка дома, т.к. только у половины из опрошенных он есть. Четвертая часть родителей не знает об организованных кружках в школе.

Выводы:

1. Проводить на более качественном уровне педагогом просветительскую работу (родительские собрания, группы в мессенжерах) о возможном развитии физической активности.
2. Педагогам организовывать кружки, секции на базе школ.
3. Активно презентовать, проводимые в школе, секции и кружки.
4. Согласовать выбранные кружки с группой здоровья ребенка.

Список использованных источников

1. Гайнетдинова, А.М. Влияние физической культуры на детей младшего школьного возраст/ А.М. Гайнетдинова, 2020.
2. Добдонова И.Н. Возрастные особенности дозирования физической активности [<https://www.forum-nauka.ru/10-50-2020/>]// Форум молодых ученых.-2020.- №10(50) (дата публикации: 10.2020).- URL: ссылка на вашу статью (дата обращения: 27.03.2024)
3. Гелецкий, В.М. Теория физической культуры и спорта / В.М. Гелецкий. – Красноярск, 2008. – 343 с.