

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет заочного обучения

Кафедра теории и методики легкой атлетики

Заведующая кафедрой

\_\_\_\_\_ Бобкова Е.Н.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2017 г.

ОТНОШЕНИЕ УЧАЩИХСЯ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА  
К ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ И ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

(на примере средней общеобразовательной школы №12 г. Смоленска)

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель \_\_\_\_\_ Грузнов Р.В.

Научный руководитель \_\_\_\_\_ Бобкова Е.Н.

к.п.н., доцент (подпись)

Оценка за работу \_\_\_\_\_  
(прописью)

Председатель ГЭК \_\_\_\_\_ Заенчковский Э.М.  
(подпись)

Начальник  
Главного управления  
спорта  
Смоленской области

Смоленск 2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА .....	6
1.1. Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни школьников.....	6
1.2 Состояние физического воспитания в школе и факторы, влияющие на формирование активного отношения к занятиям физической культурой.....	11
1.3. Здоровый образ жизни в системе знаний современного старшеклассника.....	14
1.4.Способы повышения интереса к занятиям физической культурой и спортом.....	17
Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ....	23
2.1. Задачи исследования.....	23
2.2. Методы исследования.....	23
2.3. Организация исследования.....	25
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	26
3.1. Исследование отношения учащихся старшего школьного возраста к урокам физической культуры и здоровому образу жизни.....	26
3.2. Исследование уровня сформированности интереса к урокам физической культуры.....	34
3.3. Методика формирования активного отношения к физической культуре и физическому самосовершенствованию старшеклассников.....	38
Выводы.....	44
Практические рекомендации.....	46
Литература.....	48
Приложение.....	56

## Введение

Актуальность. Существенные изменения, которые произошли в России за последний период, оказали большое влияние на систему образования. Эффективное социальное развитие страны невозможно формировать без роста творческого и культурного потенциала ее граждан, без развития их сознательной активности, инициативы и способностей. Формирование этих и иных качеств, происходит, прежде всего, в школьные годы. Именно поэтому в настоящий момент на ключевые позиции работы школы выходят задачи развития и формирования активной личности учащихся, создания программ обучения, обеспечивающих развитие творческих способностей школьника, формирование активного отношения к физической культуре [34, 46, 57].

Здоровье человека в нашей стране остается одной из важнейших государственных проблем. Остро стоит задача охраны и укрепления здоровья школьников и учащейся молодежи.

По данным Министерства Здравоохранения Российской Федерации значительно увеличивается общая заболеваемость детей и подростков. Более 70% школьников имеют различные функциональные отклонения в состоянии здоровья, а от 7 до 10% юношей призывного возраста не пригодны к воинской службе [37, 38].

По мнению Лубышевой Л.И. [38, 40, 41] и Спирина В.К. [55], ухудшение состояния здоровья подрастающего поколения связано не только с экономическими или экологическими проблемами, но и с тем, что в обществе недооценивается роль физической культуры в оздоровлении нации. Рационально организованный двигательный режим с использованием доступных средств, форм и методов физического воспитания является важнейшим фактором укрепления здоровья и повышения работоспособности подростков с ослабленным здоровьем.

В условиях последних преобразований в области политики, экономики и особенно физической культуры и спорта, исследование проблемы

физической активности школьников приобретают особую актуальность. Перестройка образовательных учреждений требует комплексных научных исследований по проблемам физического воспитания, как важнейшего компонента гармоничного развития личности. Возрастает роль направленного воздействия на личность учащихся всех общественных институтов, науки, искусства и в особенности физической культуры, так как состояние здоровья, физическая и умственная работоспособность являются решающими факторами и ведущими предпосылками активной жизненной позиции [2, 14, 46].

Таким образом, изучение отношения школьников общеобразовательных школ к физической культуре, спорту и здоровому образу жизни не только актуально, но и имеет практическое значение, поскольку является одним из способов совершенствования системы физического воспитания школьников и оптимизации их двигательного режима.

Практическая значимость:

- информация, полученная в ходе исследования, расширяет представление о построении и способах управления физическим воспитанием в общеобразовательной школе, что позволит внести дополнения в совершенствование процесса физического воспитания в школе и привлечения школьников к активным занятиям физической культурой и спортом;

- результаты исследования можно использовать при разработке поурочных и внешкольных заданий по физической культуре старшеклассников.

Объект исследования – процесс физического воспитания учащихся старшего школьного возраста в общеобразовательной школе.

Предмет исследования – отношение учащихся старшего школьного возраста к различным формам организации физического воспитания в общеобразовательной школе.

Цель исследования - изучить отношение учащихся старшего школьного возраста к различным формам организации физического воспитания в средней общеобразовательной школе.

Гипотеза исследования – предполагалось, что построение процесса физического воспитанию школьников старших классов с учетом их потребностей и интересов будет способствовать повышению мотивации и повышению эффективности двигательной активности учащихся на уроках физической культуры.