

ОБУЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ШКОЛЕ И МЕТОДЫ ПОВЫШЕНИЯ ЕГО ЗНАЧИМОСТИ

Жонибеков Ш.Д.

*Жонибеков Шухрат Джанибекович – преподаватель,
кафедра физической культуры и спорта между факультетами, факультет физической культуры,
Гулистанский государственный университет,
г. Гулистан, Республика Узбекистан*

Аннотация: в данной статье обсуждается актуальный вопрос, связанный с нашей социальной активностью в плане образования, - речь идет о физическом воспитании. В наши дни отношение к такой пожизненной специальности настолько низкое, что иногда можно заметить, что люди не относятся к этому серьезно. «Но жизнь продолжается, люди целый день двигаются», и это уникальное определение физического воспитания. Мы изучаем этот предмет, чтобы иметь достаточно знаний о своем теле, о том, как его развивать, чтобы быть счастливыми. Автор делится мнениями о культуре физического воспитания и ее проблемах в настоящее время, а также предлагает различные способы привлечения молодежи.

Ключевые слова: физический, воспитания, обучения, школа, навыки, игровой, спорт, традиционные, моторики, культура.

Цивилизация меняется, поэтому развивает технологии для 21 века. Столетие потребует навыков, а также квалификации, о которых сейчас трудно даже подумать. Подготовка к этому и доказательство этого должны происходить через образование, и по этой причине способ обучения учеников в школах сегодня должен измениться, так как многим молодым людям сегодня не хватает соответствующего отношения и социальных навыков (например, таких навыков, как гибкость, адаптивность, пунктуальность, ответственность, креативность, а также гражданственность, самоуправление и общение должны быть улучшены). Таким образом, в этой нестабильной среде детям необходимо приобретать элементарные навыки, а не знания, и развивать отношения, позволяющие им развивать эти навыки на протяжении всей жизни. Другими словами, они должны научиться постоянно развиваться и / постоянно учиться. И это то, чем школы должны сегодня оснащать молодое поколение [1].

Что касается физического воспитания, все дети должны иметь возможность заниматься физической активностью, организуемой в школе. Это также школа, которая должна доставлять им много удовольствия, не заставляя их чувствовать себя смущенными или дразнящими со стороны других за отсутствие технических способностей. Отчасти задача школы - поддерживать их активность (а значит, и здоровье). Но, как бы просто это ни казалось, нужно помнить, что люди не принимают решение вести активный образ жизни или заниматься конкретным видом спорта в любой конкретный момент или под влиянием какого-то одного фактора. Это происходит через процесс - процесс физического воспитания, который, вероятно, является одним из самых сложных процессов, поскольку он требует сочетания педагогических навыков и знания биологической природы. Но не всегда это было так очевидно [3].

Сегодня по-прежнему, иногда и с некоторыми учителями, физическое воспитание фокусируется на упражнениях, выполняемых в авторитарном стиле. Вместо этого, он должен предоставить ученикам некоторую свободу для облегчения размышления и поведения в соответствии со своими собственными видениями и потребностями в выражении, решение проблем самостоятельно и автономно посредством создания новых игр или других форм игровой деятельности. Если бы можно было только повысить мотивацию, давая ученикам эмоционально (а в случае физического воспитания также и физически) увлекательные задачи, это привело бы к росту чувства собственного достоинства, самостоятельность и уверенность в своих способностях, связанных со спортом и здоровьем. Это не означает, что учителя должны отказаться от всех практик, обозначенных как «традиционные», поскольку наследование национальных обычаев является важной частью образования, и, следовательно, традиционные спортивные занятия также являются важной частью образования во всех его аспектах.

Физическое воспитание имеет длинный и широкий спектр традиционных форм, которые могут быть включены в образовательный процесс социализации. Здесь «традиционное» не означает просто традиционное обучение (обычно ассоциируется с непривлекательным и эмоционально, и интеллектуально нетребовательным). Хотя здесь сложно точно описать все, что можно было бы рассматривать как физическую культуру, Кирк [2] считает, что для того, чтобы подчеркнуть идею культуры (физической культуры), учеников в школах следует обучать традиционным играм, а также современным играм. Введение «экстраординарных» видов спорта и форм активности может вызвать сопротивление традиционным видам спорта, а участие в них, предлагая различные варианты выбора, создает для учеников еще одну задачу, с которой они обычно не сталкиваются.

Сегодня можно наблюдать, что ценности, когда-то разработанные и предназначенные для высших классов, были ассимилированы с ценностями, характерными для менее благородных и менее финансово независимых. Массовая популярность некоторых видов спорта вызвала изменения в характере спорта, что отражает социальные изменения в области, которую мы можем назвать «культурой физической активности». Недавние технологические революции принесли с собой средства массовой информации, и то, что когда-то было занятием спортом, отдыхом или времяпрепровождением, превратилось в то, что сейчас смотрят по телевидению. Поэтому можно задаться вопросом, есть ли какая-нибудь форма активности (например, без ее физической стороны) рассматривать как часть физической культуры? Мне не известно, но все мы знаем, как люди склонны ценить вещи, которые они получают без каких-либо усилий - «легко давай, спокойно уходи». Будет ли то же самое относиться к оценке физических усилий? Если бы не сегодня, то могло бы стать так через 30-50 лет. И что тогда с этим делать [3]?

Современная физическая культура - признанная часть человеческой жизни, ответственная не только за развитие естественных биологических predispositions и потребностей, но также за формирование определенных жизненных установок и, таким образом, играет важную роль в развитии социальных отношений, интересов и моральных ценностей.

Такое понимание физической культуры также влияет на цели физического воспитания, которое, являясь основой для будущего саморазвития, должно подчеркивать и интегрировать эти вопросы в свое обучение как никогда. Физическое воспитание с помощью педагогических методов и особый интерактивный характер отношений между учителем и учениками (в образовательной среде спортивного зала) должны быть направлены на укрепление личных качеств (убеждений, моральных ценностей, мотивов и интересов, а также моторики или спортивных навыков) при подготовке к активному образу жизни не только в школе, но и на всю жизнь человека.

Новые, оригинальные подвижные игры и спортивные состязания могут добавить изюминку в повседневное обучение, сделав его более разнообразным и ярким, и в то же время вдумчиво вовлечь учеников, поскольку им нужно уделять больше внимания тому, о чем они раньше не слышали. В общественной жизни физическая культура играет важную роль, в ней участвуют люди любого возраста по разным причинам и на разных уровнях. Большинство из них занимаются спортом исключительно в развлекательных целях и ценят более социальные аспекты спортивной деятельности в компании друзей. Занятия спортом в группах может расширить круг дружбы, объединив единомышленников. Только избранные (в большинстве своем лучше оснащенные генетически) выступают на высоком «элитном» профессиональном уровне соревнований. Но школьные программы физического воспитания должны рассчитывать на всех учащихся.

Список литературы

1. *Брэди Ф.* (1998). Теоретический и эмпирический обзор эффекта контекстной интерференции и обучения двигательным навыкам. *Квест*, 50: 255-293.
2. *Кирк Д.* (1990). Физическое воспитание, учебная программа и культура: важнейшие проблемы современного кризиса. Лондон, Фалмер Пресс.
3. *Брониковский М.* (2005). Сколько физической активности в неделю нужно для улучшения здоровья польских школьников? *Физическое воспитание и спорт*, 49: 93-97.
4. *Бункер Д., Торп Р.* (1982). Модель для обучения играм в средних школах, *Британский журнал Физического воспитания*, 13: 5-8.
5. *Чедзой Д.* (1996). Физическое воспитание для учителей и координаторов на ключевых этапах 1 и 2. Девис Фултон Публишер, Лондон.