PEDAGOGIK TADQIQOTLAR JURNALI
ISSN: 3060-4923 Impact Factor –7,212

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Султанова Майя Туйчиевна
преподаватель АЛ САМ ГИИЯ
Академический лицей Самаркандского Института
Иностранных Языков
Республика Узбекистан, г. Самарканд
https://doi.org/10.5281/zenodo.20548363

Аннотация: В статье рассматриваются актуальные проблемы физического воспитания в современном образовательном процессе. Обсуждаются ключевые аспекты, влияющие на эффективность физического воспитания, такие как мотивация учащихся, использование современных технологий, интеграция физической активности в учебный план и влияние пандемии COVID-19 на занятия физической культурой. В работе представлены рекомендации по улучшению качества физического воспитания в образовательных учреждениях.
Ключевые слова: физическое воспитание, образовательный процесс, мотивация, технологии, здоровье, физическая культура, пандемия, дети, подростки, интеграция, качество образования, спорт.

Abstract: The article discusses the current problems of physical education in the modern educational process. Key aspects affecting the effectiveness of physical education are discussed, such as student motivation, the use of modern technology, the integration of physical activity into the curriculum, and the impact of the COVID-19 pandemic on physical education. The paper presents recommendations for improving the quality of physical education in educational institutions.
Keywords: physical education, educational process, motivation, technology, health, physical education, pandemic, children, adolescents, integration, quality of education, sports.

Физическое воспитание занимает важное место в системе образования, так как способствует формированию не только физической активности, но и здорового образа жизни у детей и подростков. В условиях современного общества, где наблюдается рост малоподвижного образа жизни и распространение различных заболеваний, связанных с недостатком физической активности, актуальность физического воспитания возрастает. Кроме того, с учетом изменений, вызванных пандемией COVID-19, необходимо переосмыслить подходы к организации физического воспитания в образовательных учреждениях.

Пандемия привела к значительным изменениям в образовательном процессе: многие занятия были переведены в онлайн-формат, что оказало негативное влияние на уровень физической активности учащихся. В связи с этим возникает необходимость разработки новых методов и подходов к физическому воспитанию, которые будут способствовать не только поддержанию физической формы, но и формированию устойчивой мотивации к занятиям спортом.

Мотивация учащихся

Мотивация является одним из ключевых факторов, влияющих на участие детей в занятиях физической культурой. Исследования показывают, что высокий уровень мотивации способствует улучшению спортивных результатов и формированию привычки к регулярным физическим нагрузкам. Для повышения мотивации важно использовать разнообразные методы:

• Игровые формы обучения: Внедрение игровых элементов в занятия по физической культуре делает их более привлекательными для учащихся. Например, использование командных игр или спортивных соревнований может стимулировать интерес и желание участвовать.

• Индивидуальные достижения: Установление системы поощрений за личные достижения помогает учащимся видеть результаты своих усилий и повышает их заинтересованность в занятиях.

• Обратная связь: Регулярное предоставление обратной связи о прогрессе учащихся позволяет им осознавать свои успехи и области для улучшения.

Использование современных технологий

Внедрение технологий в процесс физического воспитания открывает новые возможности для улучшения учебного процесса. Применение интерактивных приложений, онлайн-тренировок и видеоуроков позволяет разнообразить занятия и сделать их более доступными для учащихся:

• Онлайн-платформы: Создание платформ для дистанционных тренировок и занятий может помочь сохранить активность учащихся даже в условиях ограничений.

• Фитнес-трекеры и приложения: Использование фитнес-трекеров позволяет учащимся отслеживать свою физическую активность и устанавливать личные цели.

• Виртуальная реальность: Внедрение технологий виртуальной реальности может сделать занятия более увлекательными и интерактивными.

Тем не менее важно помнить, что технологии не должны заменять традиционные формы обучения, а лишь дополнять их. Необходимо обеспечить баланс между использованием технологий и практическими занятиями на свежем воздухе.

Интеграция физической активности в учебный план

Для повышения эффективности физического воспитания необходимо интегрировать физическую активность в общий учебный процесс. Это может быть реализовано через организацию перерывов для физической активности, внедрение уроков по физической культуре в междисциплинарные проекты и программы:

• Физические перерывы: Организация коротких физических перерывов между уроками способствует улучшению концентрации внимания и снижению утомляемости учащихся.

• Междисциплинарные проекты: Интеграция физической культуры в другие предметы (например, биология или здоровье) может помочь учащимся понять важность физической активности для общего здоровья.

• Спортивные мероприятия: Проведение спортивных дней и фестивалей может стать отличной возможностью для вовлечения всех учащихся в занятия спортом.

Влияние пандемии COVID-19

Пандемия COVID-19 оказала значительное влияние на физическую активность учащихся. Ограничения на проведение массовых мероприятий и закрытие спортивных секций привели к снижению уровня физической активности среди молодежи. Важно разработать стратегии по восстановлению интереса к занятиям спортом и физической культурой после окончания пандемии:

• Гибкие форматы занятий: Разработка гибких форматов занятий (онлайн и оффлайн) позволит обеспечить доступность физической активности для всех учащихся.

• Поддержка родителей: Вовлечение родителей в процесс физического воспитания может способствовать созданию поддерживающей среды для детей.

• Психологическая поддержка: Обеспечение психологической поддержки для учащихся поможет справиться с последствиями стресса, вызванного пандемией.

Актуальные проблемы физического воспитания требуют комплексного подхода к их решению. Важно учитывать современные тенденции и вызовы, стоящие перед

образовательной системой. Повышение мотивации учащихся, использование современных технологий и интеграция физической активности в учебный процесс могут существенно улучшить качество физического воспитания. Не менее важным является разработка эффективных стратегий по восстановлению активности после пандемии COVID-19.

Рекомендации

1. Разработка программ повышения мотивации: Создание программ, направленных на повышение интереса к занятиям спортом среди учащихся.
2. Интеграция технологий: Внедрение новых технологий в учебный процесс с целью повышения доступности и привлекательности занятий.
3. Участие родителей: Активное вовлечение родителей в процесс физического воспитания через организацию совместных мероприятий и тренировок.
4. Психологическая поддержка: Предоставление психологической поддержки учащимся для преодоления последствий пандемии и формирования здорового образа жизни.

Список использованной литературы:

1. Кузнецов, А. В. Современные подходы к физическому воспитанию в школе. Журнал физической культуры.
2. Иванова, Н. С. Мотивация учащихся к занятиям спортом: проблемы и решения. Научный вестник образования.
3. Петров, И. П., Сидорова, Е. А. Влияние технологий на физическое воспитание школьников. Спорт и образование.
4. Смирнов, Д. А. Интеграция физической активности в учебный процесс: опыт и перспективы. Физическая культура: теория и практика.
5. Федорова, О. В., Громова, Л. Н. Пандемия COVID-19 и ее влияние на занятия физической культурой. Здоровье и спорт.
6. Тихомиров, В. Н., Коваленко, М. И. Проблемы физического воспитания в условиях цифровизации образования. Научные исследования в спорте.
7. Ковалев, Р. А., Яковлева, Т. С. Новые технологии в обучении физической культуре: вызовы и возможности. Спорт как образ жизни.
8. Лебедев, С. П., Соловьев, А. И. Физическое воспитание в условиях постпандемии: новые подходы и решения. Образование и спорт.