

4 511.15
4-194

АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

На правах рукописи

ЧАПЫЦИН Василий Петрович

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ
ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ
ШКОЛЬНИКОВ КРУПНОГО ГОРОДА

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания,
спортивной тренировки и оздоровительной
физической культуры

А в т о р е ф е р а т
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Минск 1993

Работа выполнена в Академии физического воспитания и спорта
Республики Беларусь.

Научный руководитель – Соколов В. А., доктор педагогических наук,
профессор

Официальные оппоненты: Куликович К. А., доктор педагогических
наук, профессор

Левшина Л. Н., кандидат социологических
наук, доцент

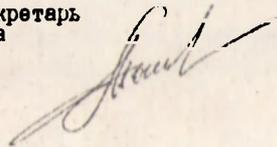
Ведущая организация – Минский радиотехнический институт

Защита состоится "20" января 1993 г. в 15.00 часов на
заседании специализированного совета Д 046.07.01 в Академии
физического воспитания и спорта Республики Беларусь (220020,
г. Минск, пр. Машерова, 105).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Академии
физического воспитания и спорта Республики Беларусь.

Автореферат разослан 14 января 1992 г.

Ученый секретарь
спецсовета



А. Н. Конников

3288/1



ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность настоящего исследования определяется обоснованием принципиально нового подхода к оценке социально-педагогической эффективности занятий физической культурой и спортом школьников. В этом подходе вместо общепринятого до настоящего времени механического учета всей суммы внешних условий (в виде наличия спортивных сооружений, их материально-технической обеспеченности, количества и квалификации педагогов в школах и пр.), как показателя постановки работы по физической культуре и спорту, оценивается конечный результат всей проводимой в этом направлении работы. Этим результатом является реальное количество занимающихся физической культурой и спортом и, главное, эффективность проводимых занятий.

Возрастающая актуальность социально-педагогических исследований обусловлена выяснением решающей роли поведения человека в формировании его здоровья. Работами Б.Ц. Урланиса (1985), *Robbins* (1976), *Летчерман* (1980) и других исследователей установлено, что здоровье человека более всего (на 49-53%) зависит от поведения человека, тогда как на долю генетических факторов приходится лишь 18-22%, влияния внешней среды - 17-20% и здравоохранения - лишь 8-10% (В.П. Лисицын, 1987).

Среди различных особенностей поведения, оказывающих существенное воздействие на здоровье растущего организма, одним из наиболее важных является двигательная активность (Р.В. Силла, 1968, 1975; А.Г. Сухарев, 1975).

Недостаток организованных занятий физическими упражнениями в периоде роста, когда организм крайне нуждается в двигательной активности, являющейся фактором полноценного развития (И.А. Арышевский, 1971, 1990; М.Р. Иоганович, 1957, 1967; А.Г. Сухарев, 1975).

1991; и др.), приводит к глубоким нарушениям формирования организма и личности, которые обрекают детей и подростков на многочисленные хронические заболевания (С.Н. Урушев, 1980; А.А. Гужаловский, 1988, 1990).

В связи с этим объектом нашего исследования является эффективность занятий физической культурой и спортом школьников крупного города. Предметом исследований – факторы и условия, определяющие эффективность этих занятий.

Таким образом, особенностью того подхода, который был использован нами при выполнении настоящей работы, было стремление расширить границы педагогического эксперимента, увязав вопросы массовости и организации занятий физической культурой и спортом с важнейшими социально-демографическими процессами, происходящими в нашем обществе в последние годы.

Среди конкретных задач, которые являются наиболее актуальными в таком поиске, важны исследования социально-педагогической эффективности занятий физической культурой и спортом в различных регионах.

Гипотезой нашего исследования в связи с этим является следующее предположение. Так как увеличение общего уровня двигательной активности несомненно составляет существенный резерв укрепления здоровья растущего организма (В.Н. Кряж, 1982; И.П. Гутько, В.А. Соколов, К.К. Забаровский, 1988), мы имели основания полагать, что на определенном уровне массовости и организации физической культуры заболеваемость наиболее динамичными, тесно связанными с двигательной активностью школьников болезнями должна проявляться в обратной зависимости от численности занимающихся физической культурой и спортом. Это дает основания предполагать, что сопоставляя наиболее значимые показатели материальной базы и массовости занятий физическими упражнениями школь-

ков, с одной стороны, и показатели оздоровительной и воспитательной эффективности этих занятий, представляется возможным выяснить те резервные, неиспользованные возможности, которые без особых трудностей могут быть реализованы в настоящее время.

Исходя из понимания возможности и своевременности обсуждаемых проблем, цель нашего исследования состояла в изучении социально-педагогической эффективности занятий физической культурой и спортом школьников и связи этой эффективности с конкретными условиями и формами массовой физкультурно-оздоровительной работы, проводимой в крупном городе.

Конкретными задачами исследований, которые обеспечили достижение поставленной цели, были:

1. Изучение количественных показателей развития сети спортивных сооружений массового типа и изменение уровня обеспеченности этими сооружениями школьников города.

2. Изучение показателей физкультурного движения в районах г.Киева и особенности их взаимосвязи с показателями развития и использования спортивных сооружений.

3. Исследование результатов сопоставления численности занимающихся физической культурой и спортом и динамики заболеваемости школьников наиболее распространенными болезнями, связанными с недостаточностью двигательной активности, для выявления возможной взаимосвязи между этими показателями.

4. Изучение показателей академической успеваемости школьников.

На основе анализа этих данных мы стремились подойти к оценке выраженной в конкретных показателях социальной роли занятий физической культурой и спортом, их массовости и эффективности как фактора борьбы с недостаточной двигательной активностью и заболеваемостью. Анализ возможных взаимосвязей между массовостью

занятий физической культурой школьников, конкретными условиями для проведения этих занятий и показателями здоровья детей и подростков может позволить рекомендовать для практической деятельности ряд ценных статистических показателей, отражающих оздоровительный потенциал физкультурно-оздоровительной работы.

Организация и методы исследований. Содержанием проведенной работы явилось исследование состояния физкультурно-оздоровительной работы в отдельных районах города в ее конкретных показателях, характеризующих материальную базу и ее использование, а также социально-педагогическую эффективность систематических занятий физической культурой и спортом. В работе мы использовали методы:

1. Анкетирования с последующим анализом состояния физкультурно-оздоровительной работы среди школьников; анкетные данные представлены более 5 тыс. респондентов.

2. Анализ данных из журналов посещаемости ДЮСШ, журналов успеваемости учащихся.

3. Собеседования с учащимися, родителями, а также преподавателями, завучами и директорами школ о состоянии физкультурно-оздоровительной работы в школах, факторах и причинах, способствующих или мешающих ее развитию.

4. Педагогический эксперимент и педагогические наблюдения.

5. Вариационно-статистический анализ различий в состоянии физкультурно-оздоровительной работы между отдельными районами города и факторов, которые определяют эти различия.

6. Корреляционный анализ с определением коэффициента корреляции "r" Браве-Пирсона. (Был применен для выяснения взаимосвязи между отдельными факторами, характеризующими состояние занятий физической культурой и спортом среди школьников, и показателями состояния здоровья и физического развития школьников.

Научная новизна настоящей работы состоит в том, что впервые

выяснены соотношения, а по ряду показателей установлена взаимосвязь между организацией и массовостью занятий физической культурой и спортом, с одной стороны, и социально-педагогической эффективностью этих занятий, с другой. Полученные факты являются основой, на которой представляется возможным обеспечить социально значимое улучшение либо усовершенствование существующей системы физической культуры и спорта школьников.

Теоретическая значимость работы состоит в обосновании взаимосвязи между, с одной стороны, уровнем массовости и организацией систематических занятий физической культурой и спортом и, с другой, улучшением здоровья школьников как общей демографической закономерности. Результаты демографических исследований взаимосвязи физкультурного движения и заболеваемости позволяют нам рассматривать массовость занятий физической культурой и спортом в условиях крупного города как один из наиболее существенных факторов укрепления здоровья детского населения.

Практическая значимость работы характеризуется прежде всего комплексом мероприятий по внедрению результатов научных исследований в практику физкультурно-оздоровительной работы, а также возможность использования полученных данных для существенного улучшения постановки работы по физической культуре и спорту в общеобразовательных и спортивных школах. На основе проведенного анализа представляется возможным не только выявить оздоровительный потенциал существующей системы занятий, но и объективизировать показатели, по которым наиболее целесообразно судить об эффективности таких занятий.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Обоснование малоэффективности занятий физической культурой и спортом школьников крупного города.
2. Критерии физкультурно-оздоровительной работы среди школь-

ников, их характеристика и взаимосвязь с динамикой физкультурного движения.

3. Выяснение потенциальных возможностей повышения социально-педагогической эффективности занятий физической культурой и спортом детей и подростков.

Объем и структура диссертации. Работа изложена на 136 страницах машинописного текста и состоит из введения, пяти глав, выводов, практических рекомендаций, описки литературы, содержащего 148 работ на русском и 44 на иностранных языках. В работе 34 таблицы и 5 рисунков.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Проведенные в наших исследованиях расчеты по обеспеченности спортивными сооружениями населения крупного города, а также практика физкультурно-оздоровительной работы ставят под сомнение достаточную научную обоснованность существующих строительных норм и правил. Так, в 1986 году, согласно расчету по существующим нормам, обеспеченность спортивными залами в г.Киеве составляла 193,8%, бассейнами - 100,8%, теннисными кортами - 95,0%. При существующих нормах обеспеченности населения спортивными сооружениями уровень обеспеченности не одинаков и изменяется от 32,9% до 382,1%. При этом следует заметить, что расчеты строительства спортивных сооружений не учитывают динамики спортивной и физкультурно-оздоровительной работы.

В практике приобщения к систематическим занятиям физической культурой и спортом значительно возросла роль материально-технической базы физкультурного движения, основой являющейся которой составляют спортивные сооружения массового типа.

Результаты исследований дадут возможность установить из

многочисленных показателей, характеризующих количественные и качественные изменения развития материальной базы физической культуры наиболее важны, позволяющие выявить взаимосвязь спортивных сооружений массового типа с динамикой физического движения.

Полученные в результате наших исследований данные согласуются с ранее установленными положениями о том, что научное планирование развития физического движения требуют учета демографического состава населения, а также научно-обоснованных нормативов строительства спортивных сооружений и оценки эффективности их работы (Б.С.Кузьмак, А.А.Осинцев, 1981 и др.).

Развитие физкультурно-оздоровительной и спортивной работы со школьниками города в 80-х годах мы исследовали, используя показатели количества занимающихся в спортивных секциях ДЮСШ групп оздоровительной направленности и сведения о выполнении норм Всесоюзного комплекса ГТО, который до последнего времени составлял основу физического движения. Изменения показателей количества значкистов БГТО среди учащихся 2,4,6,8 классов в период 1980-1990 гг. представлены в табл. I.

В период 1988-1989 гг. наблюдается достоверное ($t = 8,412$, $p < 0,001$) снижение показателей количества значкистов БГТО среди учащихся 2,4,6,8 классов, в 1989-1990 гг. этот показатель обнаруживает дальнейшее снижение ($t = 7,346$, $p < 0,001$), опускаясь до $275,66 \pm 10,23$.

Исследования показывают, что количество учащихся общеобразовательных школ, занимающихся в спортивных секциях ДЮСШ и группах оздоровительной направленности среди школьников разного возраста не одинаково.

Наибольший охват физкультурно-оздоровительной и спортивной

Таблица I

Количество значков БГТО среди учащихся 2,4,6,8 классов
/на 1000 учащихся/, $M \pm m$

Годы	Среднестатистические показатели	Достоверность различий между смежными годами	
		t	p
1980	647,458 \pm 25,106		
1981	755,625 \pm 20,438	3,3410	< 0,01
1982	911,483 \pm 18,808	5,6114	< 0,001
1983	872,675 \pm 21,149	1,3711	> 0,2
1984	902,583 \pm 17,759	1,0829	> 0,2
1985	901,583 \pm 17,115	0,0405	> 0,5
1986	737,325 \pm 32,237	4,5003	< 0,001
1987	657,158 \pm 24,099	1,9917	> 0,05
1988	651,175 \pm 26,57	0,1667	> 0,5
1989	400,328 \pm 13,537	8,412	< 0,001
1990	257,657 \pm 10,233	7,346	< 0,001

работой приходится на возраст 13 лет (6 кл.) $47,7 \pm 5,811$, а наименьшее количество - на возраст 15 лет (8 кл.) - $28,8 \pm 3,303$ и 16 лет (9 кл.) - $30,9 \pm 6,393$.

Сравнительно большой охват школьников начальных классов (до 43,2%) физкультурно-оздоровительной работой следует отнести за счет проводимого часа "здоровья" в группах продленного дня, а возрастающую физическую активность учащихся 10-х классов - за счет участия в работах клубов военно-патриотической спортивной направленности (юные десантники, клуб интернационалистов, пограничников и т.д.), а также занятия в секциях физкультурно-оздоровительных кооперативов (ритмической гимнастики, индийской йоги, китайской гимнастики у-шу).

Охват учащихся спортивной и физкультурно-оздоровительной

II

работой в разных возрастных группах составляет от $26,8\% \pm 3,303$ до $47,7\% \pm 5,811$.

Исследование количественных показателей занимающихся в группах оздоровительной направленности школьников и использования спортивных сооружений позволило выявить динамику взаимосвязи развития материальной базы физической культуры и физкультурного движения.

Совершенно очевидно, что при хорошей организации физкультурно-оздоровительной работы во всех ее звеньях показатели физкультурного движения, представленные количеством занимающихся в группах оздоровительной направленности, спортивных секциях и численностью сдающих нормативы комплекса ГТО, должны находиться в тесной взаимосвязи, а показатели развития материальной базы физической культуры должны находить свое отражение в динамике физкультурного движения.

Более того, сопоставляя эти различные показатели физкультурного движения, можно оценить уровень его организации и обнаружить - если корреляционные связи на каком-то этапе не соответствуют - "сбои", нарушения определенной стороны или звена, организационной деятельности.

Изучение корреляционной связи показателей массовости школьников, занимающихся оздоровительными формами физической культуры и сдающих нормативы комплекса ГТО, позволяет оценить состояние организационной работы в этой области. Следует считать достоверным, что в своей теоретической основе комплекс ГТО представляет достаточно обоснованной программой всестороннего физического развития организма. Ясно также, что при надлежащем использовании материальной базы физкультурного движения, улучшении показателей

физической подготовленности детей и подростков, предусмотренных нормативами комплекса ГТО, увеличение массовости занятий физической культурой должно сопровождаться повышением показателей сдачи норм этого комплекса.

Результаты проведенного анализа, тем не менее, обнаружили отсутствие взаимосвязи между тремя важнейшими сторонами физкультурно-оздоровительной работы среди школьников: изменением материальной базы физической культуры и спорта, развитием физкультурного движения, улучшением физического развития и состоянию здоровья детей и подростков. Обнаруженные несоответствия проявляются во всех анализируемых звеньях физкультурно-оздоровительной работы в виде положительной /+/ или отрицательной /-/ корреляционной зависимости между показателями количества значкистов ГТО и использованием спортивных сооружений, количеством занимающихся в группах оздоровительной направленности и количеством значкистов ГТО, между количеством значкистов ГТО и отставанием в физическом развитии школьников.

Мы полагаем, что пересматривая организацию и методы физкультурно-оздоровительной работы среди школьников на совершенно объективной основе, руководствуясь не идеологическими догмами, а научно обоснованными критериями здоровья и гармонического развития, все же нет оснований полностью отказываться от всего того, что составляет работу по комплексу ГТО. Ряд организационно-методических положений этой работы при повышении ее оздоровительной направленности и использовании разнообразных форм занятий, соответствующих интересам занимающихся могут быть с успехом использованы и сегодня (С.К.Бальсевич, 1981, 1988; А.А.Гужаловский, 1977, 1990; А.А.Гужаловский, Е.Н.Ворсин, 1988; А.Г.Сухарев, 1975,

1991 и др.) .

В настоящий период происходит расширение сферы действия физической культуры и спорта. Глубокие преобразования в развитии нашего общества требуют нового понимания роли физической культуры и спорта, осмысления их нового социального статуса и назначения.

Использование социально-педагогического подхода в исследовании эффективности занятий физической культурой и спортом мы видим в формировании механизмов реализации на практике социальных функций физической культуры, приоритета социально значимых ценностей личности и общества.

При сравнительном анализе результатов наших исследований, основанных на статистических данных изучения здоровья и физического развития школьников и данных научных экспериментов, проведенных в разных регионах нашей страны и за рубежом, можно отметить большую распространенность заболеваний, связанных с двигательной недостаточностью, выраженную тенденцию к их увеличению в период 1960-1990 годов при значительном диапазоне показателей заболеваемости. Отмеченный факт свидетельствует не только о различии и выявлении нарушений в состоянии здоровья школьников, но и, помимо этого, о различных научно-методических критериях их диагностики (Р.А.Каложная, 1977, 1980 и др.) .

Профилактические медицинские осмотры детей 7-летнего возраста, поступающих в I класс, свидетельствуют о том, что одним из наиболее часто встречающихся отклонений в состоянии здоровья являются нарушение осанки, сколиоз, отставание в физическом развитии. Частота этих нарушений детей 7-летнего возраста в период 1960-1990 гг. увеличивается.

Показатели нарушения осанки в этот период наиболее высоки и имеют тенденцию к росту. Число их на 1000 школьников растет от $16,57 \pm 2,19$ (1980 г.) до $62,99 \pm 9,76$ (1990 г.).

Показатели отставания в физическом развитии также имеют общую тенденцию к повышению с $5,23 \pm 0,90$ (1980 г.) до $7,51 \pm 1,56$ (1990 г.).

За изучавшееся десятилетие особенно резкий рост численности сколиозов у школьников, поступающих в I класс, отмечается в начале изучавшегося периода, когда с каждым годом практически вдвое растет число детей с этими нарушениями (табл. 2).

Таблица 2

Частота выявленных по пятилетним периодам у первоклассников случаев сколиоза, на 1000 осмотренных, $M \pm m$

Годы	Показатели частоты нарушений	Достоверность различий t и p
1980	$1,342 \pm 0,231$	-
1985	$5,608 \pm 1,300$	с данными 1980 г. $3,23 < 0,01$
1990	$7,242 \pm 1,451$	о данными 1985 г. $0,84 > 0,2$ о данными 1990 г. $4,02 < 0,001$

Показатели отставания в физическом развитии школьников, как видно из табл. 3, увеличиваются с $4,37 \pm 0,75$ (1980 г.) до $6,98 \pm 0,55$ (1990 г.), т.е. более чем в 1,5 раза (на 160%). Это возрастание характеризуется резко выраженной статистической достоверностью ($t = 3,03$; $p < 0,01$).

Исследования показателей частоты заболеваний органов дыхания, пищеварения, сердечно-сосудистой и нервной системы школьни-

ков I-8 классов (на 1000 осмотренных) позволили изучить их изменения в период 1980-1990 гг.

Показатели заболеваний органов дыхания наиболее высоки и составляли в 1980 г. $28,53 \pm 2,37$. С 1982 г. по 1985 г. наблюдается снижение показателя до $21,65 \pm 1,75$ и последующее повышение до $29,32 \pm 3,23$ в 1990 г.

Таблица 3

Частота отставаний в физическом развитии школьников
/на 1000 осмотренных/, $M \pm$

Годы	Показатели частоты нарушений	Достоверность различий по отношению к предыдущему году	
		t	p
1980	$4,367 \pm 0,750$	-	-
1981	$4,450 \pm 0,576$	0,088	> 0,5
1982	$4,583 \pm 0,609$	0,159	> 0,5
1983	$4,558 \pm 0,416$	0,034	> 0,5
1984	$5,158 \pm 1,010$	0,549	> 0,5
1985	$6,517 \pm 1,151$	0,867	> 0,2
1986	$5,725 \pm 0,764$	0,573	> 0,5
1987	$7,658 \pm 0,563$	2,037	< 0,05
1988	$5,417 \pm 0,754$	2,381	< 0,05
1989	$6,221 \pm 0,697$	0,783	> 0,2
1990	$6,978 \pm 0,548$	0,853	> 0,2

Заболеваемость сердечно-сосудистой системы и нервной системы незначительно снижается к 1990 г., имея более высокие показатели распространенности в расчете на 1000 осмотренных, чем показатели случаев сколиоза и отставания в физическом развитии.

Показатели заболеваний органов пищеварения школьников в 1980 г. составляли $15,7 \pm 1,03$, уступая показателям органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной системы и повысились в 1990 г. до своей максимальной величины - $31,92 \pm 1,96$. Отмечен-

ное возрастание заболеваемости выражено настолько значительно, что существенные различия обнаруживают показатели в интервале 1-2 лет или даже показателей "соседних" лет.

Анализ показателей частоты выявленных отклонений в состоянии здоровья школьников (I-8 кл.) в период 1980-1990 гг. (на 1000 осмотренных) показал, что наиболее высокая распространенность анализируемых нами нарушений относится к нарушению осанки - до $84,72 \pm 4,05$ в 1989 г., заболеваниям органов дыхания $29,75 \pm 2,83$ в 1989 г., заболеваниям органов пищеварения - $31,921 \pm 1,98$ в 1990 г.

Исследования показателей наиболее распространенных заболеваний в период 1980-1990 гг. к уровню 1980 года, принятому за 100%, указывают на их увеличение.

Обращают на себя внимание высокие показатели сколиоза среди учащихся 7-летнего возраста, поступающих в I класс. В 1988 году их показатель достиг 640,2% увеличения к исходному уровню.

Показатели распространенности заболеваний органов пищеварения среди учащихся I-8 классов в период 1980-1990 гг. отличаются значительным ростом, который в 1990 г. достигает наибольшей величины - 203,3%. Количество школьников (I-8 кл.), отстающих в физическом развитии, возрастает за десятилетний период до 159,8%.

Показатели детей 7-летнего возраста, поступающих в I класс и отстающих в физическом развитии имеют тенденцию к увеличению со 111,7% (1981 г.) до 143,4% в 1990 году.

Исследуя показатели взаимосвязи между массовостью физкультурного движения с частотой некоторых заболеваний среди школьников мы полагаем, что коэффициенты корреляции, характеризующие эту взаимосвязь должны быть представлены показателями их обратной зависимости. При исследовании показателей различных заболе-

ваний должна проявляться прямая корреляционная зависимость между ними, связанная с современными представлениями о здоровье как состоянии высокой жизнеспособности, сопротивляемости неблагоприятным влияниям и болезням, как внешнем выражении снижения этой сопротивляемости (Н.М.Амосов, 1990; И.В.Муравов, 1989 и др.).

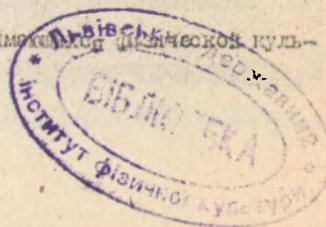
Отличительной особенностью исследуемых корреляционных взаимосвязей является взаимосвязь отставания в физическом развитии школьников (1-5 кл.) с заболеваниями сердечно-сосудистой системы.

Эта взаимосвязь проявляется прямой корреляционной зависимостью показателей отставания в физическом развитии школьников с частотой заболеваний сердечно-сосудистой системы на всем десятилетнем периоде с 1980 по 1990 гг., Наибольшие значения показателей взаимосвязи отставания в физическом развитии школьников и заболеваний сердечно-сосудистой системы отмечаются в 1980 г. $r = 0,632$, в 1981 г. $r = 0,517$, в 1983 г. $r = 0,419$.

3288/1
Результаты наших исследований указывают на то, что школьная дезадаптация становится в последние годы все более частой. Число школьников, плохо переносящих учебные нагрузки, возрастает и составляет от 10,2 до 25,6% среди занимающихся физической культурой и спортом и от 24,2 до 44,2% среди не занимающихся физической культурой.

Полученные данные находят свое подтверждение в показателях успеваемости по общеобразовательным предметам детей 7-летнего возраста, поступающих в I класс и школьников в пубертатном периоде.

Для поступления в школу детей, занимающихся физической культурой



турой количество плохо адаптирующихся к учебным нагрузкам не превышает $10,19 \pm 3,21\%$. Количество детей плохо адаптирующихся к учебным нагрузкам среди не занимающихся физической культурой составляет соответственно $24,17 \pm 4,97\%$, т.е. больше в 2,4 раза. Изменения показателей занимающихся на "удовлетворительно" характеризуются величинами от $10,195 \pm 3,21\%$ (1 кл.) до $25,553 \pm 6,722$ (10 кл.) - из числа учащихся, занимающихся физической культурой.

Среди школьников, не занимающихся физической культурой и спортом, имеющих оценку "удовлетворительно" по общеобразовательным предметам, величина показателей изменяется в пределах от $18,058 \pm 4,166\%$ (3 кл.) до $44,2 \pm 5,022$ (8 кл.).

Простое расширение объема двигательной активности не решает задачу улучшения адаптации детей к учебным нагрузкам. Вот почему необходим поиск и использование средств, которые могли бы обеспечить приспособление (адаптацию) детей к учебным нагрузкам, предотвратить их неблагоприятное влияние на организм. Эту роль может и должен выполнить активный отдых (И.В.Муравов, 1975; А.А.Гужаловский, 1988; А.А.Гужаловский, 1990).

Как видно из проведенных нами исследований, эффективным средством в профилактике и лечении наиболее распространенных заболеваний, развивающихся вследствие недостатка двигательной активности школьников, могут стать физическая культура и спорт, резервные возможности которых, связанные с массовостью и хорошей организацией занятий, использованы далеко не полностью.

Направленность физической культуры на укрепление здоровья подрастающего поколения отражает одну из ее социальных функций. Оздоровительная направленность физической культуры является выражением достижений мировой педагогической мысли, рассматривав-

шей здоровье как важнейшее индивидуальное и общественное благо, в обеспечении которого исключительное значение имеют специально организованные занятия физической культурой.

Именно с этой позиции заслуживает особого внимания результаты демографического анализа, характеризующие заболеваемость.

Ранее установленные закономерности и связи между двигательной активностью и состоянием здоровья учащихся, их работоспособностью и успеваемостью (М.В. Антропова, 1968; И.А. Аршавский, 1967, 1971; Г.П. Сальникова и др., 1974; Г.Н. Сердюковская, 1979), благотворным влиянием систематических занятий физической культурой и спортом на физическое развитие и функции растущего организма (А.Г. Сухарев, 1975, 1991; Р.В. Силла, 1975; В.П. Стакионене, В.Ч. Нольбекене, 1983; В.К. Бальсевич, 1988, 1989) нашли подтверждение в результатах наших исследований, проведенных на больших социально-демографических группах крупного города.

ВЫВОДЫ

1. Результаты демографических исследований взаимосвязи физкультурного движения и заболеваемости позволяют рассматривать массовость занятий физической культурой и спортом в условиях крупного города как один из наиболее существенных факторов укрепления здоровья школьников.

2. Существующие критерии деятельности физкультурных организаций по традиционным показателям (число значков ГТО, разрядников, занимающихся в секциях и т.д.) не позволяют в достаточной степени определить эффективность их работы. Более объективными являются показатели, отражающие конечный результат работы и основные функции физической культуры.

3. Демографический анализ эффективности физической культуры и массового спорта по конечным результатам их влияния, прак-

де всего оздоровительным и воспитательным, позволяет разработать критерии, которыми следует руководствоваться при планировании физкультурного движения в условиях крупного города.

4. Особенностью настоящего этапа физкультурного движения в условиях крупного города является формирование взаимосвязи между систематическими занятиями физической культурой и укреплением здоровья занимающихся.

5. На определенном уровне массовости физической культуры заболеваемость школьников наиболее динамичными, тесно связанными с образом жизни (особенно с двигательной активностью) болезнями оказывается в обратной зависимости от численности занимающихся физической культурой и спортом.

6. Особого внимания при планировании физкультурного движения заслуживают:

- физическая культура детей, начиная с самого раннего возраста, которая должна не только обеспечить всестороннее развитие, повысить сопротивляемость к неблагоприятным факторам внешней среды, но и сделать двигательную активность устойчивой потребностью растущего организма;

- активный отдых в режиме учебы, обеспечивающий стимуляцию работоспособности и улучшение состояния организма школьников;

- массовый спорт, который по своему оздоровительному потенциалу существенно превосходит возможности так называемой "оздоровительной" физкультуры.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

В результате научных исследований нами была разработана и внедрена в практику физкультурно-оздоровительной работы программа комплексного оздоровления детского населения г. Киева и улучшения здоровья детей и подростков средствами физической культуры.

Основные разделы программы:

А. Укрепление здоровья и улучшение физического развития дошкольников.

А1. Внедрение в дошкольных учреждениях физкультурно-оздоровительных мероприятий.

А2. Включение в рацион питания детей в дошкольных учреждениях продуктов повышенной биологической ценности и биостимуляторов.

А3. Формирование у детей дошкольного возраста навыков здорового образа жизни и профилактики заболеваний.

Б. Укрепление здоровья и улучшение физического развития школьников.

Б1. Внесение коррективов в программы физической культуры школьников с целью повышения их оздоровительной эффективности.

Б2. Обучение школьников простейшим навыкам самоконтроля и профилактики заболеваний.

Б3. Включение в режим общеобразовательных уроков физкультминутки и микропауз активного отдыха.

Б4. Включение в рацион питания школьников продуктов повышенной биологической ценности и биостимуляторов.

Б5. Создание сети простейших плоскостных спортивных сооружений.

Б6. Оборудование центров здоровья, оздоровительных площадок и кабинетов здоровья в населенных пунктах тренажерной техникой, обеспечивающей оздоровительные эффекты. Обеспечение их методическими рекомендациями по рациональному использованию тренажеров.

Б7. Осуществление рекомендаций по стимуляции функций растущего организма детей и подростков за счет активизации двигательного режима.

Б8. Формирование психоэмоциональной устойчивости за счет психорегулирующих воздействий.

Б9. Осуществление рекомендаций по рациональному питанию в условиях школы и детских дошкольных учреждений.

Б10. Осуществление рекомендаций по активному отдыху и закаливанию.

В. Осуществление мероприятий, направленных на элиминацию радионуклидов и повышение защитных сил организма детей и подростков, проживающих в районах, пострадавших от Чернобыльской аварии.

В1. Обеспечить выявление и контроль за дозовологическими состояниями у лиц, подвергшихся воздействию малых доз ионизирующей радиации.

В2. Осуществление рекомендаций по повышению защитных сил организма за счет психорегулирующих воздействий и использования физических факторов среды.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Рекомендации по использованию нестандартного оборудования в организации учебно-воспитательного процесса в школе: Методические рекомендации / В.И.Бабак, В.П.Федоровская, В.П.Чаплигин.- Киев: Киевокиевский городской ин-т усовершенствования учителей, 1988.- 23 с.

2. Муравов И.В., Обибок В.Н., Федоровская В.П., Чаплигин В.П. Здоровье, физическая культура и социально-экономическое развитие // Научно-педагогические проблемы физической культуры и спорта в свете основных направлений перестройки высшего и среднего образования в республике.- Иваново-Франковск, 1988.- С.148-150.

3. Федоровская В.П., Чаплигин В.П. Соотношения между мате-

риальной базой физкультурного движения, его массовости и некоторыми показателями здоровья населения СССР // Физическая культура и здоровый образ жизни: Тезисы Всесоюзной научно-практической конференции. - М., 1990. - С. 85-86.

4. Федоровская В. П., Чаплыгин В. П. Демографический анализ влияния уровня развития физической культуры на здоровье населения региона // Физическая культура и здоровый образ жизни: Тезисы Всесоюзной научно-практической конференции. - М., 1990. - С. 196-197.

5. Муравов И. В., Чаплыгин В. П. и др. Стимуляция энергетики организма в стратегии борьбы с заболеваниями и укрепления здоровья // Актуальные вопросы теоретической и практической медицины: Труды Крымского мединститута. - Симферополь, 1991. - Т. 130. - С. 260-265.

В. Чаплыгин