

4511.148
А38

**ВСЕРОССИЙСКИЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

На правах рукописи

АКБАРОВ Анвар Тожиматович

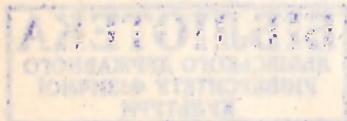
**ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ В МНОГОДЕТНЫХ СЕМЬЯХ УЗБЕКИСТАНА**

Специальность 13.00.04 — Теория и методика физичес-
кого 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

А. Акбаров



Москва — 1994 г.

Работа выполнена во Всероссийском научно-исследовательском институте физической культуры и спорта.

Научный руководитель: кандидат философских наук,
старший научный сотрудник
ПОНОМАРЧУК В. А.

Официальные оппоненты: доктор педагогических наук,
профессор
ВЕРХОШАНСКИЙ Ю. В.

кандидат педагогических наук,
доцент ГОШНЯЦ С. А.

Ведущая организация — Смоленский государственный
институт физической культуры.

Защита диссертации состоится « 21 » 09 1994 г.
в 15³⁰ час. на заседании Специализированного совета К.
046.04.01 Всероссийского научно-исследовательского института
физической культуры и спорта по адресу: Москва, ул. Ка-
закова, 18.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке
ВНИИФК.

Автореферат разослан « 15 » 08 1994 г.

Ученый секретарь
Специализированного Совета,
кандидат педагогических наук,
старший научный сотрудник

А. Д. КОМАРОВА,



3528

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. Проводившаяся в условиях авторитарной власти государственная политика в сфере физической культуры и спорта не предусматривала ни учета индивидуальных особенностей занимающегося, ни учета региональных особенностей. Лишь начиная с 80-х годов интересы спортивной науки обратились к проблеме изучения вопросов, потребностей населения конкретных регионов в сфере физкультурно-спортивной активности с учетом национально-бытовых и климато-географических особенностей, при этом даже в этих исследованиях в поле зрения не всегда попадали контингенты, которые не были в достаточной мере вовлечены в физкультурно-спортивную активность. В первую очередь к таковым следует отнести контингент многодетных семей.

Таким образом, существовавшее в неявной форме научное противоречие — большие потребности в индивидуализации процесса формирования физической культуры при неразработанности научно-методического обеспечения указанного процесса — приобрели достаточно четкие и явные очертания.

Учитывая изложенное выше формировавшееся к середине 70-х годов концепции единой государственной системы физического воспитания населения СССР уже с самого начала разработки ее основ требовала содержательной доработки и идейной переориентации. Однако, это было невозможно без конкретных социальных, социологических и социально-психологических исследований в отдельных регионах страны, таковые и были осуществлены к концу 80-х годов. К этому же времени в спортивной педагогической науке произошла определенная переориентация научно-методических разработок и исследований. Так, совместными усилиями ученых ВНИИФК и Министерства просвещения была разработана концепция формирования физической культуры молодежи в условиях регламентированных занятий физической культурой в учебных заведениях разного типа. Однако, это были лишь принципиальные основы, вслед за которыми необходимо было развернуть процесс разработки методических и содержательных исследований для конкретных регионов страны.

Учитывая специфические условия Востока в целом и Узбекистана в частности, важно было обратиться к проблеме формирования физической культуры женщины, а поскольку для

этого региона характерна многодетность, то в качестве актуальной неотложной задачи перед исследователями встала проблема изучения сформированности физической культуры личности женщины Востока, сформированности физической культуры коренного населения Узбекистана и реализации физкультурной образованности в повседневной практике семейного быта.

Содержательное решение проблемы формирования физической культуры однако сдерживалось вследствие недостаточного внимания к разработке общетеоретической проблематики физической культуры и нередко под процессом формирования таковой понималось физическое воспитание в узком смысле: практически все сводилось к повышению упомянутой физической подготовленности детей и подростков. Однако, попытка решить частные проблемы без решения проблем общих оказалась малоэффективной. В многочисленных исследованиях было установлено, что осуществляемый в регламентированных формах по единой программе процесс физического воспитания не позволяет добиться достижения уровня должных норм физической подготовленности. Поэтому важно было найти рациональные пути повышения содержательности и эффективности педагогического процесса формирования физической культуры, причем физической культуры личности подрастающего поколения.

Решение этой проблемы, на наш взгляд, можно было добиться лишь путем сочетанного воздействия на педагогический процесс в регламентированных формах за счет его целевой переориентации с учетом национально-бытовых, культурно-исторических и климато-географических особенностей и на формирование семейной физической культуры. Эта проблема представлялась достаточно актуальной и стала центром внимания нашего исследования, поскольку только в этом случае можно содержательно решить указанное выше научное противоречие.

Цель исследования — повышение эффективности процесса формирования физической культуры личности подростка в условиях многодетных семей Узбекистана на базе выявления особенностей образа жизни, а также мотивационно-управленческой сферы детей и их родителей в аспекте физического совершенствования.

Рабочая гипотеза заключалась в предположении о необходимости целевой переориентации физического воспитания в школе на формирование физической культуры личности, включающей процесс повышения физкультурной грамотности учащихся и переориентации их потребностно-мотивационной сферы на повседневные самостоятельные занятия в условиях семейного быта с учетом климатических и культурно-исторических региональных особенностей.

Объект исследования — многодетные семьи Узбекистана.

Предмет исследования — процесс формирования физической культуры личности детей и подростков в многодетных семьях.

В исследовании были поставлены следующие **задачи**:

1. Выявить запросы, интересы и особенности оздоровления образа жизни многодетных семей Узбекистана в сфере физической культуры.

2. Определить перспективные подходы, средства и методы формирования физической культуры в многодетных семьях.

3. Экспериментально апробировать методику формирования физической культуры в многодетных семьях Узбекистана и на этой базе разработать практические рекомендации по методическому обеспечению указанного методического процесса.

При решении задач использовались следующие методы исследования:

- теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы;
- педагогическое тестирование физической подготовленности;
- социологические и социально-психологические методы в форме анкетирования и стандартного интервью;
- педагогический эксперимент;
- методы математической статистики.

Организация и контингент исследования: основное исследование проводилось поэтапно в Узбекистане, прежде всего в гг. Фергане, Маргилане и Ферганской области.

На первом этапе было принято активное участие во Всеузбекском исследовании запросов и потребностей населения

Узбекистана в качестве организатора и интервьюера в Ферганской области, проведенного в 1988—1989 гг.

По результатам этого исследования нами была разработана специальная анкета для выяснения особенностей физической культуры многодетных семей, по которой была опрошена 421 женщина, проживающая в городах и сельской местности Ферганской области (второй этап).

На третьем этапе была разработана программа по формированию физической культуры в многодетных семьях, реализованная в 1990—1992 гг. (четвертый этап исследования). На этом этапе в работу были вовлечены учащиеся педагогического и медицинского училищ г. Маргилана. Всего в педагогическом эксперименте приняло участие 182 человека.

Научная повизна диссертационного исследования состоит в том, что работы по формированию физической культуры в условиях многодетных семей не только в Узбекистане, но и в других странах СНГ практически отсутствуют, а также в том, что в работе с принципиально новых позиций рассматриваются проблемы формирования физической культуры в многодетных семьях и на этой базе в соответствии с региональными условиями разрабатываются методические основы повышения эффективности педагогического процесса по физическому воспитанию подростков в Узбекистане; выявлении особенностей оздоровленности образа жизни, физического состояния и потребностно-мотивационной сферы многодетных матерей Узбекистана; определении перспективных путей, средств и методов внедрения физической культуры в быт многодетных семей и формирование у них физической культуры личности.

Теоретическая значимость диссертационного исследования заключается в обосновании новых принципов и новом подходе к решению проблемы повышения эффективности процесса физического воспитания в школе на базе реализации идеи переориентации целевой установки и программно-методического обеспечения академических занятий с учетом региональных особенностей и на этой базе повышения эффективности формирования физической культуры многодетных семей.

Практическое значение работы состоит в разработке практических рекомендаций по внедрению авторской методики формирования физической культуры многодетных семей.

На защиту выносятся следующие **основные положения**:

1. Общее снижение качества населения, выражающееся в ухудшении состояния здоровья и физической подготовленности, во многом связано с недостаточным вниманием к разным аспектам региональных особенностей при осуществлении процесса физического воспитания: климато-географических, национально-бытовых и культурно-исторических.

2. Содержательной особенностью процесса формирования физической культуры в многодетных семьях Узбекистана является учет инвертированного характера двигательной активности населения, связанным с условиями жаркого климата, специального внимания к игровым формам физкультурной активности, предусматривающим в процессе игры взаимодействие разных возрастных контингентов, в процессе которого передается опыт от старших к младшим и вырабатывается установка на физкультурную активность, обучение статическим упражнениям и упражнениям системы йогов, минимизирующим двигательную активность и тем самым энергопродукцию во время занятий физическими упражнениями.

3. Авторская методика, обеспечивающая комплексный подход к решению проблемы формирования физической культуры в многодетных семьях с привлечением к участию в педагогическом процессе медицинских и педагогических кадров.

Структура диссертационной работы. Диссертация изложена на 172 страницах машинописного текста. Состоит из введения, четырех глав, выводов, практических рекомендаций, списка использованной литературы (132 источника, из них 3 — зарубежных) и приложений. В тексте диссертационной работы приводятся 18 таблиц. Приложение состоит из 2 анкет и 2-х актов внедрения.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

1. Физическая культура и спорт в Узбекистане

Мы обратились прежде всего к изучению потребностей населения Узбекистана в сфере физической культуры, а также особенностям физической культуры многодетных семей Узбекистана. Это было важно, поскольку для осуществления правильной политики планирования сферы физической культуры важно знать реальное положение дел в этой области. Решение проблем «на глазок» в условиях экономической и политической перестройки общества стало невозможным, в связи

с чем резко возросла роль социологических исследований. Поэтому вначале важно было рассмотреть общие проблемы физической культуры Узбекистана в качестве фоновых показателей с тем, чтобы в дальнейшем исследовать особенности формирования физической культуры в многодетных семьях и на этой базе разработать подходы к программно-методическому обеспечению этого процесса. Было выявлено, что занимающиеся далеко не всегда имеют достаточный уровень физкультурной образованности и потому не обеспечивают должный методический уровень самостоятельных занятий. Свидетельство тому факт, что более половины занимающихся вообще не осуществляют самоконтроль во время занятий физическими упражнениями. Даже самые образованные в общем плане контингенты — студенты и служащие — в лучшем случае лишь в 15-23% случаев регулярно проводят таковой во время своих занятий. В этой связи одна из актуальнейших и важнейших задач деятельности органов сферы физической культуры и спорта, всех ее работников — повышение методической грамотности занимающихся. В ходе исследования значительное внимание было уделено проблемам двигательных режимов. Следует сразу отметить, что рационального двигательного режима, который по расчетам специалистов составляет 6-8 часов для самостоятельного населения и не менее 8 часов для старшеклассников, придерживается не более 10% контингента в целом и всего около 5% представителей старших возрастных групп. Менее 3 часов двигательный недельный режим отмечается у 90% рабочих и служащих, 75% учащихся и студентов, 85-90% — пенсионеров и домохозяйек.

В ходе исследования выяснилось, что с оптимизацией двигательного режима занимающиеся физическими упражнениями организуют таковые более упорядоченно, отдавая предпочтение занятиям после трудового дня: при режиме 1-3 часа перед работой занимаются 32,9%, после нее сразу — 10,6%, и 29,0% предварительно зайдя домой, тогда как при режиме около 6 часов соответственно 41,7; 16,3 и 34,1%. В последней группе почти вчетверо меньше тех, кто не имеет определенного места в режиме дня для занятий физическими упражнениями — 6,3% и 23,0%.

Больше внимания контингент с рациональным двигательным режимом уделяет и проблеме медицинского обеспечения

своих занятий: если лица с двигательным режимом 1-3 часа систематически проходят медосмотр по поводу своих занятий в 8,7% случаев и от случая к случаю еще 16,2%, то с рациональным режимом — соответственно 19,6 и 25,9%. Вообще же не проходили медосмотра среди первых 45%, среди вторых — 39,7%.

Следует также подчеркнуть, что медосмотры указанные контингенты проходят по разному: с недостаточным двигательным режимом — в специализирующихся учреждениях (врачебно-физкультурный диспансер, по месту занятий) практически вчетверо реже, чем контингент с рациональным двигательным недельным режимом.

Существенно различно в этих группах и отношение к методическому обеспечению занятий. Так, самоконтроль постоянно осуществляет лишь 13,6% лиц с недостаточным двигательным режимом, тогда как их оппоненты практически вчетверо чаще (38,7%), вообще же не прибегают к этому, 31,6% среди первых и всего 12% среди вторых.

Рассмотрение указанных выше моментов физической культуры населения Узбекистана, его запросов и потребностей в сфере физкультурно-спортивной активности дало отчетливое понимание того, что в этой области необходима специальная работа. Причем эта работа может стать эффективной лишь при условии учета интересов и запросов конкретных социально-демографических групп.

В то же время проблемы, характерные для многодетных семей в этом исследовании не затрагивались. В основном исследователей интересовала проблема различия между коренным и некоренным населением и по признакам «пол» и «возраст». В этой связи полученные представления о характерных особенностях физической культуры как общественного явления можно было считать только базой, правда хорошей базой, для проведения дальнейших специальных исследований.

Нацеленные в ходе этого исследования «болевые точки» позволили заметить специальный круг проблем целенаправленно разработать инструментарий для изучения вопросов формирования физической культуры в многодетных семьях. При этом мы исходили из того, что уже в достаточной степени определялись объективные и относительно стабильные для региона субъективные факторы. Правда последние нуждались в определенной конкретизации по отношению к контингенту многодетных матерей и многодетных семей в це-

лом. В первую очередь важно было выяснить, каково влияние ближайшего окружения многодетных матерей на их физкультурно-спортивную активность, а также выявить особенности отношения их самих и ближайшего окружения к физической культуре в целом и к физкультурно-оздоровительным занятиям, в частности. Важно было также выяснить, какую роль играют регламентированные занятия в школах (поскольку в сельской местности, как правило, вряд ли можно встретить многодетных матерей с образованием выше среднего) на состояние здоровья, подготовленность матерей к ведению физкультурно-оздоровительной работы с собственными детьми, да и на подготовленность к собственным занятиям в дальнейшем периоде жизни. Важно было также выявить ценность конкретных источников информации и частоту их использования для повышения своей физкультурной грамотности родителями в многодетных семьях. Указанные положения и легли в основу специального исследования.

Основной опрос был проведен в Ферганской области, причем исследование городского населения проводилось в городах Фергане и Маргелане. Выбор мест проведения опроса диктовался тем, что необходимо было выяснить особенности не только сельских и городских семей, но и такую проблему как влияние масштаба поселения на сформированность физической культуры в многодетных семьях. В итоге годных для обработки анкет оказалось по городскому населению 140, а по сельскому — 281.

Прежде всего следует отметить, что фактор бытовой двигательной активности в гораздо меньшей степени обеспечивает высокие самооценки состояния здоровья. При этом поскольку отмечалась существенная корреляция самооценок состояния здоровья с продолжительностью заболеваемости в течение года, важно было считать, что указанные показатели достаточно объективны. Занимающиеся физическими упражнениями в 3 раза чаще отмечали, что они совершенно здоровы, чем ведущие малоподвижный образ жизни, и среди них практически отсутствует контингент, отмечающий плохое состояние здоровья. Весьма показательны, что среди этого контингента нет респондентов, не сумевших дать определенную самооценку, тогда как среди ведущих малоподвижный образ жизни таковых оказалось 22%, т. е. каждый 4-й или 5-й.

Среди противников физкультурных занятий женщины, особенно многодетных матерей, в первую очередь следует отметить родителей мужа (каждые 6 из 7), независимых наблюдателей (2 или 3), коллег по работе и близких друзей (каждая 2-ая). В целом нейтральное отношение в наибольшей степени характерно для собственных родителей женщины и ее мужа.

Как видим, предстоит еще много сделать для формирования физической культуры многодетных матерей и в первую очередь для этого следует вплотную заняться проблемами формирования позитивного отношения ближайшего окружения. Здесь важно подчеркнуть, что существенную роль может сыграть работа с детьми многодетной матери, ведь неодобрительное отношение отмечается здесь лишь у 1, из 5, и важно нейтральное отношение каждого 3-го ребенка перевести в позитивное.

Пользу школьных занятий для воспитания детей видит практически не более 1/3 женщин, а возможности для собственных занятий девушек в дальнейшие возрастные периоды отмечают 1 из 30 городских многодетных матерей и 1 из 6 — сельских. Это, на наш взгляд, следствие бытовавшей вплоть до последнего времени целевой установки программ физического воспитания в школе, которые были нацелены главным образом на достижение сиюминутного эффекта в отношении физической подготовленности, но отнюдь не были нацелены на формирование физической культуры девушки — будущей матери.

2. Формирование физической культуры многодетных семей как педагогическая проблема

Подводя итоги проведенного анализа, мы констатировали, что выявление особенностей физической культуры многодетных семей позволило выявить направление работы. Так, предметом пристального внимания должна стать работа со старшим контингентом детей, поскольку именно их влияние достаточно велико как на физкультурную активность младших с одной стороны, а с другой именно поощрение физкультурной активности матери может создать благоприятный фон для внедрения физической культуры в быт многодетной семьи.

Проводником физической культуры и на селе, и в городе, но особенно на селе могут и должны стать медицинские ра-

ботники, специальной подготовке которых в сфере физической культуры вплоть до последнего времени не уделялось достаточного внимания. Они, как показывают опыт и материалы нашего опроса, выступают основными источниками информации, особенно для тех многодетных матерей, кто сам не приобрел к ценностям физической культуры (практически для каждого 5-3-го респондента).

В процессе физического воспитания в школе очевидно следует включить формирование знаний по значению физической культуры (причем не просто знаний, но и установки и умений) для семейной жизни и для воспитания детей.

И наконец, школа должна больше уделять внимания повышению физкультурной образованности, особенно проблеме физкультурных занятий в последующие периоды жизни.

Эти положения стали основой экспериментальной программы.

Прежде всего следует отметить, что возросло в ходе эксперимента понимание необходимости для школьников знаний по физической культуре: на 28% вырос контингент тех, кто считает такие знания необходимыми, в 2,5 раза снизилась доля отрицающих необходимость таких знаний, и в 2,3 раза уменьшилась доля затруднившихся в ответе.

Косвенным образом указанные выше самооценки подтверждают сопоставительные показатели экспериментальной группы и остального контингента, полученные в ходе теоретического зачета (табл.). При относительно небольшой разнице в показателях точных ответов можно отметить следующую закономерность: наибольшие различия отмечаются там, где речь идет о методических знаниях.

Таблица

Сопоставительные показатели точных ответов по физической культуре по итогам педагогического эксперимента, %

Знания	Экспериментальная группа	Остальной контингент
Тесты на выносливость	65,9	62,3
на быстроту	84,5	84,1
на ловкость	96,9	92,3

на силу	83,7	79,2
на гибкость	55,8	51,7
Количество отжиманий по возрасту	36,2	24,6
ЧСС после физических упражнений	26,4	17,9
Температура воды при начале закаливания	23,2	10,9
Продолжительность первоначальной процедуры закаливания	39,1	32,7

При сравнении структуры умений прежде всего бросалось в глаза возрастание умений методического плана. В значительной мере (практически на 30%) возрос показатель организации игр с младшими возрастными когортами, что важно для старшеклассников в целях организации физкультурной активности ближайшего окружения в условиях семейного быта.

Изменились и позиции контингента экспериментальной группы в отношении критериев культурного человека. Так, лишь 30,9% контингента экспериментальной группы (против 43,4% остальных школьников) полагают, что можно считать культурным человека, который не заботится о своем физическом совершенствовании, тогда как негативное отношение к такой позиции отмечается соответственно у 46,9% против 37,2%.

Среди контингента экспериментальной группы на 12,4% повысилась доля тех, кто занимается дополнительно к регламентированным урокам в школе, каким-либо видом физических упражнений.

Еще в большей степени экспериментальная программа сказалась на отношении членов семей к физической культуре. Так, в 25,4% семей контингента экспериментальной группы кто-то еще из детей начал заниматься физическими упражнениями во внеучебное время.

Существенно изменилось и отношение матерей к школьным урокам: на 28,4% повысилась доля ответивших «да» по поводу дополнительных к школьным урокам занятиям физическими упражнениями. Иными словами, оказалось достаточно эффективно воздействие на контингент матерей, от ко-

торых в значительной степени зависит физкультурная активность детей и подростков.

В ходе повторного опроса было установлено, что на 20—30% возросла нацеленность многодетных матерей на использование в качестве источников информации по физической культуре медицинских и физкультурных работников. Такое положение фиксировали и участковые врачи-педиатры.

Если сравнить показатели структуры интереса к определенным знаниям по физической культуре среди многодетных матерей экспериментальной и контрольной групп, то следует отметить возрастание в целом более значительного интереса к методическим знаниям в экспериментальной группе при общем изменении структуры (коэффициент Спирмена в данном случае 0,54).

В целом можно констатировать повышение физкультурно-спортивной активности испытуемых, расширение их интересов к сфере физической культуры и спорта, позитивное влияние экспериментальной программы на физическое состояние, а с точки зрения формирования физической культуры многодетных семей следует, в первую очередь, отметить позитивную динамику физкультурно-спортивной активности младших членов семьи. В этой связи можно утверждать, что избранный нами путь формирования физической культуры многодетной семьи с учетом региональных особенностей и выбор методов и средств осуществления основных идей исследования оказался перспективным и может быть рекомендован для внедрения в более широкую практику.

ВЫВОДЫ

1. Общее снижение качества населения коснулось и Узбекистана и выражается в ухудшении состояния здоровья и физической подготовленности. В первую очередь это связано с недостаточным вниманием при осуществлении процесса физического воспитания к разным аспектам региональных особенностей: климато-географическим, национально-бытовым и культурно-историческим. Существенное негативное влияние оказывает на процесс физического воспитания недифференцированный подход к решению проблем, в том числе недостаточный учет особенностей физического воспитания в многодетных семьях, характерных для населения Узбекистана.

2. Значительное влияние на физкультурно-спортивную активность членов многодетных семей оказывают отношение их самих и ближайшего окружения к физической культуре в целом и к физкультурно-оздоровительным занятиям в частности. При этом процесс физического воспитания в школе не дает должного эффекта в отношении подготовки будущих матерей к материнству, семейной жизни, воспитанию физической крепкого потомства и не нацеливает на физкультурную активность в последующие периоды жизни.

3. Наиболее слабым местом в обеспечении здорового образа жизни для населения Узбекистана является слабое научно-методическое оснащение медицинских работников, особенно среднего звена, которые не могут оказать квалифицированную консультативную помощь в методическом обеспечении физкультурно-оздоровительных занятиях и не осуществляют должного контроля за физическим состоянием занимающихся.

4. В республике недостаточное внимание уделяется проблеме методического обеспечения самостоятельной физкультурно-спортивной активности, что на фоне недостаточной физической образованности населения не позволяет обеспечить должный эффект от физкультурно-оздоровительных занятий.

5. Физические упражнения даже по сравнению с большой бытовой или рабочей двигательной активностью обеспечивают более высокий позитивный эффект в отношении состояния здоровья. Еще в большей степени это касается контингента, ведущего малоподвижный образ жизни. Фактор специализированной двигательной активности в форме физических упражнений существенно сказывается на показателях после рабочей усталости: занимающиеся физической культурой втрое чаще отмечают приятную или незначительную послерабочую усталость и в полтора раза реже значительную или сильную, чем имеющие только высокую бытовую двигательную активность.

6. Одним из ведущих факторов, препятствующих физкультурно-оздоровительной деятельности женщин, является негативное отношение к ней ближайшего окружения, в первую очередь собственных родителей или родителей мужа, самого мужа, а также подруг и коллег по работе.

7. Ведущими источниками информации для женского контингента, не вовлеченного в активные занятия физической

кими упражнениями, являются для городских жителей беседы с медицинскими работниками и материалы популярной литературы, для сельских — беседы с медработниками и просто знакомыми. Абсолютное отсутствие знаний по физической культуре среди незанимающихся отмечает каждая четвертая многодетная мать в городе и каждая вторая — на селе.

8. Негативное отношение к физкультурно-спортивной активности детей в дополнение к регламентированным занятиям по физической культуре в школе высказывают около 20% женщин. Это равно характерно и для городских, и для сельских жительниц. В связи с чем необходима специальная работа не только с детьми, но и с родителями, то есть при формировании физической культуры многодетных семей необходим комплексный подход. Во многом такое положение связано с физкультурной безграмотностью многодетных матерей, до трети которых убеждены в том, что занятия физкультурой не принесут пользы ребенку и что ребенок и без того имеет достаточную физическую нагрузку дома, в школе или на улице.

9. При формировании физической культуры многодетных семей следует учитывать, что для физкультурной активности младших детей большое значение имеет физкультурно-спортивная активность старших.

10. При разработке содержания физкультурно-оздоровительной деятельности в условиях Узбекистана необходимо учитывать следующие факторы: жаркий климат и инвертированный характер двигательной активности по сравнению с регионами умеренного климата. Вследствие этого занятиям физкультурно-спортивной активности следует отводить утренние или вечерние часы, что возможно прежде всего в условиях самостоятельных занятий, причем акцентированное внимание важно уделить упражнениям с незначительными энергозатратами (статические, гимнастика йогов и т. д.).

11. Авторская программа позволяет эффективно формировать разные стороны физической культуры личности в условиях многодетных семей:

— в поведенческом аспекте она позволяет добиться повышения физкультурно-спортивной активности старших школьников на 12,4%, а также привлечь в 25,4% случаев младших братьев и сестер к занятиям физическими упражнениями во внеучебное время;

— в информационном аспекте добиться повышения уровня методических знаний и умений в среднем на 10—15%, а также изменить структуру информационных потребностей многодетных матерей в сторону повышенного внимания к методическим знаниям и к знаниям, касающимся вовлечения детей в активные занятия физкультурой и спортом и организации таких занятий;

— в установочно-мотивационном плане добиться большей сбалансированности структуры причин физкультурно-спортивной активности у подростков и позитивного отношения матерей к урокам в школе и к дополнительным занятиям физическими упражнениями (на 28,4%).

Содержание работы отражено в следующих публикациях:

1. Акбаров А. Т., Попомарчук В. А., Хапкельдиев Ш. Х. Формирование физической культуры в многодетных семьях Узбекистана: Методическое пособие. — Москва—Фергана, 1993. — 19 с.

2. Акбаров А. Т. Проблемы формирования физической культуры подростков в многодетных семьях // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Проблемы физического состояния и работоспособности детей и молодежи». — М., 1994. — С. 8-9.