

ПАРАДИГМА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО УЧИТЕЛЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ, ВЛИЯЮЩАЯ НА ПОВСЕДНЕВНУЮ АКТИВНОСТЬ ДЕТЕЙ

Азизова Рушен Исмаиловна
Наманганский государственный
педагогический институт, доцент
г. Наманган

Аннотация. В статье приведены результаты многолетних теоретических и экспериментальных исследований, которые касаются особенностей деятельности педагогов по физическому воспитанию, именно они оказывают положительное влияние на всестороннее гармоничное развитие школьников.

Ключевые слова: учитель физической культуры, мотивация к физической активности, педагогическая деятельность, дисциплина, педагогическое мастерство, педагогическая технология

PARADIGM OF ACTIVITIES OF A SCHOOL PHYSICAL EDUCATION TEACHER INFLUENCING THE DAILY ACTIVITIES OF CHILDREN

Azizova Rushen Ismailovna
Namangan State
Pedagogical Institute, Associate Professor
Namangan city

Abstract. The article presents the results of many years of theoretical and experimental research that relate to the characteristics of the activities of physical education teachers, which have a positive impact on the comprehensive harmonious development of schoolchildren.

Key words: physical education teacher, motivation for physical activity, pedagogical activity, discipline, pedagogical skill, pedagogical technology

Актуальность исследуемой проблемы. Главной переменной в обществе, которая влияет на ситуацию в сфере школьного образования, является ускорение

темпов развития общества, обилие разнообразной информации. С научно-техническим прогрессом в нашей жизни появилось множество технических изобретений, которые повлияли на состояние нашей физической активности. Поэтому в нашей стране последовательно создаются условия для получения качественных знаний для молодёжи: обновляются учебные программы, внедряются передовые технологии. Планируются Центры «Келажак», которые организуют совместные и целевые мероприятия со школами, привлекая учащихся в клубы по инженерии, науке, культуре, искусству, чтению, спорту и экологии.

При создании спортивных клубов, именно учитель физической культуры сможет оказать значительное влияние на уровень повседневной активности детей. Именно он может рассказать и доказать, что физические упражнения оказывают всестороннее воздействие на организм человека, что они влияют на все клетки и ткани организма человека, что большинство внутренних органов – сердце, почки, лёгкие, желудок, печень сформировались в течении миллиона лет именно под влиянием движения. Наши древние предки трудились, охотились, выживали. Но с прогрессом в нашей жизни появилось множество технических изобретений, которые повлияли на состояние нашей физической активности. За последние десятилетия она резко сократилась. Люди используют меньше энергии, что может привести к уменьшению двигательных возможностей, нарушить работу некоторых органов, и, даже, привести к определённым заболеваниям.

Для того, чтобы предотвратить все эти неблагоприятные явления, мы должны включить в распорядок дня школьника обязательные занятия физической культурой.

Теоретическая часть. Среди духовных способностей современного специалиста есть такая, которая на протяжении многих столетий была предметом пристального внимания ученых и которая вместе с тем до сих пор является труднейшим и загадочным предметом науки. Это — способность мыслить. Мы постоянно сталкиваемся с ней в практике физкультурно-спортивной деятельности. Основанием способности мыслить было, есть и будет рефлексивно-критическое отношение к своим и чужим умениям осознавать мир, свое место в нем, свои и общие способы и средства его понимающего преобразования и тем самым — его присвоения, его окультуривания собой [1].

В настоящее время учитель физической культуры оказывает значительное влияние на уровень повседневной активности детей. Его роль не ограничивается только уроками физкультуры в школе — именно он мотивирует школьников быть активными и вне школьных занятий, что помогает формировать здоровые привычки на протяжении всей жизни детей.

Учитель физической культуры может создавать у учеников мотивацию к физической активности, объясняя, почему это важно и как занятия спортом могут улучшить качество их жизни. Это включает в себя личный пример учителя, который сам активно занимается спортом, а также использование игровых и интересных форм обучения, которые делают занятия увлекательными и вызывают желание заниматься спортом не только на уроках, но и дома [2].

Учитель физической культуры может рекомендовать ученикам различные формы физической активности, которые они могут выполнять вне школы. Это могут быть прогулки, катание на велосипеде, участие в спортивных секциях, игры с друзьями на свежем воздухе. Учитель также может давать задания на дом, связанные с физической активностью, такие как выполнение простых упражнений или ведение дневника активности, что способствует повышению уровня активности учеников [3].

Учитель физической культуры может организовывать внеклассные мероприятия, направленные на повышение уровня физической активности детей. Это могут быть спортивные соревнования, марафоны, походы, велосипедные прогулки. Такие мероприятия не только увеличивают уровень активности детей, но и способствуют их социализации, развитию командных навыков и укреплению связей с одноклассниками [4].

Также учитель физической культуры может оказывать влияние и на формирование семейных традиций, связанных с физической активностью. Он может проводить консультации с родителями, объяснять важность физической активности для детей и предлагать различные формы семейного досуга, такие как совместные прогулки, активные игры, посещение спортивных мероприятий. Это помогает вовлечь родителей в процесс поддержания активности ребёнка и сделать физическую культуру частью семейной жизни [5].

Учитель должен информировать учеников о различных видах активности,

которые могут быть полезными для их здоровья. Это могут быть виды спорта, требующие выносливости (бег, плавание), силы (тренировки с собственным весом), координации (танцы, гимнастика). Учитель должен стремиться к тому, чтобы каждый ученик нашёл тот вид активности, который ему нравится и приносит удовольствие, что помогает поддерживать высокий уровень активности на протяжении всей жизни [6].

Особое внимание учитель должен уделять тем ученикам, которые имеют низкий уровень физической активности или не проявляют интереса к занятиям спортом. Важно найти индивидуальный подход к таким детям, чтобы понять причины их пассивности и предложить формы активности, которые могли бы их заинтересовать. Учитель должен поддерживать таких учеников, помогать им преодолевать страхи и сомнения и постепенно увеличивать их уровень физической активности [7].

Полученные результаты. Деятельность учителя физической культуры, направленная на мотивацию учащихся к занятиям физической культурой как в школе, так и вне школы, позволила развить многие морально волевые качества учащихся, а частности поддержание дисциплины и спортивного духа. Эффективное управление дисциплиной помогает создать на уроках такую атмосферу, которая способствует обучению, развитию физических возможностей учеников.

Учитель физической культуры с самого начала устанавливает чёткие правила поведения на уроках, чтобы создать безопасную и организованную среду. Это включает в себя правила использования спортивного инвентаря, соблюдение техники безопасности, уважение к товарищам и выполнение указаний учителя. Чётко сформулированные правила помогают избежать травм и конфликтов, а также поддерживают высокий уровень дисциплины.

Дисциплина является основой для развития спортивного духа, который включает в себя такие качества, как уважение к соперникам, честная борьба, стремление к победе и способность достойно принимать поражение. Учитель должен воспитывать эти качества у учеников, объясняя важность честной игры и показывая, что спорт — это не только победы, но и процесс самосовершенствования. Поддержание дисциплины помогает создавать условия

для развития спортивного духа у детей.

Эффективное поддержание дисциплины требует использования поощрений и наказаний. Учитель должен поощрять учеников за соблюдение правил, успехи и старания, что помогает мотивировать их к дальнейшему улучшению. Наказания за нарушение дисциплины должны быть справедливыми и объясняемыми, чтобы ученики понимали их необходимость и видели последствия своих действий. Важно, чтобы наказания не унижали учеников, а были направлены на улучшение их поведения.

Учитель физической культуры должен стремиться к созданию на уроках положительного эмоционального климата, который способствует поддержанию дисциплины. Когда ученики чувствуют себя комфортно, уверены в том, что их успехи будут замечены, и не боятся сделать ошибку, они более охотно соблюдают правила и работают на достижение общих целей. Позитивный климат помогает снизить уровень стресса и увеличить вовлечённость детей в учебный процесс.

Спортивные игры являются важным инструментом для поддержания дисциплины. Они требуют от учеников соблюдения правил, следования указаниям учителя и уважения к партнёрам и соперникам. Учитель должен использовать спортивные игры для развития у детей чувства ответственности, способности работать в команде и дисциплины. Это помогает детям переносить приобретённые навыки на другие сферы своей жизни, такие как учёба и личные отношения.

Учитель физической культуры должен также помогать ученикам развивать самоконтроль и самодисциплину. Это включает в себя обучение детей управлению своими эмоциями, планированию тренировок, постановке личных целей и работе над их достижением. Самодисциплина помогает детям становиться более самостоятельными, уверенными в своих силах и способными принимать ответственные решения, что является важной частью их личностного развития.

Выводы

Создание позитивной учебной среды на уроках физической культуры является важным аспектом работы учителя, который способствует повышению мотивации учеников, улучшению их настроения и активному участию в занятиях. Позитивная учебная среда также снижает уровень стресса у детей, особенно у тех, кто может испытывать трудности с физической активностью.

Учитель физической культуры должен разрабатывать и внедрять позитивные правила, которые способствуют развитию уважения и сотрудничества среди учеников. Эти правила могут касаться как физической безопасности, так и поведения на уроках. Например, правила могут включать обязательное поощрение товарищей, помощь тем, кто испытывает трудности, и уважительное отношение ко всем участникам. Такие правила помогают создать атмосферу, в которой каждый ученик чувствует себя частью команды и поддерживается своими сверстниками.

Позитивное подкрепление является мощным инструментом для создания благоприятной учебной среды. Учитель должен поощрять учеников за их усилия и достижения, независимо от их уровня физической подготовки. Это может быть вербальная похвала, символические награды или даже общественное признание успехов ученика перед всем классом. Исследования показывают, что использование позитивного подкрепления способствует повышению самооценки учеников и их мотивации к дальнейшим занятиям.

Безопасность является одним из ключевых факторов при проведении уроков физической культуры. Учитель должен обеспечивать физическую и эмоциональную безопасность всех учеников, чтобы каждый мог свободно участвовать в занятиях, не испытывая страха перед травмами или насмешками. Для этого учитель должен внимательно следить за выполнением упражнений, корректировать ошибки учеников и активно предотвращать любые формы недовольства среди школьников.

Для создания позитивной учебной среды важно использовать разнообразные формы занятий, которые делают уроки физической культуры интересными и увлекательными. Это могут быть игры, командные соревнования, танцевальные упражнения или занятия на свежем воздухе. Включение различных видов активности помогает поддерживать интерес учеников к занятиям и способствует развитию широкого спектра физических навыков.

Учитель физической культуры должен устанавливать доверительные отношения с учениками, чтобы они чувствовали себя комфортно и уверенно на уроках. Это включает проявление эмпатии, интереса к успехам и трудностям каждого ученика, а также готовность выслушать и поддержать в случае

необходимости. Доверительные отношения способствуют формированию у детей чувства принадлежности и уверенности в себе, что положительно сказывается на их участии в занятиях.

Учитель физической культуры должен стремиться к тому, чтобы каждый ученик принимал активное участие в уроках, независимо от его физических способностей. Это требует умения адаптировать упражнения и создавать условия, при которых каждый ребенок чувствует себя вовлечённым и полезным. Поддержка участия каждого ученика способствует развитию чувства принадлежности к коллективу и способствует созданию позитивной учебной среды.

Учитель физической культуры должен выступать в роли наставника и мотиватора для своих учеников. Он должен вдохновлять их на преодоление трудностей, достижение поставленных целей и развитие любви к физической активности. Для этого учитель должен активно участвовать в занятиях, демонстрировать пример здорового образа жизни и показывать, что физическая культура — это не только полезно, но и весело.

Библиография:

1. Неверкович С. В. Педагогика физической культуры и спорта. Учебник. Москва. Издательский центр «Академия» — 2010.
2. Taylor, P. Creating motivation for physical activity // Physical Education Today. — 2020. — № 5. — P. 44-52.
3. Иванов, Т. В. Рекомендации по физической активности вне школы. — СПб.: Лань, 2020.
4. Green, S. Extracurricular sports events in schools // Journal of Educational Pedagogy. — 2019. — № 6. — P. 77-84.
5. White, D. Family involvement in children's physical activity // Educational Review. — 2021. — № 9. — P. 33-41.
6. Schmitt, T. Types of beneficial activities for students // German Journal of Physical Education Research. — 2019. — № 8. — P. 55-63.
7. Müller, K. Supporting students with low physical activity levels // Sportpädagogik. — Berlin: Springer, 2019. — P. 88-96.
8. Азизова Р. И., Джомаладинова З. Р. Психологические особенности

- подросткового возраста и их влияние на физическое воспитание //Научный Фокус. – 2023. – Т. 1. – №. 8. – С. 116-119.
9. Азизова Р. И. Туризм как средство укрепления внутрисемейных отношений и залог создания благоприятных условий для духовного развития детей в семье //Научный форум: педагогика и психология. – 2022. – С. 20-23.
10. Azizova, Rushen Ismoilovna (2019) "PECULIAR FEATURES INHERENT IN COACHING IN WOMEN'S TEAMS," Scientific Bulletin of Namangan State University: Vol. 1 : Iss. 11 , Article 44.
11. Базарова, И. Ш., & Азизова, Р. И. (2024). ПОВЫШЕНИЕ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ И ФОРМИРОВАНИЕ У НИХ НАВЫКОВ К НАУЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. *WORLD OF SCIENCE*, 7(4), 108-113.
12. О. В. Костикова, С. В. Азизов, С. А. Болтобаев, Р. И. Азизова, А. А. Махмуджонов РАЗВИТИЕ У ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ СКОРОСТИ И ТОЧНОСТИ БРОСКА // Физическая культура, спорт - наука и практика. 2025. №. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-u-yunyh-basketbolistov-skorosti-i-tochnosti-broska> (дата обращения: 11.09.2025).
13. Rushen A., Zarina D. THE IMPACT OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADOLESCENCE ON PHYSICAL EDUCATION: AN INTEGRATIVE REVIEW //European International Journal of Multidisciplinary Research and Management Studies. – 2023. – Т. 3. – №. 12. – С. 162-167.