

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
**«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

Факультет заочного обучения
Кафедра естественнонаучных дисциплин и информатики

Заведующая кафедрой

_____ Алпацкая Е.В.

« ____ » _____ 2018 г.

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ
НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦИОННОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Выпускная квалификационная работа по направлению
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Студент-исполнитель

Григоренко О.Ю.

Научный руководитель

к.п.н., доцент

Каткова Т.В.

Оценка за работу

_____ (прописью)

Председатель ГЭК

д-р геогр., профессор

Мажар Л.Ю.

Смоленск 2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава. 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА	5
1.1. Понятие свободного времени и основные направления его организации в школе.....	5
1.2. Физическая рекреация в сфере досуга школьника	7
Глава 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	13
2.1. Методы исследования.....	13
2.2. Организация исследования	14
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	16
3.1. Физкультурно-рекреационная деятельность в школах г. Ногинска.....	16
3.2. Анализ эффективности организации внеклассных физкультурно-рекреационных мероприятий в школе.....	21
Выводы	29
Практические рекомендации.....	31
Список литературы	32
Приложения	36

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Современные исследования педагогов, врачей указывают на низкий уровень состояния здоровья школьников: недостаточное развитие двигательных качеств, ослабление общей работоспособности, нарушение функциональных свойств организма. Общая физическая подготовка школьников имеет негативную тенденцию. Понижается как уровень теоретических знаний в области физической культуры и спорта, так и двигательные навыки, и умения в выполнении базовых физических упражнений. Исследователи отмечают также уменьшение интереса обучающихся к традиционным урокам физической культуры в школе [10; 20; 19; 34].

Значительную часть времени, отведенную на отдых, современные школьники тратят на развлечения, малоподвижные игры с использованием электронных устройств – компьютеров, смартфонов.

Актуальной задачей современного этапа становится разработка комплексного подхода к изучению вопроса проведения свободного времени, добровольного участия обучающихся во внеурочных занятиях, имеющих физкультурно-рекреационную направленность с целью повышения эффективности физического воспитания школьников.

Цель исследования – совершенствование физического воспитания учащихся старших классов общеобразовательных школ средствами физкультурно-рекреационной деятельности.

Объект исследования – физическое воспитание учащихся старших классов общеобразовательных школ г. Ногинска.

Предмет исследования – система организации внеклассных мероприятий по физическому воспитанию средствами физкультурно-рекреационной деятельности.

Гипотеза исследования - предполагалось, что организация внеклассных мероприятий по физическому воспитанию с учащимися старших классов общеобразовательных школ средствами физкультурно-рекреационной

деятельности с учетом возможностей школьников в период досуга способствует как повышению двигательной активности школьников, так и возрастанию мотивации к занятиям в школе в целом.

Задачи исследования:

1. Изучить вопрос организации свободного времени школьников старших классов.
2. Выявить средства физкультурно-рекреационной деятельности для организации и проведения внеклассных мероприятий со школьниками старших классов.
3. Разработать и экспериментально обосновать методику организации внеклассных мероприятий физкультурно-рекреационной направленности в физическом воспитании учащихся старших классов с учетом возможностей школьников в период досуга.

Практическая значимость проведенного исследования состоит в возможности применения на практике разработанного комплексного подхода к изучению вопроса организации свободного времени школьников, реализации физкультурно-рекреационных средств в рамках внеклассных мероприятий. Физкультурная деятельность в период досуга позволит создать в средней образовательной школе оптимальные условия для полноценного развития школьников, формирования осознанного отношения к своему здоровью, самореализации внутренних резервов, не востребованных в обычных условиях.