

## **ВЛИЯНИЕ РЕЖИМА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ УЧАЩИХСЯ 5-х КЛАССОВ**

*Кравченя А.В. (УО МГПУ им. И.П. Шамякина, г. Мозырь)*

*Научный руководитель – Н.В. Зайцева, д-р пед. наук, доцент*

Один из путей улучшения школьной системы физической культуры – совершенствование организации физического воспитания, учитывающее спортивные интересы учащихся [1]. Данные констатирующего этапа эксперимента свидетельствуют, что занятия физической культурой будут наиболее эффективны только тогда, когда участие в них вызвано внутренними побуждениями школьника, интересом к занятиям. В этом случае они будут способствовать развитию творческой активности, откроют пути для самосовершенствования личности. Исследования ученых в последнее время направлены на поиск оптимального сочетания базового и вариативного компонентов в программах физического воспитания школьников [2], которое, на наш взгляд, должно учитывать спортивные интересы учащихся. Вместе с тем анализ литературы показывает, что в теории и практике физического воспитания существует недостаточное число экспериментальных исследований по совершенствованию организации школьной системы физической культуры, учитывающей спортивные интересы и индивидуальные особенности физического развития и двигательной подготовленности учащихся. Поэтому целью нашего исследования состояла в обосновании влияния режима учебно-тренировочной деятельности на физическое развитие учащихся 5-х классов. Основными методами исследования явились: анализ психолого-педагогической литературы, сравнение и обобщение, синтез основных идей, моделирование; опросно-диагностические методы, изучение учебно-программной документации и организационно-нормативных документов средней школы, прямое и косвенное наблюдение, диагностический и формирующий эксперименты; ранжирование, математическая обработка полученных в ходе исследования результатов. Таким образом, исследование показало, что основными задачами занятий баскетболом в группах начальной подготовки являются всесторонняя физическая подготовка, овладение основными техническими приемами и элементарными тактическими приемами игры, воспитание стойкого интереса к занятиям.

### **Литература**

1. Хозяинов, Г.И. Акмеология физической культуры и спорта / Г.И. Хозяинов, Л.Е. Варфоломеева. – М.: «Академия», 2007. – 208 с.

2. Янсон, Ю.А. Уроки физической культуры в школе. Новые педагогические технологии / Ю.А. Янсон. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 432 с.