

УДК 796.015

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ

Н. И. Литенков

(МГУ имени А. А. Кулешова, Могилев, Беларусь)

Представленный материал освещает актуальные проблемы физического воспитания и спортивной тренировки в пулевой стрельбе.

К современным проблемам физического воспитания, помимо многих других, относится необходимость поиска новых, более эффективных форм физкультурно-спортивной работы с детьми и молодежью. За-

частую традиционные, давно сложившиеся и широко используемые в практической деятельности формы уже не отвечают современным требованиям в полной мере. Для решения этих проблем, специалисты ведут постоянный поиск идей и подходов к организации физкультурно-спортивной деятельности [3, с. 283].

Занятие физической культурой важнейшее средство укрепления здоровья детей и подростков, приобщения их к здоровому образу жизни, профилактики нарушений. Систематические занятия физической культурой и спортом оказывают разностороннее содействие на весь организм человека. Они способствуют укреплению и развитию опорно-двигательного аппарата. Укрепления могут влиять также на рост тела, ширину плеч и в целом на изменение конституции в сторону атлетической. Они способствуют повышению подвижности суставов, позвоночника, улучшению эластичности связок [1, с. 22].

В результате систематических занятий увеличивается мышечная масса тела (10 процентов) и уменьшается жировая. Физическое упражнения оказывают благоприятное влияние на дыхательную и сердечно-сосудистую системы, а также влияют на изменение состава крови как в отношении количества, так и в отношении химического состава. Суммарным выражением воздействия систематических упражнений на человека является улучшение его физического развития и физической подготовленности.

Не секрет, что мотивация учащихся к занятиям физической культурой в учреждениях образования, особенно в тех, где нет устойчивых спортивных традиций, зачастую оставляет желать лучшего. И администрация школы осознанно или под давлением вынуждена заниматься как организацией физкультурно-спортивной работы, так и участием школьников, не имеющих ограничений по здоровью, в учебном процессе по физкультуре, доводя их уровень физического развития до возможности сдать нормативы согласно образовательного стандарта. Сталкиваясь с проблемой отсутствия мотивации, зачастую школа идет по неверному пути, который, по сути, является принуждением. Конечно, это дает кратковременный результат, но не решает главной задачи физического воспитания – воспитание у молодежи высокой культуры в области физического развития, осознанная забота о собственном здоровье, отказ от вредных привычек, ведение здорового образа жизни [3, с. 284].

Анализ военно-геополитической обстановки показывает возросшую актуальность вопросов обеспечения национальной безопасности Республики Беларусь в военной и информационной сферах. Учебный предмет «Допризывная подготовка» позволяет эффективно осуществлять физическое воспитание учащихся. Специальная подготовка, введенная в программу обучения, является неотъемлемой частью учебно-педагогического процесса.

Стрелковая подготовка в школе включает в себя несколько разновидностей: «Снежный снайпер», «Защитник отечества», республиканский комплекс «Здоровье», в целях улучшения качества подготовки юношей к службе в рядах вооруженных сил Республики Беларусь [Закон Республики Беларусь от 4 января 2014 года «О физической культуре и спорте»].

Пулевая стрельба – сложный вид спорта. Стрелку требуется не только совершенная техника производства выстрела, но умение владеть своими эмоциями. Занятия спортивной стрельбой помогают развить в человеке настойчивость, холоднокровие, терпение.

«Стрельба пулевая», спортивная стрельба из огнестрельного или пневматического нарезного оружия (винтовки, пистолеты)», факультатив «Пулевая стрельба» позволяют учителю решать целый ряд задач в системе общей физической подготовки [2, с. 6].

В данной статье рассматривались и анализировались ключевые проблемы современности, связанные с пулевой стрельбой. Были предложены современные способы и методы повышения эффективности при проведении занятий по пулевой стрельбе. Как выяснилось, помимо физической подготовки, огромное значение имеет и мотивация учащихся, а так же отношение преподавателя к своему предмету.

Список использованной литературы

1. Фатин, С. Б. Поведение человека в экстремальных условиях и основы обеспечения безопасной жизнедеятельности: учебно-методическое пособие / С. Б. Фатин, А. В. Бабокин, В. В. Трифионов. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2000. – 160 с.
2. Фатин, С. Б. Основы строевой подготовки : методические рекомендации / С. Б. Фатин. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2017. – 32 с.
3. Фатин, С. Б. Прикладные виды спорта в физической культуре / С. Б. Фатин, Н. И. Литенков // Романовские чтения – 13 : сборник статей Международной научной конференции, посвященной 105-летию Могилевского государственного университета имени А. А. Кулешова, 25–26 октября 2018 г., Могилев / под общ. ред. А. С. Мельниковой. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2019. – С. 283–285.