

активности на психическое здоровье учащихся: она развивает психомоторные навыки, улучшает эмоциональное состояние, повышает уверенность в себе, укрепляет социальные связи.

Список использованной литературы

1. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б.А. Ашмарин. – М. : Физкультура и спорт, 1998. – 272 с.
2. Шевченко, Н.А. Психомоторная одаренность: диагностика и коррекция / Н.А. Шевченко. – М. : Наука, 2012. – 276 с.
3. Гущина, Н.В. Психомоторное развитие детей: теоретические аспекты и практические рекомендации / Н.В. Гущина. – М. : Педагогика, 2010. – 342 с.

**ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ  
ШКОЛЬНИКОВ НА УРОКАХ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ**  
**Юлия Дойняк (УО МГПУ им. И. П.Шамякина, г. Мозырь)**  
**Научный руководитель – И.П. Дойняк, старший преподаватель**

В настоящее время актуальным вопросом для поиска эффективных форм и необходимых методов физического воспитания школьников является оптимизация их двигательной активности в процессе физического воспитания.

Цель нашего исследования заключается в выявлении особенностей двигательной активности школьников при организации уроков физического воспитания.

Имплементация двигательной программы при выполнении движений требует от школьников сильного зрительного контроля, который является ведущим звеном обратной связи в процессе формирования произвольных движений. Взаимодействие этих систем происходит в ходе возрастного развития и в процессе совершенствования конкретной двигательной деятельности [1].

В ряде исследований было установлено непосредственное влияние на формирование здоровья школьников факторов внутришкольной среды, влияющих на его двигательную активность. По мнению Барчукова И.С., под двигательной активностью понимается суммарное количество двигательных действий, выполняемых человеком в процессе повседневной жизни [2].

Важным условием для рационально построенного двигательного режима младших школьников является его качественное разнообразие движений. Занятия физическими упражнениями должны быть разнообразными, сбалансированными в количественном отношении с учетом потребностей и возможностей растущего организма [3].

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе способна обеспечить дифференцированное применение средств и форм физического воспитания в зависимости от возраста, пола, состояния здоровья, физической подготовленности школьников. Необходимым условием успешного сбережения и укрепления здоровья является систематичность этой работы, постепенное увеличение нагрузок и комплексное использование разнообразных форм и средств физического воспитания. В социальных и оздоровительных целях в общеобразовательных учреждениях создаются условия для удовлетворения биологической потребности школьника в движении.

При рассмотрении характеристик физического состояния организма необходимо учитывать динамику физического развития и подготовленности, двигательной активности, функционального состояния учащихся. Данные об

индивидуальных проявлениях этих показателей позволяют объединять детей в определенные группы и прогнозировать для каждой из них результаты физического развития и подготовки.

В нашем исследовании оценка физического развития младших школьников проводилась медицинскими работниками в начале учебного года по трем показателям, результаты которых приведены в таблице 1.

Таблица 1 – Показатели физического развития

Показатели физического развития школьников (3 класс)	Мальчики	Девочки
Длина тела, см.	$127,0 \pm 3$	$138,6 \pm 3$
Масса тела, кг.	$25,0 \pm 2$	$26,5 \pm 2$
Окружность грудной клетки, см.	$62,5 \pm 1,5$	$64,2 \pm 1,5$

Анализ антропометрических данных свидетельствует о неравномерности процессов роста и развития диагностируемых респондентов.

Мы видим, что потребность школьников в двигательной активности достаточно высока, и при её организации на должном уровне отдельного внимания требуют вопросы проведения различного типа спортивных и подвижных игр в перерывах между уроками, а также информационной работы с родителями по проведению утренней гимнастики и посещения спортивных секций по месту жительства.

Таким образом, целесообразный подбор и рациональное использование физкультурного оборудования и физических упражнений в разных формах двигательной активности способствует развитию физических качеств и творческих способностей, формированию разнообразных двигательных умений и навыков, воспитанию нравственно-волевых качеств, повышению интереса обучающихся к физическому воспитанию в целом.

#### Список использованной литературы

1. Безруких, М.М. Психофизиология : словарь / М.М. Безруких, Д.А. Фарбер. – М. : ПЕР СЭ, 2005. – 127 с.
2. Барчуков, И.С. Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб.-метод. пособие / И.С. Барчуков ; под. общ. ред. Г.В. Барчукова. – М. : КНОРУС, 2017. – 366 с.
3. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. – 4-е изд., стер. и доп. – СПб. : Лань, 2004. – 160 с.

## РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СТАНОВЛЕНИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА МЕДИЦИНСКОГО УНИВЕРСИТЕТА КАК БУДУЩЕГО МЕДРАБОТНИКА

**Дынько Арина (ФГБОУ ВО КрасГМУ им. проф. В. Ф. Войно-Ясенецкого Минздрава России, г. Красноярск)**  
**Научный руководитель – А.Б. Дынько**

В настоящее время социальная политика государства направлена на создание благоприятных условий жизни своих граждан. В современном мире человечество активно занимается спортом и здоровым образом жизни – эти понятия очень тесно взаимосвязаны. В понятие «здоровье» вкладываются не только отсутствие болезней, но и другие формы человеческого поведения, которые позволяют достичь высокого уровня психического, эмоционального и физиологического благополучия