Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







СОВРЕМЕННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ПОВЫШЕНИЮ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Р. Х. Кадиров
Азиатский Международный Университет
Профессор кафедры физической культуры
rashidkadirov47@gmail.com
https://doi.org/10.5281/zenodo.23565356

Аннотация. В тезисах рассматриваются педагогические подходы к повышению двигательной активности школьников в условиях общеобразовательной школы. Раскрываются возможности дифференцированного обучения, игровых заданий, сотрудничества, поддержки самостоятельности учащихся и организации активного школьного дня. Особое внимание уделяется формированию положительного отношения к движению, обеспечению доступности упражнений и оценке индивидуального прогресса. Предлагается последовательность педагогических действий, включающая выявление причин недостаточной активности, постановку доступных целей, подбор упражнений и развивающую обратную связь. Подчёркивается необходимость согласования урочной и внеурочной деятельности, вз аимодействия с семьёй и учёта индивидуальных возможностей учащихся.

Ключевые слова: двигательная активность, школьники, физическое воспитание, педагогические подходы, мотивация, дифференцированное обучение, подвижные игры, индивидуальный прогресс.

Введение

Повышение двигательной активности школьников требует создания условий, при которых каждый ребёнок получает возможность регулярно участвовать в доступной и содержательной физической деятельности. Задача школы заключается не только в обучении упражнениям и выполнении учебных нормативов, но и в формировании устойчивого интереса к движению. Рекомендации Всемирной организации здравоохранения предусматривают для детей и подростков 5–17 лет в среднем не менее 60 минут физической активности умеренной и высокой интенсивности в день в течение недели. Этот объём относится к совокупной повседневной активности, а не только к урокам физической культуры. Следовательно, педагогическая работа должна охватывать разные возможности движения в течение дня [1]. Актуальность проблемы подтверждается докладом UNESCO о состоянии качественного физического воспитания, в котором рассматриваются недостаточная обеспеченность занятиями, кадровые и ресурсные ограничения, а также неравенство доступа к физическому воспитанию [2]. Поэтому увеличение активности учащихся необходимо связывать как с организацией школьной среды, так и с совершенствованием методов преподавания.

Цель работы - рассмотреть современные педагогические подходы к повышению двигательной активности школьников и предложить способы их применения в образовательном процессе.

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







Методы работы - анализ научно-методической литературы и международных рекомендаций, сопоставление педагогических подходов и разработка практических предложений. Работа имеет теоретико-методический характер и не содержит результатов собственного педагогического эксперимента.

Мотивационная поддержка и самостоятельность учащихся

Одним из направлений повышения активности является создание учебной обстановки, в которой школьник понимает смысл задания, чувствует возможность его выполнить и получает поддержку учителя. Научные обзоры связывают поддерживающее поведение преподавателя, предоставление осмысленного выбора и уважительное взаимодействие с более благоприятными мотивационными результатами на уроках физической культуры [3; 4]. При этом положительная мотивация на уроке сама по себе ещё не доказывает увеличения повседневной активности за пределами школы. В практической работе целесообразно предлагать ограниченный выбор равноценных заданий. Например, при развитии координации учащийся может выбрать упражнения с мячом, прохождение полосы препятствий или выполнение последовательности движений. Учитель определяет образовательную цель и условия безопасности, а школьник участвует в выборе способа её достижения.Обратная связь должна объяснять, что уже получается и над чем следует работать дальше. Вместо общей оценки «плохо» полезнее указать конкретное действие: сохранить равновесие при приземлении, изменить положение рук или выбрать более устойчивый темп. Такое объяснение делает следующее задание понятным и выполнимым.

Дифференцированный подход к организации упражнений

Учащиеся одного класса различаются по двигательному опыту, подготовленности, уверенности и скорости освоения новых действий. Поэтому одинаковое задание с едиными требованиями не всегда обеспечивает содержательное участие каждого школьника.Предлагается сохранять общую учебную цель, изменяя условия выполнения упражнения. При обучении броскам можно варьировать расстояние до цели и размер мяча; при развитии выносливости - продолжительность работы, темп и соотношение движения с отдыхом. Выбор варианта должен учитывать подготовленность учащегося и установленные для него ограничения. Дифференциация не должна закреплять постоянные категории «сильных» и «слабых». Уровень сложности пересматривается по мере освоения задания. Основанием для перехода служат качество выполнения, уверенность и способность сохранять заданные условия работы.Особое значение имеет доступность участия. Изменение оборудования, правил и пространства позволяет включать учащихся с различными возможностями в общую деятельность. При этом адаптация задания должна сохранять его образовательный смысл, а не сводиться к формальному присутствию ребёнка на занятии.

Игровые задания и обучение в сотрудничестве

Подвижные игры могут использоваться как способ решения конкретных двигательных задач. Их содержание следует подбирать в соответствии с целью урока: развитием ориентировки, точности, координации, взаимодействия или способности быстро принимать решения.Для повышения участия

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







целесообразны игры в небольших группах, несколько параллельных игровых площадок и правила, сокращающие ожидание очереди. Например, вместо одной эстафеты для всего класса можно организовать несколько коротких маршрутов с доступными вариантами сложности.Следует пересматривать правила, при которых допустивший ошибку ученик надолго выбывает. В качестве альтернативы можно предусмотреть короткое дополнительное задание и последующее возвращение в игру. Это позволяет сохранить участие и использовать ошибку как часть обучения.Обучение в сотрудничестве предполагает общую задачу и понятную роль каждого участника. В парной работе один школьник выполняет движение, другой наблюдает за одним заранее обозначенным признаком, затем роли меняются. Задания на наблюдение должны быть краткими, чтобы взаимопомощь не сокращала существенно время двигательной практики.

Практические способы организации активного школьного дня

Ниже представлены методические предложения, которые могут адаптироваться к условиям конкретной школы.

Педагогический подход	Пример организации	Что целесообразно оценивать
Поддержка самостоятельности	Выбор одного из нескольких заданий с общей учебной целью	Осмысленность выбора и участие
Дифференциация	Изменение расстояния, темпа, оборудования и сложности	Доступность и качество выполнения
Игровой подход	Игры в малых группах с коротким ожиданием	Вовлечённость и время участия
Сотрудничество	Парные упражнения с краткой взаимной обратной связью	Взаимодействие и освоение движения
Активные перерывы	Короткие комплексы движений между периодами сидячей работы	Регулярность проведения и участие
Индивидуальные цели	Доступная цель на определённый период	Изменение относительно исходного уровня

Активные перерывы и внеурочные мероприятия следует рассматривать как дополнение к полноценным урокам физической культуры. Их содержание может включать простые координационные упражнения, движения под музыку, прогулки и доступные подвижные игры.Работу с семьёй целесообразно строить через конкретные предложения: совместную прогулку, игру на открытом воздухе или выбор доступного активного досуга. При этом задания не должны требовать обязательной покупки оборудования или посещения платных секций.

Оценка индивидуального прогресса

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







Повышение двигательной активности нельзя оценивать исключительно по результатам бега, прыжков или силовых упражнений. Физическая подготовленность и двигательная активность связаны, но отражают разные стороны развития: первая характеризует возможности выполнения определённых задач, вторая - фактическое участие в движении. Поэтому улучшение тестовых результатов следует рассматривать вместе с изменениями в повседневном двигательном поведении школьника.Для педагогического наблюдения предлагается учитывать регулярность участия, время выполнения двигательных заданий, освоение техники, уверенность и отношение школьника к занятиям. Эти показатели необходимо анализировать совместно, не заменяя их одним итоговым баллом. Важно сравнивать достижения учащегося прежде всего с его исходным уровнем, учитывая условия выполнения заданий и индивидуальные возможности.

Для фиксации изменений можно использовать краткую карту наблюдения, в которой отмечаются первоначальные затруднения, поставленная цель и достигнутые результаты. Дополнить наблюдение учителя позволяет самооценка школьника: какие упражнения стали доступнее, в каких ситуациях сохраняются трудности и какую помощь он считает необходимой. Такая информация помогает корректировать задания и вовлекать учащегося в обсуждение собственного развития.Методическую работу можно организовать последовательно: выявить причины ограниченного участия, определить доступную цель, подобрать задания, наблюдать за выполнением и скорректировать условия. Например, если ребёнок избегает игры из-за недостаточного владения мячом, первоначальной задачей становится освоение базовых действий в спокойной обстановке, после чего усложняется игровая ситуация. Прогресс в данном случае может выражаться не только в точности передачи, но и в более самостоятельном и уверенном участии в игре. Обратная связь должна содержать конкретное описание достижения и понятную рекомендацию. Вместо общего замечания целесообразно объяснить, какое действие улучшилось и что необходимо освоить далее. При этом результаты индивидуального наблюдения не следует использовать для публичного сравнения или закрепления за учащимися постоянных оценочных категорий.

Заключение

Современные педагогические подходы к повышению двигательной активности школьников предполагают сочетание доступных упражнений, осмысленного выбора, игровых заданий и поддерживающего взаимодействия. Их применение должно учитывать причины ограниченного участия конкретного ребёнка, его двигательный опыт, интересы и возможности школьной среды.Практическое значение имеет организация занятий, при которой сокращается ожидание, сохраняется участие учащихся с различной подготовленностью и становится заметным индивидуальный прогресс. Дифференциация заданий позволяет сохранять общую образовательную цель, предлагая разные способы её достижения. Игровые формы и сотрудничество при этом должны обеспечивать содержательную двигательную практику каждому участнику.

Важная роль принадлежит учителю, который подбирает упражнения, регулирует сложность, наблюдает за состоянием учащихся и предоставляет

Email:

conference@houghtonstreetreview.com

Website:

www.houghtonstreetreview.com/index.php/conference

© 2026 International Online Conference on Multidisciplinary Academic Research. All Rights Reserved.

Editor-in-Chief:

Dr. Ewelum Johnson Nnadi

Managing Editors:

1.Harold Jan R. Terano

2.Dr. Mandakini Singla

3.Massoud Kaykhaii







развивающую обратную связь. Оценивание должно помогать школьнику понимать собственные достижения, осознавать имеющиеся трудности и выбирать следующий шаг в обучении. Особого внимания требуют дети, которые редко проявляют инициативу или избегают коллективных двигательных заданий.Систематическая работа требует согласования уроков физической культуры, активных перерывов, внеурочной деятельности и поддержки семьи. При этом предпочтение следует отдавать доступным формам движения, которые можно регулярно включать в школьную и повседневную жизнь без обязательного использования дорогостоящего оборудования. Предложенные способы организации нуждаются в проверке в конкретных школьных условиях. Их результативность следует оценивать по изменениям фактической активности, устойчивости участия и качества освоения движений, а не только по интересу к отдельному мероприятию. Перспективным направлением дальнейшей работы является разработка доступных карт педагогического наблюдения и изучение того, какие сочетания методов помогают поддерживать активность школьников в течение учебного года.

Список использованной литературы

1. World Health Organization. WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: WHO, 2020. Ссылка.
2. UNESCO. The Global State of Play: Report and Recommendations on Quality Physical Education. Paris: UNESCO, 2024. Ссылка.
3. Leadership practices of physical education teachers and student-related outcomes: a systematic mixed method review and analysis. Frontiers in Psychology. 2024. DOI: 10.3389/fpsyg.2024.1442014.
4. The effect of perceived teachers' interpersonal behavior on students' learning in physical education: a systematic review. Frontiers in Psychology. 2023. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1233556.