

УДК 796.011.3  
ББК 74.267.5

DOI: 10.31862/1819-463X-2024-5-187-194

## ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ШКОЛЕ: ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

В. П. Лукьяненко, С. П. Аршинник, Н. А. Амбарцумян,  
Т. И. Дорохина, Н. В. Лукьяненко

**Аннотация.** Учителя сталкиваются с серьезными проблемами при осуществлении попыток создания эффективной системы домашних заданий по физической культуре в общеобразовательной школе. Основные из них связаны с трудностями организации систематического контроля за качеством их выполнения и отсутствием понимания их необходимости большинством участников учебно-воспитательного процесса (обучающимися, их родителями, учителями-предметниками, администрацией школ).

Цель – изучить отношение учителей и старшеклассников к системе домашних заданий по физической культуре и практику их применения в учебном процессе. В социолого-педагогическом исследовании приняли участие 118 обучающихся 9–11-х классов и более 40 учителей общеобразовательных школ Ставропольского края. Методы исследования: беседа, опрос, анализ проблемной ситуации, сравнительный анализ. Результаты исследования свидетельствуют о том, что 78% старшеклассников не получают домашних заданий по физической культуре. При этом хотели бы получать такие задания и готовы с интересом их выполнять 35% обучающихся.

Одним из основных факторов, влияющих на результативность домашней работы по физической культуре, является необходимость осознания специалистами ценности применения системы домашних заданий в общеобразовательном процессе по физической культуре. Для достижения основных целей и задач общего физкультурного образования, преподавателям необходимо тщательно продумывать их структуру и содержание, подбирать наиболее рациональные средства, формы и методы организации самостоятельной учебной деятельности, а также способы контроля и оценки ее качества.

**Ключевые слова:** учебный предмет «Физическая культура», домашние задания, самостоятельная учебная работа, качество физкультурного образования.

© Лукьяненко В. П., Аршинник С. П., Амбарцумян Н. А., Дорохина Т. И., Лукьяненко Н. В., 2024



Контент доступен по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International License  
The content is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

**Для цитирования:** Домашние задания по физической культуре в школе: проблемы и пути их решения / В. П. Лукьяненко, С. П. Аршинник, Н. А. Амбарцумян, Т. И. Дорохина, Н. В. Лукьяненко // Наука и школа. 2024. № 5. С. 187–194. DOI: 10.31862/1819-463X-2024-5-187-194.

## PHYSICAL EDUCATION HOMEWORK AT SCHOOL: PROBLEMS AND WAYS TO SOLVE THEM

**V. P. Lukyanenko, S. P. Arshinnik, N. A. Ambartsumyan,  
T. I. Dorokhina, N. V. Lukyanenko**

**Abstract.** *Teachers face serious problems when trying to create an effective system of PE homework in a comprehensive school. The main ones are related to the difficulties of organizing systematic control over the quality of their implementation and the lack of understanding of their necessity by the majority of participants in the educational process (students, their parents, subject teachers, school administrators).*

*Objectives.* *The study of the attitude of teachers and high school students to the system of homework in PE, as well as the practice of its application in the educational process.*  
*Sample.* *118 students of grades 9–11 and more than 40 teachers of secondary schools of the Stavropol Territory took part in the socio-pedagogical study. Methods: conversation, survey, problem situation analysis, comparative analysis. The results of the study indicate that 78% of high school students do not receive PE homework. At the same time, 50% of students would like to receive such tasks and are ready to perform them with interest.*

*Conclusions.* *One of the main factors influencing the effectiveness of PE homework is the need for specialists to realize the value of using the homework system in the general educational process of physical education. To achieve the main goals and objectives of general physical education, teachers need to carefully consider their structure and content, select the most rational means, forms and methods of organizing independent learning activities, as well as ways to control and evaluate the quality of such activities.*

**Keywords:** *academic subject “Physical Education”, homework, independent study work, quality of physical education.*

**Cite as:** Lukyanenko V. P., Arshinnik S. P., Ambartsumyan N. A., Dorokhina T. I., Lukyanenko N. V. Physical education homework at school: problems and ways to solve them. *Nauka i shkola*. 2024, No. 5, pp. 187–194. DOI: 10.31862/1819-463X-2024-5-187-194.

### Введение

Домашние задания являются обязательным, неотъемлемым элементом общеобразовательного процесса, обладают колоссальными временными и дидактическими ресурсами, как фактор обеспечения качества образовательного процесса. Однако до настоящего времени не прекращаются споры о целесообразности их применения в учебном процессе по физической культуре в школе. Как правило, если они и задаются, то эпизодически, бессистемно.

С целью изучения отношения учителей и старшеклассников к системе домашних заданий по физической культуре, а также практики их применения в учебном процессе нами было организовано социолого-педагогическое исследование, в котором

приняли участие 118 обучающихся 9–11-х классов и более 40 учителей общеобразовательных школ Ставропольского края.

### Основное содержание работы

Изучение специальной литературы и практики использования домашней работы с целью повышения эффективности общего образования убедительно свидетельствует о том, что при попытках создания эффективной системы домашних заданий по физической культуре учитель сталкивается с немалыми трудностями и, пожалуй, главная из них – организация контроля за их выполнением [1], которая должна осуществляться систематически [2].

Для выстраивания эффективной системы домашних задания по физической культуре учитель должен уделять большое внимание систематичности их применения и тщательной проверке качества их выполнения обучающимися. При этом в учебных пособиях по методике физического воспитания школьников можно встретить существенно отличающиеся рекомендации, определяющие кратность проверки домашних заданий: от советов осуществлять их проверку на каждом занятии до одного раза в месяц, четверть и т. п. [3, с. 68; 1; 2 и др.].

Изучая данную проблему, Д. В. Фонарев (2020) отмечает: «Противники сетуют на то, что и без того у школьников достаточно проблем и с другими предметами, а тут еще и по физкультуре что-то делать придется... Во-первых, это дополнительная и не всегда сочетаемая с мировоззрением ученика работа». По мнению автора, исходя из того, что обучающиеся должны выполнять по другим учебным предметам домашние задания интеллектуальной направленности, задания по физической культуре должно быть практико-ориентированными. Во-вторых, в соответствии с традиционными представлениями об особенностях проведения уроков физической культуры, проверка качества выполнения обучающимися домашних заданий по физической культуре очень затруднительна [4, с. 79].

По мнению В. П. Лукьяненко (2014, 2016), основная причина недостаточной популярности домашних заданий по физической культуре заключается в том, что в нашем обществе в целом и в педагогическом сообществе в частности нет достаточно полного осознания места, роли и важности этого учебного предмета в системе общего образования [5–8]. В этой связи к физической культуре зачастую относятся как к второстепенному учебному предмету, а в большинстве случаев – как к досуговой деятельности, позволяющей школьникам отдохнуть после интеллектуальных нагрузок.

Положение усугубляется несовершенством инструктивно-методического и регламентирующего обеспечения этой деятельности. В частности, это находит свое отражение в недостаточной согласованности методической и регламентирующей деятельности, когда Методические рекомендации Института стратегии развития образования (ИСРО) в определенной части противоречат нормативным правовым актам Минпросвещения РФ по этому поводу [9, с. 40].

### Результаты социолого-педагогического исследования и их обсуждение

Проведенное нами исследование свидетельствует о том, что 78% старшеклассников не получают домашних заданий по физической культуре. Из ответов большинства школьников видно, что домашние задания им задавались только во время карантина, в условиях дистанционного обучения.

При этом хотели бы систематически получать такие задания по физической культуре и готовы с интересом их выполнять 35% обучающихся. В качестве примеров наиболее интересных для них заданий были приведены следующие:

- *двигательной направленности*: отжимание, приседание, бег, прыжки через скакалку, бёрпи, утренняя гимнастика, переворот боком, езда на велосипеде, посещение спортивной площадки;
- *интеллектуальной направленности*: доклад об особенностях нормирования физической нагрузки, тесты по теоретическому материалу изучаемого раздела;
- *творческой направленности*: придумать новые или усложненные упражнения, разработать проект о любимом виде спорта и т. п.

Обращает на себя внимание то, что старшеклассникам кажутся интересными разнотипные домашние задания: интеллектуальной, двигательной, творческой направленности.

Высказывая свое мнение по отношению к домашним заданиям по физической культуре, большинство обучающихся (65%) выразили сомнения их необходимости; 20% – затруднились в ответе на этот вопрос. Твердую уверенность в необходимости домашних заданий по физической культуре выразили лишь 15% респондентов.

При этом, если суммировать количество школьников, охотно выполняющих домашнюю работу по физической культуре (15%), и тех, кто выполнял бы их с интересом, если бы такая работа была задана (35%), получается, что 50% старшеклассников готовы к выполнению домашних заданий по физической культуре. Эти данные свидетельствуют о том, что при условии использования домашних заданий, которые воспринимаются обучающимися как полезные и интересные, количество школьников, положительно относящихся к их включению в образовательный процесс, может существенно увеличиться.

На вопрос «Насколько часто вам задают домашние задания по физической культуре?» обучающиеся (которым такие учебные задания дают) отметили, что это бывает раз в неделю или раз в год. Единицы из опрошенных отметили, что получают задания каждый урок. Можно предположить, что эти обучающиеся имеют освобождение от занятий.

По мнению школьников, 16% учителей всегда (или чаще всего) проверяют качество выполнения домашних заданий по физической культуре, 2% учителей задания чаще всего не проверяют и 2% вообще не проверяют.

В свою очередь учителя отмечают, что запись домашних заданий по физической культуре (для обучающихся 1–11-х классов) в специальных разделах (графах) бумажных и электронных журналов они рассматривают как свою обязанность. Необходимость такой записи обусловлена требованиями федеральных образовательных программ, в соответствии с которыми домашние задания предусмотрены для обучающихся начиная с 1-х классов по всем общеобразовательным предметам (общей длительностью выполнения для первоклассников – не более одного часа) [10, с. 3893]. От класса к классу общее время выполнения домашних заданий увеличивается.

В ходе бесед с учителями физической культуры выявлено, что они практически не задают домашние задания, а если и делают это, то не требуют от обучающихся обязательного их выполнения. По словам учителей, домашняя учебная работа задается только тем, кто временно или постоянно освобожден от занятий по физической культуре. Как правило, это: доклады, рефераты, презентации по рекомендуемой учителем тематике.

Главным обоснованием такого отношения к домашним заданиям является убежденность учителей в том, что обучающиеся и без домашней работы по физической культуре перегружены учебной деятельностью.

Некоторые учителя приводили примеры предприняемых ими попыток по разработке и реализации системы домашних заданий по физической культуре в образовательном процессе. Но все они, как правило, заканчивались неудачей. Во многом это обусловлено недопониманием (вплоть до проявлений полного неприятия) значимости домашней самостоятельной работы по физической культуре как со стороны школьников и их родителей, так и со стороны администрации школы.

По нашему мнению, для того чтобы не возникало подобных коллизий, должны быть разработаны и применяться единые требования к качеству преподавания учебного предмета «Физическая культура». Они должны быть такими же, как и ко всем другим общеобразовательным дисциплинам.

Не только до учителей физической культуры, но и до каждого члена административного аппарата школы необходимо доносить информацию о необходимости добросовестного выполнения основных положений нормативно-правовых документов, регламентирующих общеобразовательный процесс, в том числе и по физической культуре. Необходимо постоянно, планомерно и настойчиво оказывать воздействие на сознание обучающихся и их родителей, формируя понимание того, что каждый учебный предмет должен вносить свой весомый вклад в гармоничное развитие личности.

При первых попытках создания системы домашних заданий по физической культуре учителям важно не допустить отношения к ним со стороны обучающихся как к некоей странности, нелепости, никчемности, бессмысленности. Для этого нужно планомерно, систематически и настойчиво стремиться к созданию таких условий организации общеобразовательного процесса по физической культуре, которые бы позволили обучающимся самим, с искренней заинтересованностью выполнять рекомендуемые учителем домашние задания. Обучающимся следует систематически объяснять, каким образом следует контролировать и оценивать предлагаемые упражнения с точки зрения соблюдения правильной техники, в какой последовательности необходимо повторять упражнения, как правильно дозировать нагрузку, как безопасно и рационально организовывать место занятий и др. [3, с. 68].

Как показывает практика, положительные впечатления и обмен мнениями между школьниками о самостоятельной учебной деятельности по физической культуре могут способствовать увеличению количества обучающихся, систематически и качественно выполняющих домашние задания по предмету.

Важным условием, обеспечивающим эффективность выполнения обучающимися домашних заданий по физической культуре, является создание у них четкого представления о содержании задаваемых на дом упражнений, их дозировке, условий, обеспечивающих безопасность их выполнения, а главное – об их пользе для повышения качества образовательного процесса и гармоничного развития личности обучающихся.

## Выводы

1. Одним из основных факторов, существенно сдерживающих более широкое использование домашней работы по физической культуре и снижающих ее результативность, является недостаточное осознание непреходящей роли этого вида

физкультурной деятельности как важнейшего условия для перерастания учебной работы в процесс непрерывного физического самосовершенствования и гармонического развития на протяжении всей индивидуальной жизни человека.

2. В педагогическом сообществе и в обществе в целом еще не сложилось достаточно полное осознание места, роли и важности учебного предмета «Физическая культура» в системе общего образования [5–8]. В этой связи к физической культуре зачастую относятся как к второстепенному учебному предмету, а в большинстве случаев – как к досуговой деятельности, позволяющей школьникам отдохнуть после интеллектуальных нагрузок.

3. Главным аргументом противников домашних заданий по физической культуре является то, что у школьников и без них достаточно проблем с выполнением заданий по другим предметам. Их выполнение рассматривается как дополнительная и не всегда уместная работа в числе других обязанностей школьников. Исходя из таких представлений, а также из того факта, что домашние задания по другим предметам характеризуются значительными интеллектуальными нагрузками, направленность домашних заданий по физической культуре должна быть в основном практико-ориентированными.

4. Для достижения основных целей и задач общего физкультурного образования преподавателям необходимо тщательно продумывать структуру и содержание домашних заданий, подбирать наиболее рациональные средства, формы и методы организации самостоятельной учебной деятельности, а также способы контроля и оценки качества такой деятельности.

5. Не менее важным является выстраивание системы домашних заданий с опорой на принципы преемственности, последовательности, систематичности, взаимосвязи содержания, цели, задач образовательного процесса; на правила обучения от простого к сложному, на использование способов контроля, учитывающих возможности, способности, специфику интересов обучающихся и др.

6. В практической педагогической деятельности необходимо стремиться к обеспечению тесной взаимосвязи как между содержанием смежных уроков, так и домашними заданиями по каждому из них. При этом содержание домашних заданий может не быть единым для всех обучающихся, но они должны быть обязательными, как неотъемлемый элемент единого образовательного процесса.

7. Система домашних заданий по физической культуре характеризуется наличием значительно большего количества неразрешенных проблем, чем по другим общеобразовательным предметам. При этом одной из самых сложных из них является проверка качества выполнения обучающимися домашних заданий.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Долгошеева Е. В. Общие вопросы методики преподавания математики в начальных классах. Курс лекций: учеб. пособие. Елец: ЕГУ им. И. А. Бунина, 2012. 83 с.
2. Теория и методика физической культуры: учебник для студентов вузов ... по направлению 521900 «Физ. культура» и специальности 022300 – «Физ. культура и спорт» / [Ю. Ф. Курамшин, В. И. Григорьев, Н. Е. Латышева и др.]; под ред. Ю. Ф. Курамшина. М.: Совет. спорт, 2003. 463 с.
3. Методика физического воспитания школьников / Д. А. Аросьев, Л. В. Бавина, Г. А. Баранчукова и др.; под ред. Г. Б. Мейксона, Л. Е. Любомирского. М.: Просвещение, 1989. 143 с.
4. Фонарев Д. В. Теоретико-методические аспекты физического воспитания и физической культуры: учеб. пособие. Казань: Поволжский ГУФКСИТ, 2020. Ч. 2. 144 с.

5. Лукьяненко В. П. Сущность понятия и основное предназначение учебного предмета «Физическая культура». Постановка проблемы // Физическая культура в школе. 2014. № 5. С. 2–6.
6. Лукьяненко В. П. Сущность понятия и основное предназначение учебного предмета «Физическая культура». Пути решения проблемы // Физическая культура в школе. 2014. № 6. С. 9–14.
7. Лукьяненко В. П. Сущность понятия и главное предназначение общего образования по физической культуре: постановка проблемы // Физическая культура в школе. 2016. № 2. С. 2–8.
8. Лукьяненко В. П. Сущность понятия и главное предназначение общего образования по физической культуре: методологические основания решения проблемы // Физическая культура в школе. 2016. № 3. С. 4–10.
9. Абызов В. А., Вифлеемский А. Б. Домашние задания в школах: методические рекомендации // Народное образование. 2024. № 3. С. 38–46.
10. Федеральная образовательная программа начального общего образования (от 18.05.2023 г. № 372). URL: <https://fgosreestr.ru/uploads/files/3f927579796e302036653e070b741fd2.pdf> (дата обращения: 15.11.2023).

### REFERENCES

1. Dolgosheeva E. V. *Obshchie voprosy metodiki prepodavaniya matematiki v nachalnykh klassakh. Kurs lektsiy. Textbook*. Elets: EGU im. I. A. Bunina, 2012. 83 p.
2. Kuramshin Yu. F., Grigoryev V. I., Latysheva N. E. et al. *Teoriya i metodika fizicheskoy kultury. Textbook*. Ed. by Yu. F. Kuramshin. Moscow: Sovet. sport, 2003. 463 p.
3. Arosyev D. A., Bavina L. V., Baranchukova G. A. et al. *Metodika fizicheskogo vospitaniya shkolnikov*. Ed. by G. B. Meykson, L. E. Lyubomirsky. Moscow: Prosveshchenie, 1989. 143 p.
4. Fonarev D. V. *Teoretiko-metodicheskie aspekty fizicheskogo vospitaniya i fizicheskoy kultury. Textbook*. Kazan: Povolzhskiy GUFKSIT, 2020. Part 2. 144 p.
5. Lukyanenko V. P. Sushchnost ponyatiya i osnovnoe prednaznachenie uchebnogo predmeta “Fizicheskaya kultura”. Postanovka problem. *Fizicheskaya kultura v shkole*. 2014, No. 5, pp. 2–6.
6. Lukyanenko V. P. Sushchnost ponyatiya i osnovnoe prednaznachenie uchebnogo predmeta “Fizicheskaya kultura”. Puti resheniya problem. *Fizicheskaya kultura v shkole*. 2014, No. 6, pp. 9–14.
7. Lukyanenko V. P. Sushchnost ponyatiya i glavnoe prednaznachenie obshchego obrazovaniya po fizicheskoy kulture: postanovka problem. *Fizicheskaya kultura v shkole*. 2016, No. 2, pp. 2–8.
8. Lukyanenko V. P. Sushchnost ponyatiya i glavnoe prednaznachenie obshchego obrazovaniya po fizicheskoy kulture: metodologicheskie osnovaniya resheniya problem. *Fizicheskaya kultura v shkole*. 2016, No. 3, pp. 4–10.
9. Abyzov V. A., Vifleemskiy A. B. Domashnie zadaniya v shkolakh: metodicheskie rekomendatsii. *Narodnoe obrazovanie*. 2024, No. 3, pp. 38–46.
10. Federalnaya obrazovatel'naya programma nachalnogo obshchego obrazovaniya (ot 18.05.2023 No. 372). Available at: <https://fgosreestr.ru/uploads/files/3f927579796e302036653e070b741fd2.pdf> (accessed: 15.11.2023).

---

**Лукьяненко Виктор Павлович**, доктор педагогических наук, профессор кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта факультета физической культуры и спорта, Северо-Кавказский федеральный университет

**e-mail: viktor246@mail.ru**

**Lukyanenko Viktor P.**, ScD in Education, Professor, Educational Technologies of Physical Culture and Sports Department, Faculty of Physical Culture and Sports, North-Caucasus Federal University

**e-mail: viktor246@mail.ru**



**Аршинник Сергей Павлович**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики легкой атлетики, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

**e-mail: arschinnik\_fk@mail.ru**

**Arshinnik Sergey P.**, PhD in Education, Assistant Professor, Theory and Methodology of Athletics Department, Kuban State University of Education, Sport and Tourism

**e-mail: arschinnik\_fk@mail.ru**

**Амбарцумян Наталья Александровна**, старший преподаватель кафедры общей и профессиональной педагогики, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма

**e-mail: natalia.ambartsumian@mail.ru**

**Ambartsumyan Natalia A.**, Senior Lecturer, General and Professional Pedagogy Department, Kuban State University of Education, Sport and Tourism

**e-mail: natalia.ambartsumian@mail.ru**

**Дорохина Татьяна Ивановна**, аспирант, кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры, Ставропольский государственный педагогический институт; ассистент, кафедра теории и методики спорта, Северо-Кавказский федеральный университет

**e-mail: tanyshkapatrik@mail.ru**

**Dorokhina Tatyana I.**, PhD post-graduate student, Physical Education and Adaptive Physical Culture Department, Stavropol State Pedagogical Institute; Assistant, Theory and Methodology of Sports Department, North-Caucasus Federal University

**e-mail: tanyshkapatrik@mail.ru**

**Лукьяненко Наталья Владимировна**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры образовательных технологий физической культуры и спорта, Северо-Кавказский федеральный университет

**e-mail: uspehnatalja@mail.ru**

**Lukyanenko Natalia V.**, PhD in Education, Assistant Professor, Educational Technologies of Physical Culture and Sports Department, North-Caucasus Federal University

**e-mail: uspehnatalja@mail.ru**

*Статья поступила в редакцию 14.12.2023*

*The article was received on 14.12.2023*