

Роль физического воспитания в современных условиях.

(из опыта работы учителей КГУ «ОШ №30»)

Вострикова М.В., Лобода С.Г., Чехранова И.В.

Успешное решение задач физического воспитания младших школьников возможно лишь в том случае, если оно становится органической частью всего учебно-воспитательного процесса школы, предметом общего беспокойства педагогического коллектива, родителей, общественности, когда каждый педагогический работник выполняет свои обязанности в соответствии с "Положением о физическом воспитании учеников общеобразовательной школы"

Задачи физического воспитания младших школьников такие:

- 1) укреплять здоровье и содействовать правильному физическому развитию;
- 2) формировать двигательные умения и навыки;
- 3) вооружать учеников знаниями по физической культуре, гигиене, о правилах закаливания;
- 4) развивать двигательные (физические) качества;
- 5) формировать интерес к физкультуре и потребность заниматься ей;
- 6) воспитывать позитивные морально-волевые качества;

В настоящий момент мы, учителя начальной школы, преподающие уроки физической культуры наблюдаем колоссальное влияние карантинных мер на снижение уровня физической активности среди своих учеников. Младшие школьники испытывали и продолжают испытывать стресс из-за нового формата учебы. Они не в состоянии эффективно использовать время, чтобы в свободные часы заниматься физкультурой. Из-за физического и социального десантирования они часто не могут играть со сверстниками в коллективные игры. А ведь коллективные игры обычно составляли наибольший процент физической активности младшего школьника.

Из-за частых карантинных мер работа спортивных кружков и секций стала нерегулярной и дети лишились возможности заниматься своими любимыми видами спорта, что приводит их в состояние тревожности и депрессии. Родители тоже попали в новые условия, оказались неподготовленными к ним.

В ходе частных бесед, анкетирования нами было установлено, что родители не знают, как физически развивать своих детей, в какие спортивные игры можно играть в стенах дома, какой уровень физической нагрузки необходим им согласно возрасту. Дистанционный режим работы родителей привёл к перегруженности, и это также повлияло на нарушение режима сна и бодрствования, питания и гаджетизации детей.

Изучив листы здоровья классов, мы сделали неутешительные выводы:

Класс	Количество учащихся	Количество учащихся без патологий (диагноз здоров)	Количество учащихся с патологиями	Имеют постоянное освобождение от уроков физической культуры
1Б	23	11 учащихся-	12 учащихся-	

		48%	52%	
2Б	24	13 учащихся- 54%	11 учащихся- 46%	
3Б	26	8 учащихся- 30%	18 учащихся- 69%	1учащийся

Как видно из таблицы, уже в начальных классах половина учащихся имеет те или иные проблемы со здоровьем.

Медики не в состоянии справиться с проблемами ухудшения здоровья детей, поэтому встаёт вопрос о превентивной работе, о формировании осознанного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Работа в данном направлении ложится на плечи педагогов. Здоровье – фундаментальная ценность развитого общества. Хочется отметить, что личностная ценность стремление быть здоровым не является инстинктом человека и формируется в процессе воспитания и обучения. Следовательно, зависит от среды, родителей, общества, учителя.

Отсюда к учебному предмету «Физическая культура» и к другим формам физического воспитания в общеобразовательной школе общество предъявляет важнейшее требование: сформировать у каждого учащегося персональный уровень физкультурной образованности, который бы стал фундаментом их возможностей самостоятельно поддерживать соматическое здоровье и совершенствоваться как личность. Данной проблемой занимались такие ученые как Т.С. Ахметов, Н.Т. Алипова, Ю.П. Бойко, М.Е. Петракова, К.К. Рахимжанова, С.Р. Садвакасова, Н.К. Смирнов, К.Е. Сарсенов, Л. Цаплина и другие. В своих исследованиях, Н.Т. Алипова приходит к выводу, что физическое развитие детей является одним из основных критериев состояния здоровья детской популяции, который отражает влияние эндо- и экзогенных факторов, так как организм ребенка претерпевает процесс непрерывного роста и развития, и нарушение его нормального развития должно рассматриваться как показатель неблагополучия в состоянии здоровья [1, с. 112]. Именно поэтому необходимо получение своевременной информации о физическом развитии подрастающего поколения. Ю.П. Бойко в своих исследованиях приходит к заключению, что образовательное учреждение на современном этапе развития общества должно стать важнейшим звеном в формировании и укреплении здоровья учащихся. В связи с этим возникает необходимость изменения ориентации традиционной школы с передачи знаний, умений и навыков на целостное развитие ребенка без нанесения ущерба его здоровью, а также расширение функций образования, направленных на всестороннее развитие здорового ребенка в течение всей его учебной деятельности [2, с. 33].

Как же мы предлагаем разнообразить работу по укреплению здоровья младших школьников и что для этого делаем в стенах нашей школы:

- ежедневные физминутки на уроках, применение здоровьесберегающих технологий на уроках;
- активные перемены;
- при пятидневной учебной неделе в школе введён проект «Активная суббота» - для проведения различных мероприятий в том числе спортивных;

-ежегодные массовые спортивные мероприятия;
-«Мама, папа, я- спортивная семья» (к 15 мая -День семьи);
-«Маленькие космические безобразия» (Ко дню Космонавтики-7 апреля);
-работа по проекту «Центр развития детского туризма»;
-пешие походы для учащихся начальной школы, знакомство с правилами туриста и многое другое.

Опыт работы показывает, что постоянная физическая активность приводит к выработке системы привычных действий и эмоционально-психических состояний. Когда ученик начинает изучать какое-то упражнение, особенно сложное, он часто чувствует неуверенность, страх. В процессе освоения упражнения эти чувства проходят, вместо этого появляется удовольствие от умения выполнять усвоенные действия. Однако сама система привычных действий и эмоционально-психических состояний еще не обеспечивает морального развития личности. Для достижения этого у учеников формируют моральное сознание, которое определяет направленность их деятельности. Используя приобретенные знания и умения во время соревнований между командами, классами или школами, ученик переживает удовольствие не только от своих эффективных практических действий, но и от сделанного им в интересах коллектива. Такая организация дела ставит всех учеников в условия ответственности за успех коллектива

Считаем, что организация двигательного режима состоит в том, чтобы, удовлетворяя естественную биологическую потребность детей в движении, добиться хорошего уровня их здоровья, всестороннего физического развития; обеспечить овладение двигательными умениями и навыками, элементарными знаниями по физической культуре.

Список литературы:

1. Алипова Н.Т. Инновационные технологии преподавания физической культуры в школах Казахстана // Вестник КазГУ. – 2012. – №3. – С. 112-119
2. Бойко Ю.П. Состояние психического здоровья детей и подростков в условиях модернизирующегося общества // Народонаселение. – 2008. – № 4. – С. 33-39
- 3.Баяндина Н.О. Здоровье как ценность // Вестник КАСУ. – 2010. – №3. – С. 69-74
4. Вирабова А.Р. Управление развитием здоровьесберегающей среды в школе на ресурсной основе // Педагогическое образование и наука. – 2008. – № 1. – С. 84-89
5. Зарипова Т.Ю. Школа здоровья // Воспитание школьников. – 2008. – № 4. – С.7-10
6. Гладышева О. Основные составляющие модели здоровьесберегающей школы / О. Гладышева // Директор школы. – 2009. – № 7. – С. 94-100
7. Сухомлинский В.А. Сердце отдаю детям. – СПб: Питер, 2012. – 256 с.