МОУ-СОШ с.Карпенка Краснокутского района Саратовской области

**Статья «Проблемы занятий физической культуры в школе».**

В последнее время, наряду с другими проблемами, является особенно актуальным физическое воспитание детей. Возросшие за последние годы требования школьной программы, изменившиеся условия жизни способствуют гипокинезии – пониженной двигательной активности. Гипокинезия приводит к слабости мышц, связок, костного аппарата, плохому физическому развитию, нарушению функций нервной системы. Единственно верный путь противодействия этому влиянию – правильная организация физического воспитания с раннего детства.

К сожалению, статистика свидетельствует, что в течение последних лет состояние здоровья детей нашей гимназии ухудшается. Сегодня в среднем на каждого из детей приходится около двух заболеваний в год. Приблизительно 20% детей относится к категории часто и длительно болеющих. Количество детей, страдающих ожирением, возрастает на 1 % ежегодно. Если так будет и дальше продолжаться, то к 2025 году число детей – потенциально больных сердечно - сосудистыми заболеваниями и вегето - сосудистой дистонией увеличится до 85 %. Все больше детей нуждаются в психокоррекции, что часто объясняется психологическим неблагополучием в семье, связанным с малым вниманием родителей по отношению к детям, а также отсутствием друзей. Лучший друг ребенка в наше время это компьютер и другие гаджеты.

Количество занимающихся физкультурой, например, в 7 классах составляет 55%-65%. В состав тех, кто не занимается физкультурой входят не только учащиеся с освобождением или отсутствующие по болезни, но и те, которые пришли без формы или не хотят заниматься, оправдывая это своим плохим самочувствием. Многим из незанимающихся, родители пишут записки. Некоторые дети любят урок физкультуры, но не могут сдать на хорошую оценку нормативы, так как им не позволяют проблемы со здоровьем или с лишним весом. Большинство из отличников физической подготовки, помимо физкультуры посещают спортивные секции, которые открыты в школе: легкая атлетика ,волейбол.

Еще одной проблемой плохой физической подготовки и слабого здоровья школьников является отношение к своему организму, непонимание всей важности здорового образа жизни. Учащиеся не задумываются над тем, к чему может привести нерациональное питание, отсутствие режима дня, нарушение продолжительности сна, а многие к 9 классу начинают приобщаться к вредным привычкам, чтобы этим подчеркнуть свою взрослость. Не испытав на себе и не видя рядом с собой тех, кто пострадал от такого отношения к себе, не учась на ошибках других людей, они, как первопроходцы, познают эти опасные стороны мира, пропуская многие вредные вещи через себя. В результате складывается ситуация, которая отражена в диаграмме. В нашем образовательном учреждении с этой проблемой борются с помощью профилактической работы: лекций, привлечения специалистов ДООЦ, на уроках ОБЖ и проведения спортивных мероприятий.

Основное средство изучения физической культуры - освоение ребенком базовых ее основ, то есть необходимого и обязательного для каждого человека уровня физической подготовки, без которого невозможно эффективное осуществление жизнедеятельности вне зависимости от того, кем бы ни хотел ребенок стать в будущем.

Физическое развитие создает предпосылки для полноценного умственного труда, который требует большого физического напряжения, поэтому умственную работу рекомендуется сочетать с занятиями спортом и упражнениями. Ведь здоровье человека напрямую зависит от физического воспитания.

Как же повысить интерес обучающихся к спорту? Программа по физической культуре в школе имеет разностороннюю направленность средств и методов физического воспитания. Кроме общей программы по физической культуре существуют спортивные секции по: футболу, волейболу, баскетболу, военно-патриотический кружок. Для учащихся, занимающихся в спортивных секциях и кружках, разрабатываются программы в соответствии с общей и спортивной направленностью. Это способствует привлечению учащихся к спорту.

Не только кружковой работой и хорошей атмосферой на уроках и в коллективе в нашей школе добиваются процветания физкультуры. В конце каждой четверти проводятся соревнования между учащимися. Команды, вышедшие в финал соревнований, соперничают со сборной учителей и персонала школы. Так, например, в этом году ученики боролись за победу в футболе и волейболе. К новому году планируются веселые старты, а летом – туристический поход.

Учитель физической культуры в силу своей профессии чаще и ближе находится со своими учащимися, будь то уроки, тренировки, спортивные соревнования, туристические походы и другие мероприятия. Каждый ребенок в разнообразных условиях раскрывается перед ним как личность, проявляя те или иные положительные или отрицательные качества и способности. Педагог — тонкий психолог, знаток души ребенка. Поэтому должен найти в ученике то положительное, что скрыто от других, и помочь ему развить эти способности. Отрицательные стороны постепенно ослабеют и исчезнут.

Таким образом, для "идеального" варианта построения, процесса физического воспитания школьников являются вопросы качественной подготовки к преподаванию и организации такого сложного курса, каким по природе своей является образовательный курс по физической культуре в школе.

Учитель: Еловенко Наталья Ивановна

Литература:

1. Ахаев А.В. Управление здоровьесберегающим образовательным процессом. Учебно-методическое пособие/ А.В. Ахаев. – Усть-Каменогорск: Издательство ВКГУ имени С.Аманжолова, 2004.
2. Теория и методика физического воспитания том 1/ Под ред., Круцевич Т.Ю. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 424 с.
3. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающией среды в системе общего образования // Валеология.-2004.-№1.-С.21-26.
4. Белорусова В.В., Решетень И.Н. Воспитание в процессе занятий физической культурой и спортом. - М: ''Физкультура и спорт'', 1964.
5. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Эмма Яковлевна Степаненкова. — 2-е изд., испр. — М.: Издательский центр “Академия”, 2006. — 368 с.
6. Теория и методика физического воспитания, т. 1, 1967;История физической культуры и спорта,1975;Доклад Профессора, д.п.н. Лукьяненко В.П.