

**УДК 37.371 (Народное образование. Воспитание. Обучение. Организация досуга)**

***Романцова Нина Михайловна, методист  
Шебекинского межмуниципального  
методического центра ОГАОУ ДПО «БелИРО»,  
г. Шебекино Белгородской области, Россия  
Romantsova Nina Mikhailovna, methodologist  
Shebekinsky intermunicipal  
methodological Center of OGAOU DPO "BelIRO",  
Shebekino, Belgorod region, Russia***

**СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА КАК ВАЖНЕЙШИЙ  
ФАКТОР СТАБИЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПРОПАГАНДЫ  
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

***Аннотация:*** Статья посвящена актуальной проблеме сохранению и укреплению здоровья обучающихся, стабилизации здоровья детей через спортивно-оздоровительную работу в образовательных организациях.

***Ключевые слова:*** спортивно-оздоровительная работа; формирование культуры здорового образа жизни; роль педагога; здоровьесберегающие образовательные технологии здоровье и педагогика.

***Annotation:*** The article is devoted to the urgent problem of preserving and strengthening the health of students, stabilizing the health of children through sports and recreation work in educational organizations

***Keywords:*** sports and recreation work; the formation of a culture of a healthy lifestyle; the role of the educator; health-saving educational technologies, health and pedagogy.

На одном из своих выступлений Владимир Владимирович Путин сказал: «Сохранение и укрепление здоровья детей – забота не только органов здравоохранения. Эти вопросы требуют комплексного, межведомственного подхода и решения, причём на всех уровнях: федеральном, региональном, муниципальном, и, конечно же, востребовано участие общественных организаций, социально ориентированных структур гражданского общества...». [1].

На протяжении многих лет состояние здоровья школьников вызывает беспокойство у специалистов. Показателем неблагополучия является то, что высокий процент первоклассников приходит в школу с врожденными или приобретенными заболеваниями. По данным Минздрава за последние годы, лишь 15 % детей практически здоровы, 50 % имеют какие-либо отклонения физического или психического здоровья, у 35 % уже имеются хронические заболевания. За период обучения в пять раз возрастает частота нарушений органов зрения, искривление позвоночника, патология пищеварения и других систем. Следует понимать, что фундамент благополучия подрастающего поколения, который закладывает школа, должен базироваться на формировании и воспитании культуры здоровья школьника. [2,7].

Здравомыслие — это самая главная составляющая здорового образа жизни. В узком смысле, культуры здоровья – это распорядок мероприятий, направленных на здоровьесбережение и укрепление здоровья. Главным показателем культуры здоровья является высокий уровень состояния здоровья, высокий уровень как физической, так и интеллектуальной работоспособности, преодоление стрессовых факторов, психологическая устойчивость, противостояние неблагоприятным природным и экологическим условиям. Различные российские ученые расходятся в трактовке понятия «культуры здоровья», но традиционно она рассматривается как определенная часть общей культуры связанная с его

личностным отношением к сохранению собственного здоровья, ведением здорового образа жизни и профилактикой болезней. [4].

Тему спортивно-оздоровительной работы в образовательных организациях как важнейшего фактора стабилизации здоровья детей и пропаганды здорового образа жизни считаю очень серьезной. В образовательных организациях целью работы учителя физической культуры совместно с педагогическим коллективом школы является сформированность у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, показать важность здорового образа жизни и формирование культуры здоровья, используя не только уроки физической культуры, но и спортивно-оздоровительные мероприятия в рамках внеурочной и внеклассной деятельности. В школах необходимо проводить различные интересные, привлекающие большое количество обучающихся, спортивные мероприятия: соревнования по основным видам спорта, дни здоровья, игровые перемены, спартакиады, фестиваль ГТО, эстафеты и спортивные праздники. Вести секции общей физической подготовки, легкой атлетики, волейбола, футбола и баскетбола, лечебной физкультуры, и т.д. Туристические походы, соревнования по ориентированию и летние тренировочные сборы для более активных детей. Такие мероприятия сплачивают ребят, повышают интерес к спорту и урокам физической культуры, дают огромный заряд здоровья! И для этого необходимо решать следующие задачи: - создать условия и обеспечить информацией для формирования культуры здорового образа жизни; - формировать осознанную потребность в физическом здоровье, понимание сущности культуры здорового образа жизни; - сократить % заболеваемости и донести культуру здорового образа жизни с помощью увеличения двигательной активности учащихся. [3]

Отношение к собственному здоровью формируется, в среднем, с 10 лет. Педагогу и родителям необходимо помочь ребенку разделить «вредное» от «полезного», т.к. у большей части детей вредные привычки формируются

именно в этом возрасте. Под четким руководством педагогов и родителей можно уберечь подрастающее поколение от пагубных привычек, разделив круг интересов на нужные и не нужные, сформировать ценности человека, потребности и мотивации, важность физического и умственного развития, установить приоритеты в жизни и показать, на примерах к чему нужно стремиться.

Педагоги порой забывают заботиться о своем физическом здоровье, быть во всем хорошим примером, требовательно относиться к себе, в первую очередь, а уж потом – к ученикам. С одной стороны педагоги должны быть наравне с обучающимися: рассуждать, анализировать, спорить и т.д., а с другой – авторитет педагога и взаимоуважение побуждают у детей чувство доверия и стремления к самосовершенствованию, а значит и здоровью. Понятие «здоровье» и «педагогика» не только совместимы, но и единственным образом вытекают как понятия друг из друга, так как здоровой личностью может быть только гармонично развитый человек, а это прерогатива педагогики. Оздоровление школьников становится объектом педагогического воздействия, целенаправленного на формирование ценностного отношения к собственному здоровью, здоровому образу жизни. Анализ педагогической практики позволяет утверждать, что учителей необходимо специально готовить к работе с детьми по формированию у них культуры здоровья и здорового образа жизни. [5,6,7]

В качестве основных задач определены следующие: вооружение педагогов знаниями, которые будут востребованы в оздоровительной работе в школе; формирование у педагогов ценностного отношения к человеческой жизни, собственному здоровью и здоровью своих воспитанников; ознакомление учителей с методическими аспектами работы по укреплению здоровья учащихся; изучение курсов позитивного опыта оздоровительной работы; научно-исследовательская деятельность по проблемам здоровьесберегающих технологий обучения и воспитания. Достижение

желаемого результата – это длительный процесс, включающий разработку, подготовку, внедрение и использование современных технологических систем в образовании. Продуктом деятельности субъектов педагогического процесса является «Школа здоровья» созданная на основе системы единых ценностных оснований. Данная модель отражает принципиально новый подход к образованию, доказывающий, что школа, общество, семья, друзья – четыре важные системы поддержания статуса здоровья и успешности в обучении детей. [8]

### Список литературы:

1. Заседание Координационного совета по реализации Национальной стратегии действий в интересах детей (27 мая 2014 года, Москва, Кремль, выступление президента РФ В.В. Путина - <http://www.special.kremlin.ru/events/president/transcripts/21101>).
2. Айзман, Р.И. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие / Р.И. Айзман, В.Б. Рубанович, М.А. Суботялов. – 3-е издание, стереотипное. – Новосибирск, Сибирское университетское издательство, 2017. – 214 с – (Университетская серия). – ISBN 978-5-379-02007-1. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/65284.html>. – Текст электронный.
3. Ковриго, Н.М. Формирование потребности в здоровье и здоровом образе жизни – важная педагогическая задача [Текст] / Н.М. Ковриго // Образование и здоровье. – Калуга, 1998. – С. 149–150.
4. Бриленок, Н.Б. Педагогическое сопровождение становления здорового образа жизни у обучающихся: учебное пособие для студентов Института физической культуры и спорта / Н.Б. Бриленок. – Саратов: Издательство Саратовского университета, 2019. – 29с.

5. Масалова, О.Ю. Физическая культура: педагогические основы ценностного отношения к здоровью: учебное пособие / О.Ю. Масалова; под редакцией М.Я. Виленского. – Москва: КноРус, 2016. – 183 с.
6. Безруких, Н.А. О сущности здорового образа жизни /Н.А.Безруких //Культура здоровья и безопасность жизнедеятельности: сборник статей по материалам Всероссийской с международным участием научно-практической конференции.- Балашов: Изд-во «Арья», 2011.- С. 59.
7. Воробьев В.И. Слагаемые здоровья // Физкультура и спорт. – М. 2002.С.13.
8. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы [Текст] / Н.К. Смирнов. – М.: Аркти, 2003. – 272 с.