



ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

Л. В. Агиевич, О. В. Тозик, О. С. Даниленко
г. Гомель, ГГУ им. Ф.Скорины

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Одним из важных направлений молодежной политики государства является сохранение здоровья учащейся молодежи, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни.

По данным научных исследований более половины детей и подростков испытывают постоянные учебные перегрузки и затруднения в усвоении учебных образовательных предметов, страдают хроническим эмоциональным напряжением, ведут нездоровый образ жизни [1, с. 97].

Период обучения в общеобразовательной школе является решающим не только для приобщения детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой, но и будущей самореализации молодежи, адаптации к сложному учебному и профессиональному труду, способности к созданию семьи и деторождению, общественно-политической и творческой активности [2, с. 67–68].

Формирование здорового образа жизни в молодежной среде – сложный системный процесс, который охватывает многие компоненты образа жизни современного общества и предполагает осуществление комплекса конкретных мероприятий, направленных на улучшение и сохранение здоровья детей и подростков как отдельными лицами, семьями, так и общественными организациями, образовательными учреждениями, службами здравоохранения [3, с. 170].

В соответствии с кодексом Республики Беларусь об образовании с 1 сентября 2011 года учреждения внешкольного воспитания и обучения переименованы в учреждения дополнительного образования детей и молодежи. Центрами социально-педагогической и физкультурно-оздоровительной работы с детьми, подростками и молодежью г. Гомеля являются так называемые комнаты школьника. На протяжении многих лет опытными педагогами-организаторами проводится работа с детьми, подростками и молодежью города. Деятельность их координирует Государственное учреждение дополнительного образования «Центр творчества детей и молодежи» Железнодорожного района г. Гомеля.

Необходимо отметить что, в современном цивилизованном обществе ежегодно возрастает роль физической культуры и спорта. Это связано с существенным обострением экологической обстановки как главного регулятора состояния и функций организма детей и подростков, резким уменьшением двигательной активности, употреблением алкоголя, наркотиков, появлением синтетических курительных смесей и многими другими факторами [4, с. 47].

В соответствии с приказом Министерства образования от 17 января 2007 года учреждениях образования страны проходит широкомасштабная республиканская акция «Здоровый я – здоровая страна» [5, с. 27–35]. Целью акции является совершенствование деятельности учреждений образования в формировании навыков здорового образа жизни, сохранении и укреплении здоровья, создании мотивации к регулярным занятиям физкультурой и спортом.

Сформировать у учащихся отношение к здоровью как важнейшей ценности, дать необходимые для жизни каждого индивидуума знания по валеологии, научить придерживаться здорового образа жизни – одно из основных направлений учреждений дополнительного образования.

Следует знать, что здоровый образ жизни обеспечивается приобщением детей и подростков к систематическим занятиям физическими упражнениями, умении выполнять их самостоятельно во внеурочное время, в период повседневного отдыха и во время каникул. Роль этих занятий состоит не только в непосредственном влиянии на организм, но и в воспитании ценностной ориентации на здоровье. В этой связи важная роль принадлежит физическому воспитанию

в учреждениях дополнительного образования, включающему физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу по месту жительства.

Проводимые педагогами-организаторами мероприятия повышают эффективность решения основных задач физического воспитания детей и подростков, вовлекая как можно больше учащихся в учреждения дополнительного образования, уделяя особое внимание подросткам, требующим повышенного педагогического контроля в целях предупреждения правонарушений. Работа по формированию здорового образа жизни в учреждениях дополнительного образования Железнодорожного района г. Гомеля включает:

- вовлечение детей и подростков в учебно-воспитательный процесс по основам ЗОЖ (основные понятия «здоровье», «здоровый образ жизни», «составляющие здорового образа жизни»);
- реализацию программ здоровьесбережения, рационализацию досуговой деятельности, каникулярного времени и летнего отдыха воспитанников;
- развитие туристско-краеведческого, экскурсионного, экологического направления деятельности;
- проведение профилактических мероприятий совместно со службами социальной защиты, правоохранительных органов, учреждений культуры и здравоохранения.

В комнатах школьника учебный материал по ЗОЖ осуществляется в виде курса лекций, лекций-бесед, диспутов, встреч, посвященных основам здорового образа жизни. В теоретической части рассматриваются определения основных понятий: «здоровье», «здоровый образ жизни», «составляющие здорового образа жизни», значение для здоровья занятий физической культурой, понимание их содержания и осознание значимости здоровья и ЗОЖ в жизни человека. Также обсуждаются вопросы грамотной заботы о своем здоровье и формированию культуры здоровья детей и подростков, мотивации их к ведению здорового образа жизни и профилактике вредных привычек.

Необходимо подчеркнуть, что введение пятидневной учебной недели позволило открыть новые возможности для реализации задач по формированию здорового образа жизни детей и подростков в шестой день недели, где проходят Дни здоровья, спортивные праздники, посвященные физической культуре и спорту, товарищеские встречи по различным видам спорта, игры-эстафеты на свежем воздухе, а также малые спортивные игры на площадках, прилегающих к комнатам школьника.

Дети и подростки, посещающие комнаты школьника, проходят школу молодого бойца на полосе препятствий и проявляют мужество, прыгая с парашютной вышки в военном городке на базе СОШ № 30 г. Гомеля. Ежегодно, команды комнат школьника принимают активное участие в туристическом слете, который проводится совместно с Инспекцией по делам несовершеннолетних и с организацией ОО «БРСМ». В программу туристического слета включаются соревнования по волейболу, дартсу, перетягиванию каната, туристической полосе препятствий, спортивному ориентированию. Ко Дню защитника Отечества ежегодно проводится открытое первенство по стрельбе из пневматической винтовки среди детей и подростков по месту жительства на приз имени Д. А. Огаренко.

Спортивно-массовая работа в учреждениях дополнительного образования предусматривает: организацию работы объединений по интересам спортивной направленности; составление соответствующих программ; организацию команд для участия в районных, областных, республиканских соревнованиях; проведение районных соревнований по видам спорта; планирование программы проведения районных соревнований на основании Положения о проведении областной спартакиады по месту жительства «Спорт для всех» среди детей и подростков.

На базе комнат школьника функционируют следующие спортивные кружки: по волейболу, стритболу, лыжам, хоккею, футболу, шашкам-шахматам и настольному теннису. Работу в этих кружках осуществляют квалифицированные педагоги-специалисты по видам спорта. Во всех спортивных кружках занимается около 500 детей и подростков г. Гомеля.

Спортивные соревнования – одна из наиболее эффективных форм организации работы с детьми и подростками, осуществляемой педагогами-организаторами и специалистами по физической культуре и спорту комнат школьника. Способствуя укреплению здоровья и физическому развитию, они в значительной степени содействуют расширению внешкольной спортивно-массовой работы и вовлечению детей и подростков в регулярные занятия физической культурой и спортом.

Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в системе дополнительного образования содействуют укреплению здоровья детей, подростков и учащейся молодежи,

их физическому совершенствованию, являются рациональной формой проведения досуга, средством повышения социальной активности и существенно влияют на другие стороны жизни, в первую очередь на учебно-трудовую деятельность, нравственные и интеллектуальные качества.

При этом одной из существующих проблем, связанных с функционированием учреждений дополнительного образования по месту жительства, является то, что периодически обсуждается вопрос о прекращении работы комнат школьника, в связи с этим педагогическому коллективу, родителям и самим подросткам приходится отстаивать необходимость сохранения деятельности комнат школьника по месту жительства.

Таким образом, система физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по месту жительства в немалой степени способствует созданию у детей и подростков мотивации к здоровому образу жизни, пониманию здоровья как высшего достояния каждого человека и всего общества в целом. Задачей педагогов-организаторов комнат школьника по месту жительства является организация разумного досуга и отдыха молодежи, что придает позитивную целеустремленность спонтанно возникающим в молодежной среде объединениям по интересам, отвлекая их от бездумного времяпрепровождения подростков на улице.

Все вышеизложенное диктует и доказывает необходимость функционирования учреждений дополнительного образования по месту жительства (комнат школьника), где важная роль в сохранении и укреплении здоровья детей принадлежит педагогу-организатору, от которого зависит, появится ли в сознании подростков потребность заботиться о своем здоровье, научатся ли молодые люди активно противостоять вредным привычкам, станут ли занятия физической культурой частью их жизни.

Список использованных источников

- 1 Лебедева, Н. Т. Сохранение и формирование здоровья подрастающего поколения – стратегия XXI века / Н. Т. Лебедева, В. М. Лебедев // Физическое воспитание и современные проблемы формирования и сохранения здоровья молодежи : материалы междунар. научн. конф. – Гродно, 2001. – С. 97–98.
- 2 Левушкин, С. П. Проблема оптимизации физического состояния школьников средствами физического воспитания / С. П. Левушкин, В. Д. Сонькин // Физиология человека. – 2009. – Т. 35. – № 1. – С. 67–74.
- 3 Филиппенко, П. И. Биологические аспекты совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию / П. И. Филиппенко // Современные технологии и оздоровительные программы педагогического процесса по физической культуре и спорту в учебных заведениях : материалы междунар. науч.-метод. конф. – Белгород, 2002. – С. 170–172.
- 4 Барах, И. И. Физическая культура в системе профилактики наркозависимости у подростков / И. И. Барах, Т. М. Брук, С. В. Хрущев // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – 2009. – № 2. – С. 45–51.
- 5 О проведении республиканской акции детей и учащейся молодежи «Здоровый я – здоровая страна» : постановление Министерства образования РБ от 17 января 2007 г. № 25 // Зборнік нарматыўных дакументаў Міністэрства адукацыі Рэспублікі Беларусь. – 2007. – № 4. – С. 27–35.