

# **РОЛЬ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

**Ю.В. Филиппов**

*Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт  
физической культуры, Санкт-Петербург*

Мониторинг состояния здоровья детей, поступающих в школу, выявляет значительный рост числа первоклассников с изначально низким уровнем психофизического здоровья, кроме того, наблюдается тенденция ухудшения состояния здоровья учащихся в процессе обучения в школе.

Согласно данным Минздрава Российской Федерации лишь 14% детей практически здоровы, в то время как более 50% имеют различные функциональные отклонения, 35-40% поступающих в школу страдают хроническими заболеваниями, а за годы обучения количество больных детей увеличивается в 4-5 раз. В последние годы одним из важных факторов ухудшения состояния здоровья современных школьников можно назвать снижение двигательной активности детей и подростков, связанное с перегрузкой учебной деятельностью. Интенсификация учебного процесса отрицательно сказывается на адаптации детей младшего школьного возраста к изменившимся условиям обучения (С.А. Срулевич, 2012).

Противоречие между общественно-государственной потребностью в формировании здорового поколения и современными условиями жизни приводит к необходимости ориентации системы образования на сохранение и развитие здоровья, установку на здоровьесберегающий образ жизни учащихся (В.И. Пентюхин, 2010).

Принимая во внимание большую эффективность превентивных мер, можно утверждать, что социально-педагогическую работу по сохранению здоровья школьников нужно начинать на самых ранних этапах обучения - в начальной школе, когда большинство саморазрушающих стереотипов поведения личности еще не сформированы (Н.О. Смирнова, 2006).

Следует отметить, что именно в младшем школьном возрасте, закладываются стереотипные модели поведения, формируется образ жизни. Важно, чтобы дети данного возраста получили элементарные сведения о способах сохранения и укрепления здоровья, осознали ее как одну из главных ценностей жизни и приобрели здоровые привычки, которые в дальнейшем оформятся в осознанные поведенческие модели, которые принято называть здоровым образом жизни. В этой связи, задача воспитания и развития у детей способности внимательно, бережно относиться к своему

здоровью и здоровью окружающего остро стоит перед учителем физической культуры, работающим с младшими школьниками. Учитель физической культуры, обладающий знанием здоровьесберегающих технологий, различных средств и форм двигательной активности, способен не только привлечь детей к занятиям физической культурой, но и организовать их здоровый досуг (Н.А. Баженова, 2000; Л.В. Байкалова, 2004; Е.П. Гришина, 2005).

Учитель должен управлять процессом развития школьника, быть ответственным не только за качество обучения, но и за создание условий, гарантирующих сохранение и укрепление его здоровья. Профессионализм учителя отражается в способности решать задачи, связанные с «обучением здоровью», «формированием ценностного отношения к здоровью», «воспитанием культуры здоровья» школьников. Одновременно учитель является представителем одной из самых сложных, стрессогенных, эмоционально напряженных профессий, требующих постоянной заботы о сохранении и восстановлении собственного здоровья, что проявляется в его культуре здоровья (Л.А. Елисеева, 2005; С.П. Романова, 2010).

Для того, чтобы формы и методы информационного воздействия на младших школьников были эффективны, необходимо знать систему интересов детей данного возраста и их отношение к занятиям физической культурой и спортом. Система интересов школьника является одной из важных составляющих его психологической характеристики. Под интересом в данном случае понимается предпочтительная склонность к тем или иным занятиям, роду деятельности, областям знаний, способам времяпровождения. Внутренние устремления, влечения, пристрастия, акцентуации внимания могут даже не осознаваться самими детьми, поэтому педагогически управляемое развитие включает в себя знание существующих интересов и тенденций их изменения, как у отдельных личностей, так и в группах (Т.В. Моор, 2001).

Некоторые исследователи ограничивают физическое воспитание учащихся, только уроками физической культуры, несмотря на очевидность того, что уроки физкультуры даже не восполняют потребности детей в необходимом объеме их двигательную активность. В результате малой двигательной активности в совокупности с отсутствием достаточной интенсивности выполнения упражнений и плотности занятий часто на уроках физической культуры не решают даже проблемы физического здоровья детей, не говоря уж о нравственно-духовном их здоровье. Изучение передового опыта школ показало, что большего успеха в этом направлении достигают те из них, которые максимально используют в своей практике различные формы физического воспитания. Наряду с уроками физической культуры здесь проводятся комплексы физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, осуществляется массовая оздорови-

тельная внеклассная и спортивная работа, широко применяются различные виды самостоятельных занятий учащихся по физической культуре, включая домашние задания (Е.Г. Мильнер, 1991; В.Ф. Неретин, 2003 и др.).

Третий обязательный урок физкультуры в неделю был введён по инициативе президента России Дмитрия Медведева с 1 сентября 2011 года во всех школах. В приказе Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2010 года № 889 указано, что «третий час учебного предмета «Физическая культура» нужно использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся».

Государственный образовательный стандарт начального общего образования (2004) и внесенные дополнения (2008), примерная программа по физической культуре (2006) нацеливают учителя на формирование ключевой компетенции культуры здоровья, а также на внедрение проектно-исследовательской деятельности, способствующей самостоятельному использованию физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных упражнений, что нашло свое отражение в содержании Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования II поколения (2009).

Теоретический анализ программно-методического обеспечения по физической культуре в начальной школе свидетельствует об отсутствии научно обоснованных методических разработок, направленных на повышение двигательной активности, сообщение соответствующих знаний, целенаправленного развития физических качеств. Необходимость разработки соответствующих учебно-методических пособий и методических указаний для учителей по формированию культуры здоровья на основе самостоятельного выполнения физкультурно-оздоровительных и спортивно-оздоровительных упражнений с целью повышения уровня здоровья учеников начальных классов является актуальной, так как это способствует реализации Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования II поколения 2009 года и повышению качества преподавания предмета «Физическая культура» (С.А. Срулевич, 2012).

Таким образом, как отмечает Л.В. Копенкина (2006), в настоящее время происходит процесс критического переосмысления многих теоретических и практических положений в области физического воспитания младших школьников. Необходимость определения реальных механизмов, обеспечивающих эффективность процесса физического воспитания в начальной школе продиктована поиском неиспользованных резервов для улучшения физической подготовленности и укрепления здоровья учащихся, формирования у них мотивации к самостоятельным занятиям физической культурой, повышения самостоятельности и активности в двигательной деятельности.

## Литература

1. *Баженова Н.А.* Подготовка будущего учителя к формированию здорового образа жизни школьников: На материале факультета физической культуры педагогического вуза: дис. ... канд. пед. наук. – Барнаул, 2000. – 217 с.
2. *Байкалова Л.В.* Подготовка учителя физической культуры к формированию здорового образа жизни школьников средствами подвижных и спортивных игр: дис. ... канд. пед. наук. – Барнаул, 2004. – 190 с.
3. *Гришина Е.П.* Формирование готовности будущего учителя физической культуры к созданию и реализации здоровьесберегающих образовательных технологий: дис. ... канд. пед. наук. – Самара, 2005. – 228 с.
4. *Елисеева Л.А.* Подготовка учителя физической культуры к использованию нетрадиционных средств оздоровления учащихся на уроках и во внеурочное время: дис. ... канд. пед. наук. – Барнаул, 2005. – 206 с.
5. *Копенкина Л.В.* Повышение самостоятельности и активности младших школьников в процессе физического воспитания посредством формирования контрольно-оценочных умений: дис. ... канд. пед. наук. – Биробиджан, 2006. – 196 с.
6. *Мильнер Е. Г.* Формула жизни: Медико-биологические основы оздоровительной физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. – 112 с.
7. *Моор Т.В.* Роль информационной деятельности учителя в приобщении младших школьников к занятиям физической культурой и спортом: дис. ... канд. пед. наук. – Хабаровск, 2001. – 157 с.
8. *Неретин В.Ф.* Формирование у младших школьников культуры отношения к своему здоровью средствами физического воспитания в процессе образования: дис. ... канд. пед. наук. – Магнитогорск, 2003. – 191 с.
9. *Пентюхин В.И.* Педагогическая технология формирования здоровьесберегающих компетенций будущего учителя физической культуры: дис. ... канд. пед. наук. – Самара, 2010. – 240 с.
10. *Романова С.П.* Организационно-педагогическое сопровождение здоровьесберегающей деятельности учителя физической культуры: дис. ... канд. пед. наук. – Кемерово, 2010. – 249 с.
11. *Смирнова Н.О.* Формирование у младшего школьника ценностного отношения к здоровью в физкультурно-оздоровительной деятельности: дис. ... канд. пед. наук. – Кострома, 2006. – 200 с.
12. *Срулевич С.А.* Формирование культуры здоровья младших школьников на уроках физической культуры: дис. ... канд. пед. наук. – Улан-Удэ, 2012. – 220 с.