

Н. В. Ковалева, Л. Ф. Тихомирова, М. Н. Жуков

Формирование у школьников потребности к занятиям спортом и здорового образа жизни

В статье авторы доказывают актуальность выбранной темы, раскрывают противоречия в решении вопроса приобщения детей к спорту, формирования у них ответственного отношения к здоровью и навыков здорового образа жизни. Авторы формулируют задачи деятельности детской юношеской спортивной школы по решению поставленных задач, анализируют полученные результаты, освещают эффективные формы работы коллектива школы.

Ключевые слова: здоровье школьников, навыки здорового образа жизни, охват занятиями спортом, спортивные достижения, клубная деятельность, родительский всеобуч.

N. V. Kovaliova, L. F. Tikhomirova, M. N. Zhukov

Formation of Schoolchildren's Necessity in Sport Activities and a Healthy Lifestyle

The authors prove the relevance of the chosen topic, reveal the contradictions in the issue of initiation of children to sports, forming of their responsible attitude to health and healthy living habits. The authors formulate the problem of the children's sports school on the set tasks, analyze the results, and highlight effective ways of work in school.

Key words: health of schoolchildren, a healthy lifestyle, the scope of sports, sport achievements, a club activity, parental compulsory education.

В условиях модернизации образования одной из главных задач является сохранение и укрепление здоровья детей в процессе их воспитания и обучения. Процесс воспитания вносит значительный вклад в ухудшение состояния здоровья детей: за годы пребывания в дошкольных учреждениях и в школе число учащихся с близорукостью, нарушениями опорно-двигательного аппарата возрастает в 5 раз, с психоневрологическими отклонениями – в 1,5–2 раза. В специальной литературе употребляются такие термины, как «школьный стресс», «дидактогенность», характеризующие неблагоприятное влияние учебного процесса на здоровье детей [1, 3].

В связи с этим состояние здоровья российских детей вызывает тревогу. В своих выступлениях Президент РФ Владимир Путин неоднократно отмечал необходимость более эффективно осуществлять работу по сохранению, укреплению и формированию здоровья детей, а также формированию у них здорового образа жизни.

Выполнение одних требований СанПиНов (Санитарных правил и норм) не дает положительных результатов, да и не везде эти требования выполняются.

Современные педагогические технологии не учитывают уровень здоровья, а также адаптивные возможности детей. Решение проблемы со-

хранения здоровья детей в образовательных учреждениях часто ограничивается рамками физического развития, хотя физическое развитие – только один из показателей здоровья и не позволяет быстро реагировать на изменение ситуации со здоровьем детей.

Общество, стремящееся к демократическому устройству, нуждается в том, чтобы такой государственный институт, как система образования и воспитания, своими действиями способствовал развитию здоровой личности с установкой на здоровый образ жизни. При этом также очевидно, что в обществе, признающем права человека, в том числе и право ребенка на социальную защиту, система образования и воспитания не может работать по ранее принятой схеме. Еще вчера все внимание в работе системы образования уделялось исключительно умственному развитию ребенка. Но сегодня перед обществом встала проблема больного детства, а, следовательно, проблема выживания нации. Система здравоохранения оказалась не в состоянии справиться со сложившейся ситуацией. Сегодня ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – не только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Все основные факторы риска имеют поведенческую основу, или

связаны с процессом обучения, поэтому медицине необходима помощь педагогики [2].

В процессе работы нами были выявлены следующие противоречия, сложившиеся в Некрасовском муниципальном районе:

- несоответствие охвата образовательными услугами и объема предоставляемых ДЮСШ услуг потребностям детей и их родителей;
- несоответствие качества и организации образовательных услуг, предоставляемых ДЮСШ, потребностям детей и их родителей;
- несоответствие между реальным и желаемым уровнем здоровья школьников;
- несовершенство системы информирования местного сообщества о состоянии, результатах и изменениях в педагогической системе школы;
- несоответствие ресурсного обеспечения педагогической системы школы задачам ее развития;
- несоответствие взаимодействия с социальными партнерами школы требуемому для развития школы уровню.

Отсюда и цель, которую педагогический коллектив ДЮСШ поставил перед собой в своей деятельности: создать условия для развития и повышения качества спортивной и физкультур-

но-оздоровительной работы в Некрасовском муниципальном районе.

В ходе работы решались задачи:

- сформировать потребности у детей и подростков в систематических занятиях физкультурой и спортом;
- создать условия, способствующие формированию навыков здорового образа жизни; сохранению и укреплению здоровья обучающихся;
- организовать работу родительского всеобща для повышения эффективности работы по формированию навыков здорового образа жизни у детей.

Анализ эффективности деятельности Некрасовской ДЮСШ по реализации программы показал, что отмечена положительная динамика по таким показателям как:

1) привлечение школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом. В 2006 г. в районе насчитывалось 2225 обучающихся, из них 260 человек занимались в ДЮСШ – 12 %. В 2007 г. в районе было 2031 обучающийся, из них в ДЮСШ занимались 293 человека – 14 %. В 2008 г. из 1951 обучающихся ДЮСШ посещали 354 человека – 18 %. В 2009 г. из 1838 обучающихся ДЮСШ посещали 360 – 20 % (рис. 1).

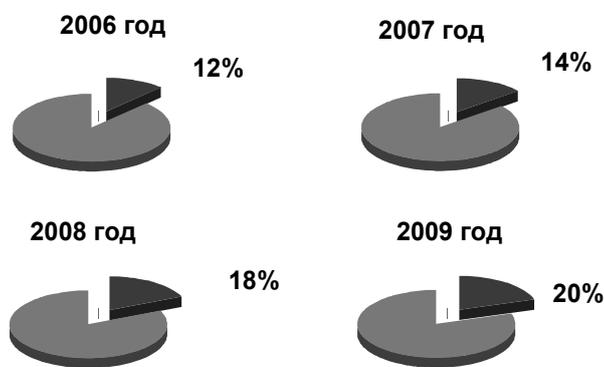


Рис. 1. Охват школьников района

Повышения количества обучающихся непосредственно в ДЮСШ удалось добиться благодаря открытию новых секций (русская лапта, туризм, футбол), инициированных самими детьми в школах района; увеличению количества районных спортивно-массовых мероприятий, проводимых ДЮСШ; повышению качества работы по рекламе услуг и как следствие повышению уровня информированности социума о деятельности ДЮСШ, активизации взаимодействия с социаль-

ными партнерами (школами, дошкольными учреждениями, МВД).

2) существенными результатами деятельности коллектива ДЮСШ являются рост показателей физического развития и здоровья обучающихся, а также вовлеченность воспитанников в здоровый образ жизни и следование его нормам (эти задачи решаются коллективом в проекте «За здоровый образ жизни»

3) результативность образовательного процесса оценивается также по следующим критериям: подготовка спортсменов – разрядников, достижение высоких спортивных результатов, выполнение норм контрольно-переводных нормативов и перевод обучающихся на следующую ступень обучения.

В 2006 г. подготовлено 36 спортсменов массовых разрядов по борьбе самбо и дзюдо. В 2007 г. подготовлено 35 спортсменов массовых разрядов и 5 спортсменов 1 разряда по борьбе самбо и дзюдо. За 2008 г. в ДЮСШ подготовлено 35

спортсменов массовых разрядов, 5 спортсменов 1 юношеского разряда по самбо и дзюдо, 5 спортсменов 1 юношеского разряда по туризму. В 2009 году подготовлено 5 спортсменов 1 разряда по самбо и дзюдо, 5 спортсменов 1 юношеского разряда по туризму, 41 спортсмен массовых разрядов.

В 2006 году обучающихся, успешно выполнивших нормативы КПН и переведённых на следующую ступень обучения, было 70 %, в 2007 – 75 %, в 2008 – 82 %, в 2009 – 83 %.

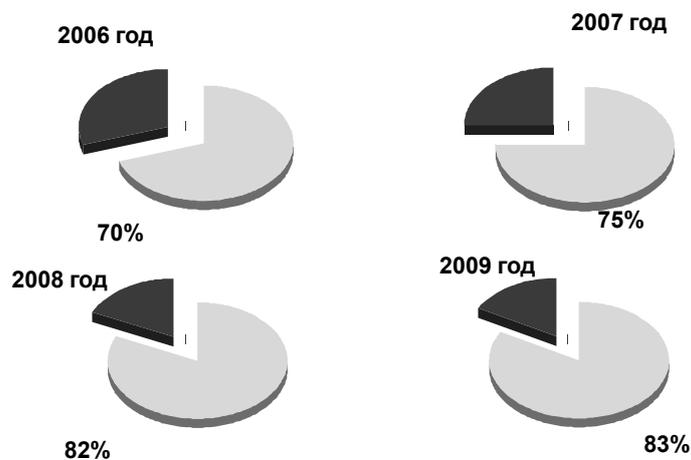


Рис. 2. Контрольно-переводные нормативы

Воспитанники ДЮСШ ежегодно участвуют в областных и всероссийских соревнованиях. В 2006 году 40 спортсменов приняли участие в 12 областных соревнованиях по самбо и дзюдо (5 первых, 1 второе и 7 третьих мест) и 2 человека участвовали во всероссийских соревнованиях (2 третьих места). В 2007 г. 45 воспитанников приняли участие в 14 областных соревнованиях по самбо, дзюдо и русской лапте (4 первых места, 2 вторых и 11 третьих) и в 3 всероссийских сорев-

нованиях по самбо и дзюдо приняли участие 10 спортсменов (3 третьих места). А также 1 спортсмен (Маргарян Араик) был участником Международного фестиваля спортивной борьбы. В 2008 году 51 обучающийся приняли участие в 11 областных соревнованиях по самбо, дзюдо, туризму и футболу (8 первых, 6 вторых, 9 третьих мест) и 20 человек участвовали в 12 всероссийских турнирах по самбо и дзюдо (4 первых, 7 вторых, 10 третьих мест).

Таблица 1

Анализ выступлений спортсменов ДЮСШ в соревнованиях

Год	Областные соревнования			Межрегиональные и всероссийские соревнования						
	Кол-во соревнований	Кол-во обучающихся ДЮСШ	Результат (занятое место)			Кол-во соревнований	Кол-во обуч. ДЮСШ	Результат (занятое место)		
			1	2	3			1	2	3
2007	14	45 – 15 %	4	2	11	3	10 – 3 %	-	-	3
2008	11	51 – 14 %	8	6	9	12	12 – 3 %	4	7	10
2009	10	75 – 21 %	31	23	14	12	10 – 3 %	5	5	12

Таблица 2

Анализ результативности (количество спортсменов, занявших призовые места)

Год	Обл. соревнования	Межрегиональные и всероссийские соревнования
2007	38 %	30 %
2008	45 %	175 %
2009	91 %	220 %

Результативность участия в соревнованиях значительно улучшилась, особенно это касается соревнований всероссийского уровня. Если до начала реализации программы, как количественные, так и качественные показатели участия были недостаточно высокими, то в настоящее время отмечено существенное повышение не только показателей участия в спортивных соревнованиях разного уровня, но и возросли результаты юных спортсменов.

Решению задачи создания условий, способствующих формированию навыков здорового образа жизни; сохранению и укреплению здоровья обучающихся способствовала реализация программы «За здоровый образ жизни».

Новой формой в работе ДЮСШ стало клубное объединение. Несмотря на немногочисленный состав клуба, в нем собираются заинтересованные дети, которые принимают самое активное участие в обсуждении проблемы, вырабатывают пути ее решения. Они способны заинтересовать своей деятельностью других. Сама обстановка клубного заседания способствует повышению у школьников самооценки, самоуважения, уверенности в управлении своей жизнью, формированию культуры здоровья. Кроме того, на заседания клуба приглашаются специалисты, которые могут дать квалифицированный совет по решению назревшей проблемы. Приглашаются работники детской поликлиники, специалисты узкой направленности, спортсмены, психологи.

Клубная работа позволяет провести социологические исследования и анализ с правовой точки зрения актуальной проблемы. Одно из заседаний клуба проходило под названием «Наше здоровье в наших руках». Наглядным результатом деятельности клубного объединения стал социальный проект «Твой выбор», направленный на пропаганду здорового образа жизни, и имеющий практическую направленность.

В ходе реализации проектной деятельности учащиеся приобретают навыки практического взаимодействия с социумом, повышают уровень

знаний о здоровье, у них формируется чувство ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих.

При всем многообразии взглядов на воспитание и образование подрастающего человека в сфере здоровья, вопрос о степени воздействия родителей на формирование у детей школьного возраста ответственного отношения к своему здоровью остается открытым и по сегодняшний день. Кроме того, современное общество, школа с все возрастающими нагрузками и требованиями, диктуют свои условия существования для школьника и, ему ничего не остается, как подстраиваться под них, а вместе с ними приспосабливаются и его родители.

Для анализа ситуации взаимодействия с ребенком школьного возраста по вопросам отношения к здоровью обратимся к данным анкетирования за 2009–2010 год.

Анализ анкетирования учащихся показывает, что большинство родителей серьезно подходят к здоровью своих детей:

– беседы со школьниками о важности заботы о своем здоровье проводят 45 % родителей;

– пример ответственного, уважительного отношения к своему здоровью, по мнению школьников, подают 39,5 % родителей.

Таким образом, родители не оставляют без внимания вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни, сами подают пример уважительного и ответственного отношения к своему собственному здоровью, что, несомненно, является некой нормой в поведении родителя по отношению к собственному ребенку. Однако, по процентному соотношению все же видно, что далеко не все родители уделяют должное внимание вопросам формирования здорового образа жизни своих детей. Поэтому, кроме приобщения самих детей к здоровому образу жизни, воспитательная система гимназии направлена на формирование у родителей потребностей в воспитании ребенка навыков здорового образа жизни. Традиционной формой воспитания детей в сфере

здоровья остаются родительские собрания. Изучив социальный заказ родителей по вопросам воспитания, мы определили три блока тем для младших, средних и старших классов. И включили эти темы в программу «Здоровье».

Из анализа программы родительского всеобуча за период с 2008 по 2010 учебный следует, что:

– ДЮСШ уделяет большое внимание сохранению физического здоровья школьника через его родителей, в частности, стремится повысить внимание к профилактике таких серьезных проблем современного общества, как наркомания, токсикомания, алкоголизм и др.;

– ДЮСШ понимает необходимость обучения ребенка самому заботиться о своем здоровье, что обеспечивается путем заказа тем родительских собраний, связанных с навыками формирования ЗОЖ.;

– освещаются вопросы, касающиеся психологического здоровья школьников. Стабильность собраний по программе «За здоровый образ жизни», приобщение все большего числа родителей на собрания говорит о необходимости и важности работы по данному направлению о востребованности родителями информации, касающейся вопросов формирования здорового образа жизни.

Выводы

1. Учитывая постоянное снижение количества обучающихся в школах района, можно говорить о стабильности охвата школьников занятиями спортом и даже некотором росте данного показателя.

2. Спортивные достижения во многом обусловлены улучшением материально-технической базы ДЮСШ, разработкой и реализацией проектов, а также повышением квалификации педагогических кадров и их активным участием в инновационной деятельности.

3. Создание клуба для детей и подростков, проведение родительского всеобуча позволило успешно решать вопросы формирования у детей ответственного отношения к здоровью и формирования навыков здорового образа жизни.

Библиографический список:

1. Васильева, Т. П. Воспитание здорового образа жизни у младших школьников [Текст] / Т. П. Васильева : автореф. канд. пед. наук. – М., 2000. – 21 с.
2. Тихомирова, Л. Ф. Школьникам о здоровом образе жизни. [Текст] : учебное пособие / Л. Ф. Тихомирова. Федеральная программа книгоиздания России. – Ярославль : Ремдер, 2003. – 92 с.
3. Тупицына, Л., Аксенова, Л. Формирование здоровья ребенка в процессе обучения [Текст] / Л. Тупицына, Л. Аксенова. // Основы безопасности жизни. – 2002. – № 1. – С. 9–11.