**Пути решения проблемы сохранения и укрепления здоровья школьников в современной школе**

Фунтиков В.В.,

учитель физической культуры

МАОУ «Средняя общеобразовательная

школа №2 с углубленным

изучением отдельных предметов»

города Губкина Белгородской области

Проблема сохранения и укрепления здоровья школьников по-прежнему остается одной из наиболее важных в современном обществе. Актуальность проблемы определяется ухудшением состояния здоровья современных детей и подростков. По официальным данным «среди всего населения страны 80% граждан и 50% детей систематически не занимаются физкультурой и спортом. Не менее 60 процентов обучающихся имеют нарушения здоровья. По данным Минздравсоцразвития России, только 14 процентов обучающихся старших классов считаются практически здоровыми» (Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020г.) [1, с.2]

Это определило в качестве одного из главных направлений в деятельности школы поиск и внедрение современных физкультурно-оздоровительных технологий, проектов, целью которых является формирование у молодежи навыков здорового образа жизни и развитие интереса к собственному здоровью.

Сегодня физическое воспитание осуществляется через преподавание учебного предмета «Физическая культура», проведение дополнительных занятий в объединениях спортивной направленности, создание системы внеурочной деятельности, организацию физкультурных и массовых спортивно-оздоровительных мероприятий, реализацию инновационных программ и проектов.

Безусловно, ведущая роль в решении проблемы здоровьесбережения принадлежит урокам физической культуры, основанным на применении современных педагогических технологий. Использование игровых, здоровьесберегающих технологий, технологии проблемного обучения и группового взаимодействия позволяет решать не только задачи обучения учащихся базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта, но и способствует обеспечению всестороннего развития координационных способностей, таких как ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий и многих других.

Важным условием эффективного решения задач формирования культуры здорового образа жизни и развития потребности в занятиях физической культурой и спортом является участие школы в реализации инновационных проектов здоровьесберегающей направленности. МАОУ «СОШ№2 с УИОП» г. Губкина Белгородской области имеет положительный опыт работы в данном направлении. На протяжение ряда лет школа участвует в реализации программ региональных инновационных проектов, таких как: «Формирование физической культуры личности на основе народных, подвижных и спортивных игр», «Содержание и организация занятий физической культурой на базе межведомственных физкультурно-оздоровительных центров», «Сетевое взаимодействие образовательных организаций в воспитании культуры здоровья детей и подростков».

Участие в них дает положительные результаты. Физическая культура предстает как интегрированный результат воспитания и физической подготовки, растет интерес школьников к своему здоровью, физическим возможностям и способностям, для многих выпускников это определяет выбор будущей профессиональной деятельности.

Помимо положительной динамики роста физических и двигательных качеств, приобретения двигательного опыта, приобщения к здоровому образу жизни, что подтверждается данными мониторинга, к результатам проектов следует отнести увеличение спортивных достижений обучающихся школы. Так, число победителей и призеров областных и городских соревнований выросло с 2008 по 2017гг. на 45 % , повысился интерес учеников к урокам физической культуры, что подтверждается данными анкетирования. В рамках проектов многие уроки физической культуры проходят на базе городских спортивно-оздоровительных комплексов с использованием их спортивной базы. Это позволяет сделать уроки с образовательно-тренировочной направленностью более эффективными и интенсивными.

Новым этапом в деле физического воспитания стало введение в стране Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)». Целью введения ГТО является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

Комплекс ГТО состоит из 11-ти ступеней в соответствии с возрастными группами населения – от 6 до 70 лет и старше, то есть принять участие в сдаче норм ГТО может любой желающий. При составлении нормативов учтены возраст и пол участников, а также уровень подготовки. В частности, государственные требования комплекса ГТО внутри каждой ступени делятся на обязательные нормативы и испытания по выбору. В зависимости от показанных результатов можно получить значок ГТО.

Нельзя не согласиться с мнением, что современный комплекс ГТО – это программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Но как заинтересовать школьников в необходимости сдавать нормативы ГТО? Как донести до каждого основную просветительскую идею: здоровье, крепкая, гармонично развитая фигура – вот преимущества, которые можно получить, занимаясь спортом.

Считаю, что одним из главных методов является убеждение. Уроки физической культуры, на которых рассказывается об истории введения комплекта ГТО в стране, встречи со спортсменами – бывшими выпускниками школы, добившимися высоких результатов в спорте, советы по соблюдению здорового образа жизни – важная часть информационно-разъяснительной работы. К ее результатам можно отнести выполненные учащимися коллективные проекты: «Мой класс — моя команда», «ГТО – путь к успеху!», «Тропою здоровья», «Я выбираю ГТО».

Важную роль в укреплении здоровья детей, подготовке к сдаче норм ГТО играют уроки физической культуры, которые способствуют развитию жизненно важных двигательных умений и навыков, физических качеств - силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, ловкости, необходимых для сдачи норм ГТО.

Большое значение имеет участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях физкультурно-оздоровительной направленности, таких как Фестиваль физкультурно-спортивного комплекса ГТО, спартакиада школьников, легкоатлетический кросс, «Президентские состязания», «Президентские игры», соревнования «Отцы и дети», «Моя мама - самая спортивная» и многих других.

Для выпускников школы немаловажное значение имеет возможность получения дополнительных баллов по ЕГЭ при наличии золотого и (или) серебряного значка за норму ГТО. Это дает преимущество при поступлении в вузы на обучение по специальностям, которые не относятся к сфере физической культуры и спорта.

Участие в сдаче норм ГТО – это не только демонстрация личных индивидуальных результатов и физических способностей, но и показатель активной жизненной позиции человека, его стремления к здоровому образу жизни. И дело не в самом факте получения значка, а в возможности себя преодолеть и самосовершенствовать. Ведь участие в комплексе позволяет школьникам развивать такие жизненно важные качества как целеустремленность, терпение, выносливость, трудолюбие – все то, что может пригодиться в жизни.

***Список литературы***

1. Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020г.//[Электронный ресурс]/Режим доступа: http://www.minsport.gov