

Выбирай побед дорожку!

Популяризация здорового образа жизни среди детей и молодежи через занятия физической культурой и спортом

Вопросы формирования у подрастающего поколения основ здорового образа жизни, воспитания физической культуры личности всегда актуальны. Физическое воспитание в учреждениях образования, физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа должны рассматриваться как одни из составляющих здоровья нации.

И. В. Петришенко, заместитель Премьер-министра Республики Беларусь

Светлана Геннадьевна КОРОСТИК,

заместитель директора по учебной работе
ГУО «Средняя школа № 20 г. Борисова»

Одно из условий реализации стратегии здоровьесбережения в современной школе — воспитание у учащихся потребности в двигательной активности и формирование здорового образа жизни средствами учебного предмета «Физическая культура и здоровье». Задача учителя, преподающего этот учебный предмет, — повысить социальную значимость физической культуры и спорта, важность физической активности, сформировать взгляд на физическую культуру и спорт как на факторы здорового образа жизни.

В нашей школе в 2018/2019 учебном году было проведено исследование с целью изучения мотивов, потребностей, интересов учащихся 3–11-х классов к занятиям физической культурой. Результаты показали, что в 85 % учащихся начальной школы идут на урок с желанием поиграть в различные игры. В среднем звене мальчики предпочитают спортивные игры, а девочки — различные виды гимнастики. Именно в этом возрасте подросткам хочется освоить игровые виды спорта для того, чтобы использовать эти навыки в свободное от занятий время. У старших школьников преобладает желание снять напряжение, улучшить физи-



ческую форму, пообщаться через командную игру. К современным видам физической двигательной активности с оздоровительной и спортивной направленностью проявили интерес 91 % учащихся.

С учетом полученных данных в образовательный процесс были включены элементы стретчинга, атлетической гимнастики, аэробики и др. Применение этих методик повысило интерес к физической культуре. Как итог, при повторном опросе 92 % уча-

ЧИТАЙТЕ В СВЕЖЕМ НОМЕРЕ «ОМ»