**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ**

**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ШКОЛЕ**

В настоящее время перед школой стоит очень важная задача - не только подготовить ребёнка к самостоятельной жизни, но и научить его быть здоровым, способствовать формированию у него потребности в здоровье, как залога будущей успешности в жизни.

Анализ состояния здоровья школьников свидетельствует о росте заболеваемости детей. Такая динамика состояния здоровья – результат длительного воздействия неблагоприятных социально-экономических и экологических факторов.

В общеобразовательной школе физическая культура является базовой областью образования.

Преподавание физической культуры в школе включено в общую систему образования и воспитания и действует по закономерностям образования и воспитания. Вместе с тем это единственный учебный предмет, который формирует у учащихся грамотное отношение к себе, к своему телу. В соответствии с социально-экономическими потребностями общества и исходя из сущности общего и среднего образования, ясно то, что цель учебного предмета «Физическая культура» состоит в том, чтобы содействовать формированию разносторонне развитой личности. Средством достижения этой цели для учителя является овладение школьниками основ физической культуры. При проведении уроков физической культуры я опираюсь на современные психолого-педагогические и физиолого-педагогические теории обучения, воспитания и развития личности, использую методы обучения и воспитания с учетом личностных особенностей каждого ребёнка. Воспитание культуры здоровья, здорового образа жизни, обучение учащихся приёмам мобилизации и релаксации, телесного и духовного самосовершенствования привели к необходимости пересмотра сложившегося содержания физического воспитания в общеобразовательных учреждения.

Изменения в системе общего среднего образования ведут к разработке новой концепции физического воспитания. Для этого необходимо, помимо комплекса педагогических, социологических исследований в области физической культуры, определить роль и место физкультуры в образовательном процессе, его взаимосвязь и взаимодействие с другими учебными дисциплинами, сохраняя при этом целостность процесса обучения, при котором каждый предмет вносит свой вклад в гармоническое развитие личности ребёнка [5].

Учащимся трудно запомнить всё, что даётся им на уроках. Составители научных концепций и учебных программ зачастую «забывают» о психофизиологических возможностях детей по приёму и переработке информации, о возрастно-половых особенностях их развития, естественных социальных потребностях. Интенсивные учебные нагрузки на неокрепший детский организм неблагоприятно сказываются на здоровье школьников. Недостаток двигательной активности и чрезмерные учебные нагрузки часто приводят к срыву базовых биологических функций.

Очевидно то, что эффективным средством решения многих проблем выступает физическое воспитание.

И.П.Павлов и другие выдающиеся учёные показали, что в целостном организме костно-мышечная система - ведущая, на неё «равняются» все остальные системы и органы [5]. Поэтому оптимальная двигательная активность позволяет наиболее полно реализовать наследственную программу человека и играет важную роль в сохранении и укреплении его здоровья.

В настоящее время в системе физкультурного образования выделяются три основных направления современного урока по учебному предмету «Физическая культура» – оздоровительное, тренировочное и образовательное [3].

Не так давно ведущим считалось тренировочное направление урока. Урокам оздоровительной и образовательной направленности практически не уделялось должного внимания. Цель данных уроков – приобретение ребенком такие знаний, которые он сумеет перенести в обычную жизнь. Такой урок должен решать следующие задачи:

- в начальной школе – формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека; развитие психических процессов креативности, самостоятельности, сознания; обучение элементарным способам самоконтроля за физическим развитием и физической подготовленностью.

- в основной и средней школе – углубление основ знаний о физической культуре; воспитание положительных индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии, создание представлений об индивидуальных психосоматических и психосоциальных особенностях, адаптационных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья; развитие навыков самоконтроля, ответственности за своё здоровье; изучение культурно-исторических основ физической культуры.

Наиболее значимыми компонентами в физическом воспитании являются:

* определение нагрузок на уроках физкультуры и их дифференциация с учётом физического развития и состоянием здоровья детей;
* выполнение общепринятых санитарно-гигиенических мероприятий (проветривание, влажная уборка);
* введение в учебно-воспитательный план уроков здоровья, профилактических бесед;
* совершенствование системы физкультурно-спортивных мероприятий;
* систематическое проведение просветительских мероприятий по здоровому образу жизни, личной гигиене;
* регулярное проведение диспансеризации учащихся на базе районной поликлиники;
* проведение мониторинга физической подготовленности и уровня здоровья.

Проблемы будущего любой семьи, да и будущего страны, напрямую зависят от главного – кто будет строить. И семью, и страну. Люди свободные, красивые и сильные или неуверенные, болезненные, безграмотные и бесхарактерные? Это зависит во многом от родителей, от того – насколько внимательно, бережно, осмысленно и изобретательно они раскрывают возможности и таланты своих детей. Необходимо совместно с детьми заниматься спортом, интересоваться их успехами, подавать положительный пример.

Неуспевающих же всеми способами надо стараться поддерживать, воспитывать у них самоуважение. Такая система работы помогла бы решить многие детские проблемы. Для исправления ситуации с «больным поколением», необходима результативная работа школьных специалистов физического воспитания.

На мой взгляд, надо начать с основы: разработать нормативные требования по развитию двигательных качеств детей, поступающих в I класс; познакомить родителей будущих первоклассников с нормативными требованиями; проводить тестирование будущих учеников при поступлении в школу; организовывать семинары и консультации для родителей по развитию двигательных качеств детей. Оптимальная двигательная активность как бы включает механизмы выздоровления и держит их в рабочем состоянии, что повышает сопротивляемость организма к различным патогенным факторам и способствует быстрому выздоровлению при болезни. Недостаток движений создаёт условия для проявления наследственной предрасположенности к заболеваниям и, значит, ограничивает годность к некоторым профессиям, омрачает перспективу будущего материнства и отцовства [5].

Почему же проблема здоровья детей вышла на первое место? Да только потому, что оно продолжает ухудшаться, а «Физическая культура» - единственный предмет в школе, способный эффективно решать проблему оздоровления учащихся, – упорно отодвигается на «вторые роли». Отрадно отметить, что в настоящее время Правительством нашей страны уделяется большое внимание развитию физической культуры и спорта.

**Список используемой литературы:**

1. Валик Б. В. Ребёнок и физические нагрузки // Физическая культура в школе. - 2006. № 2. – 68c.
2. Дорошенко А.С., Шуров К.Ю. Образовательный урок // Физическая культура в школе. - 2005. - № 5. – 38c.
3. Копылов Ю.А. Учитель физкультурной самостоятельности // Физическая культура в школе. - 2005. - № 2. – 27c.
4. Шапарь А.В., Перетятько В.В. Роль и место физической культуры в образовательном процессе // Физическая культура в школе. - 2005. - N-4. – 28c.