**РОЛЬ МАССОВЫХ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ**

Сохранение и укрепление здоровья, воспитание культуры здорового и безопасного образа жизни, соответствующих поведенческих стереотипов школьников — приоритетное направление государственной политики, рассматриваемая в качестве необходимой гарантии успеха всех проводимых в нашей стране социальных и экономических реформ.

Данная задача не может быть решена с помощью какого-то одного метода или совокупности однотипных методов (например, относящихся лишь к сфере информационной, разъяснительной, просветительской работы); необходим комплекс разнородных, взаимосвязанных форм и методов.

Выбирая нужное из многочисленных форм и методов, которые призваны содействовать сохранению и укреплению здоровья, формированию знаний о здоровье и мотивации на здоровье, умений и навыков оздоровительной деятельности мы стараемся использовать их для воспитания культуры здорового образа жизни школьников.

Применяемые комплексы форм, средств и методов, необходимые для разработки и использования в оздоровительных целях являются не только традиционными, но и профилактическими.

Каждое учебное заведение придает важное значение здоровьесберегающей, коррекционной и реабилитационной работе со школьниками в ходе учебного процесса. Ориентируясь на принципы гуманистической педагогики и психологии, в школе создаются такие условия обучения, чтобы ребенку было «комфортно и психологически, и физически», чтобы к каждому ученику применялся индивидуальный подход, минимизирующий риски для здоровья в процессе обучения.

Не только в школе, но и оздоровительной направленностью должна пронизываться вся работа системы дополнительного образования школьников — при организации их социально значимого досуга, организации занятий по физкультуре и спорту, в воспитательной деятельности.

Важное значение в этом плане имеет двигательная активность школьников: в младших классах она составляет 30-40%, в старших — 70–80%; а на уроках физкультуры компенсируется лишь на 10-20%. По данным различных исследований, активизация двигательной активности может в несколько раз снизить заболеваемость школьников, повысить уровень их физической подготовленности и физической работоспособности, уменьшить риск распространения вредных привычек, увеличить функциональные возможности. Система дополнительного образования позволяет эффективно решить эту задачу.

Новое поколение стандартов по физической культуре направлено на взаимную деятельность учителя, школьника и родителей по здоровьесбережению учащихся. Это важно учесть в работе по составлению учебных программ по физической культуре в школе по ФГОС.

Уроки физической культурой должны быть не тяжкой обязанностью, а уроками радости, когда каждый ученик, благодаря индивидуальному подходу к особенностям его состояния здоровья, сможет ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных показателях и достижениях и, самое главное, в показателях его физического и психического здоровья.

Любая физическая и спортивная подготовленность учащихся в школе и в системе дополнительного образования необходима реализовываться в массовых спортивных соревнований школьников. Именно соревновательность, как социальная и личностная данность, вызывая азарт, стремление быть в спортивной деятельности на уровне, лучше других, обеспечивает привлекательность физкультурно-спортивных занятий, стимулирует детей и подростков к физическому, психическому, духовно-нравственному совершенствованию. Эти уникальные свойства соревновательности необходимо максимально использовать в системе массовых спортивных соревнований школьников не только для выявления лучших юных спортсменов, но также — и в еще большей мере — для привлечения к соревнованиям всех школьников независимо от их физических данных и спортивных способностей. Учитель физической культуры используя государственный заказ на участие в соревнованиях по определенным видам спорта для выявления спортивных талантов , сильнейших не должен забывать о оздоровлении, физическом развитии и физической подготовленности всех школьников

. В соответствии с этими в процессе подготовки к соревнованиям особое внимание следует уделять сохранению и укреплению здоровья школьников, формированию у них соответствующих знаний, умений, интересов, потребностей, ценностных ориентаций, т.е. воспитанию у них физической культуры, культуры здоровья, здорового образа жизни.

Массовые спортивные соревнования школьников, занятия физкультурой и спортом рассматриваются неотъемлемой частью системы дополнительного образования детей, всей воспитательной и образовательной деятельности обучающихся. В Письме Президента Российской Федерации от 02.10.2007 № ПР-1766 Минобрнауки России, Росспорту, полномочным представителям Президента Российской Федерации в федеральных округах сказано о необходимости совершенствования системы школьных спортивных соревнований. Проводя мониторинг традиционных спортивных соревнований, организуемых различными ведомствами по видам спорта, общественными организациями мы видим, что, с одной стороны увеличивается число массовых спортивных соревнований и учителя физкультуры обязаны выставлять на них все больше команд, а с другой стороны, число абсолютно здоровых школьников, способных участвовать в этих соревнованиях уменьшается. (Заболеваемость детей Российской Федерации в возрасте до 14 лет возросла за последние пять лет на 16%, юношей и девушек в возрасте 15-18 лет — на 18%. По официальным данным лишь 10% выпускников общеобразовательных учреждений России могут быть отнесены к категории здоровых). Каждый физически одаренный школьник на особом счету у учителя физкультуры, его выставляют участвовать во многих соревнованиях, его стараются определить в какую-нибудь спортивную секцию. В результате во всех этих соревнованиях участвует незначительное число школьников, а остальные дети и подростки остаются вне соревнований и у них теряется интерес к физической культуре и спорту. Вся система школьных соревнований, дублируя модель большого спорта, в котором главное результат, высокие спортивные достижения, в основном решает задачи спортивного совершенствования, а не оздоровления, воспитания, всестороннего развития детей и подростков.

Проводя на районном методическом заседании тестирования показало, что большинство учителей по физической культуре ориентировано в первую очередь на выявление талантливых спортсменов. 37% опрошенных учителей физкультуры указали, что именно эта задача решалась при организации и проведении соревнований в полной мере. Задачи содействия решению общих задач школьного образования и воспитания занимают последние места в указанном перечне решаемых задач в спортивных соревнованиях. Только 9% педагогов отметило, что эти задачи решались в полной мере. При этом оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи в процессе организации и проведения соревнований школьников частопросто декларируются, но не решаются. У педагогов главная задача — выявление сильнейших спортсменов, то у школьников на первом месте — общение с друзьями, приобретение новых друзей (на это указало 50%опрошенных), на втором — отдых, развлечение, снятие умственного напряжения, смена характера деятельности (48% опрошенных). Все мотивы, связанные с победой в соревнованиях, стремлением быть лучшим у школьников занимают не лидирующие места . На наш взгляд, такое положение нужно менять на системном уровне. И в первую очередь необходимо сместить акцент в массовых спортивных соревнований школьников, рассматривая их как неотъемлемую часть общей системы образования и воспитания. Практика организации и проведения массовых спортивных соревнований школьников в нашем районе показывает, что эти важные задачи решаются в большей мере не соревнования по отдельным видам спорта, а комплексные соревнования с разнообразной программой состязаний(районная Спартакиада, Юношеские игры) Программа этих крупных соревнований учитывает интересы и возможности большинства учащихся, позволять участвовать в соревнованиях всем школьникам, независимо от их физической подготовленности.(кроме освобожденных)

В рамках школьных комплексных массовых спортивных соревнований выявляется «команда-класс», т.е. соревнования между командами классов, в которых должны участвовать все учащиеся данного класса. Комплексность их заключается в том, что помимо отдельных видов спорта, в их программу входят конкурсы в различных видах творческой деятельности связанные со спортом и требующие проявления не только физических, но и интеллектуальных, художественных, эстетических и иных способностей, способствующих всестороннему и гармоничному развитию. По сумме призовых мест определяется победитель, а по наибольшей сумме очков, набранных учащимися данного класса во всех соревнованиях и конкурсах, определяется лучшая «команда-класс». Результаты команд каждой школы анализируются, и лучшую команду направляют на участие в областных Президентских состязаниях.

. В программу таких соревнований могут быть включены как традиционные игровые виды спорта (футбол, волейбол, баскетбол и др.), инновационные (например, «стрит-бол», «футболей и т.д.). Но помимо игровых видов спорта в программу массовых спортивных соревнований школьников «команда-класс» должны входить спортивно ориентированные творческие конкурсы. Такими спортивно ориентированными творческими конкурсами могут быть: конкурс эрудитов-знатоков в области здоровья, здорового образа жизни, физической культуры и спорта; конкурс технического и эстетического выполнения приемов игровых видов спорта; художественный конкурс или конкурс искусств на спортивную тематику (по выбору); конкурс групп поддержки, олимпиады по физической культуре и т.п. Эти конкурсы не требуют от школьников больших физических нагрузок, высокой физической подготовленности. Вместе с тем, они способствуют развитию у школьников интереса к сфере физической культуры и спорта, потребности в физкультурно-спортивной активности, так как они становятся членами спортивной команды, выступают в различных видах творческой деятельности, связанной со спортом и приносят очки в общекомандный зачет. Такой подход к организации массовых спортивных соревнований школьников ориентирован на реализацию идеи основателя современного олимпийского движения Пьера де Кубертена об интеграции спорта с искусством с целью разностороннего и гармоничного развития личности. В соответствии с указанными задачами массовых спортивных соревнований школьников должна строиться также система определения и поощрения победителей. Места команд определяются только по сумме очков, набранных во всех конкурсах. В этих соревнованиях не должно быть проигравших, т.к. каждая команда в каких-то конкурсах и по каким-то показателям обязательно будет лучше других. Для этого организаторы соревнований формулируют и утверждают широкий перечень номинаций за личные и командные достижения (например, поведение в духе олимпийских принципов честной игры; лучшая физическая подготовка; высокое спортивное мастерство; изобретательности творчество, оригинальность и юмор в спорте; художественное творчество; самая сплоченная команда и т.п.). При этом на одном призовом месте, в одной номинации может быть сразу несколько команд и участников. Все команды награждаются памятными кубками, грамотами, призами, в том числе в отдельных конкурсах. Реализация представленной модели массовых спортивных соревнований школьников «команда-класс» будет способствовать оздоровлению детей и подростков, формированию у них культуры здорового образа жизни, позволит решить самый широкий круг социокультурных и педагогических задач. Конечно, с учетом конкретных условий она может изменяться и дополняться. В настоящее время после одобрения Минобрнауки РФ принципиальных положений данной модели проведения соревнований школьников «команда-класс» по игровым видам спорта целесообразно ее широкое обсуждение.

Надо непременно встряхивать себя физически, чтобы быть здоровым нравственно.

 Лев Николаевич Толстой

[10] Нужно поддерживать крепость тела, чтобы сохранить крепость духа.

В. Гюго

[17] Спорт становится средством воспитания тогда, когда он - любимое занятие каждого.

В. Сухомлинский

[1] Если хочешь стать лучше - борись с превосходящим тебя.

Гарун Агацарский

[2] Физическое образование ребенка есть база для всего остального. Без правильного применения гигиены в

развитии ребенка, без правильно поставленной физ¬культуры и спорта мы никогда не получим здорового

поколения.

А. В. Луначарский

[3] Спасительной силой в нашем мире является спорт - над ним по-прежнему реет флаг оптимизма, здесь

соблюдают правила и уважают противника независимо от того, на чьей стороне победа.

Д. Голсуорси[5] Нужно, чтобы к физическим упражнениям приобщился каждый человек.Без этого немыслимы никакие

разговоры о здоровом образе жизни.

Николай Амосов20] Спорт формирует культуру оптимизма, культуру бодрости.

Анатолий Васильевич Луначарский

[14] Физкультура и спорт позволяют человеку, как это принято говорить, иметь в "здоровом теле - здоровых дух".

В самом деле, для полноценной умственной деятельности, для хорошего самочувствия необходимо быть здоровым.

Больной человек и чувствует себя неважно, работает соответственно. В течении многих лет умные люди высказывали

мудрые мысли о спорте и физической культуре. Давайте вспомним главные цитаты и афоризмы о спорте и здоровье.

Неизвестный автор