Альтернативные виды физического воспитания.

В наше время на начало XXI века, несмотря на непрерывный прогресс общества в сфере экономики, политики ,науки, а так же развитие робототехники, военного дела, различных видов спорта, рождаются слабые и немощные дети, все чаще подверженные таким заболеваниям, как ВПС, сколиоз и т.д. Как же остановить эту закономерность? Что нужно делать, чтобы наши дети росли здоровыми и сильными?

Конечно, первоначальное спортивное образование дети должны получать дома, в семье, а если такая возможность отсутствует, то груз подготовки детей к жизни переходит к учителям. Задача любого педагога – научить учиться, то есть сформировать умение учиться, самостоятельно добывать и анализировать информацию, решать творческие задачи и стремиться к саморазвитию. Я, как учитель физической культуры, предлагаю новые виды физического воспитания. Моя первая альтернатива - художественная гимнастика, предметом служит красивая гимнастическая лента.

Имея опыт работы, как в традиционной, так и в школе для девочек, я опробовала свой метод в обеих школах .Эта идея сразу понравилась девочкам ,ведь это не только красота и грация, а также владение своим телом, гибкость и женственность. Занимаясь этим, воспитывающим эстетику, упражнения по несколько минут на каждом уроке, девушки уже начали сами изобретать новые движения и складывать их в танец. В конце II четверти прошел урок демонстрации номеров с гимнастической лентой. Между ученицами, в котором все участвовали с большим интересом приобретая

Вторая моя альтернатива – использование мини-батутов. Этот вид упражнения развивает прыгучесть ученика и увеличивает рост, но самое главное то, что ребятами это воспринимается как игра , следовательно, они выполняют упражнения легко и играючи.

Полагаю, если в каждой школе будут использоваться новые, развивающие, виды физического воспитания , то подрастающее поколение будет достаточно выносливым и сильным , чтобы принять и продолжить наши свершения и развитие человечества.