

*Архипова Дарья Николаевна,
магистрант,
Донской государственный технический университет,
г. Ростов-на-Дону,
Email: darya50591@yandex.ru*

*Архипова Светлана Витальевна,
учитель начальных классов,
МБОУ «Михайловская ООШ»,
г. Константиновск*

ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНОГО СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Аннотация: в данной статье изучен ряд проблем физического воспитания детей, а также школьного спорта, в условиях современных общеобразовательных школ, рассмотрены причины гиподинамии и ухудшения состояния здоровья школьников. В работе исследованы специфика учебного труда школьников, произведен анализ культуры «здорового поведения» детей, описана необходимость физического развития как способа укрепления здоровья обучающихся.

Ключевые слова: *школьный спорт, физическая культура, гиподинамия, ребенок, здоровье.*

В современных условиях двигательная активность среди подрастающего поколения приобретает небывалую ценность, особенно для школьников. Невозможно переоценить значение физического воспитания для развития ребенка. Оно способствует морфологическому и функциональному совершенствованию организма, развитию физических способностей, формированию двигательных умений и навыков, становлению системы знаний о здоровом образе жизни. Физическое воспитание является важнейшим средством всестороннего гармонического развития личности [1]. Продолжительные сидячие занятия в аудиториях не позволяют насыщать мозг кислородом, способствуют накоплению различных заболеваний, начиная с раннего детского возраста. В течение дня организм школьника испытывает высокие умственные нагрузки, что влечет за собой перенапряжение центральной нервной системы. Осложняет ситуацию социальная изоляция детей, которая обусловлена пандемией новой коронавирусной инфекцией.

Последствиями умственного и психического переутомления могут быть заболевания различного генеза, связанные с основными функциональными системами растущего организма, прежде всего нервной и сердечно-сосудистой. Необходимо отметить, что недостаток сна и неполноценное питание, характерные для детей подросткового возраста, также не прибавляют здоровья, а наоборот повышают риск возникновения тяжелых заболеваний, в некоторых случаях даже хронических: вегетососудистая дистония, гастриты, аритмия, депрессия и т.д.

Отдельно необходимо рассмотреть вопрос организации труда и отдыха, культуре «сидячего поведения» – позы за учебным столом или перед веб-камерой компьютера, телефона или другого цифрового устройства. Неудобная поза школьника приводит к статическому напряжению мышц спины, таза и нижних конечностей, которое влечет за собой функциональные нарушения ряда систем организма. Для восполнения «мышечного голода» и профилактики гиподинамии школьников имеется громадный арсенал средств физической культуры [2].

Школьный спорт – часть спорта, направленная на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в образовательных учреждениях начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования, их подготовку к участию и участие в физкультурных и спортивных мероприятиях.

Физическая культура в школе выполняет следующие социальные функции:

- преобразовательно-созидательную, направленную на обеспечение необходимого уровня физического развития школьников;
- интегративно-организационную, характеризующую возможности объединения детей в спортивные команды, клубы, сборные учебного заведения по видам спорта;
- коммуникативную, отражающую процесс культурного поведения, общения, взаимодействия участников физкультурно-спортивной деятельности, организации содержательного досуга, оказывающую влияние на коллективные

настроения школьников;

– социализации, в процессе которой происходит включение индивида в систему общественных отношений для освоения социокультурного опыта, формирования социально ценных качеств.

Школьный спорт выступает в качестве отдельного звена в многообразном мире физической культуры. Многие теоретики и практики в области физической культуры и спорта, проводя анализ ситуации в современных условиях, приходят к выводу, что действующая система физического воспитания в школах несовершенна, поскольку не выполняет в полной мере социальный заказ государства по обеспечению здоровья подрастающего поколения [3].

Модернизация системы российского школьного образования требует активных преобразований и в сфере физического воспитания подрастающего поколения.

Современная система физического воспитания в школах нуждается в обновлении как в содержательном, так и в технологическом плане. Устарели методики преподавания предмета «Физическая культура», материальная база, система подготовки кадров, что в значительной степени препятствует оздоровлению и социализации учащихся.

Важнейшими факторами, негативно сказывающимися на физическом и психологическом здоровье школьников, повышению количества детей с отклонениями здоровья, являются гиподинамия, а также недостаточное физическое воспитание. Следует отметить, что школьникам, имеющим отклонения в состоянии физического здоровья, показана лечебная физическая культура как средство поддержания и укрепления слабого здоровья. Обучающимся, имеющим проблемы с моральным и психическим здоровьем, физическая культура также необходима. Например, гиперактивному ребенку физическая нагрузка позволит снять нервное и мышечное возбуждение, успокоит его, даст возможность переключиться на другой объект внимания, позволит сменить скучную обстановку школьного класса на подвижную игру в спортивном зале или на спортивном снаряде. Отличным средством для работы с

гиперактивными детьми являются подвижные игры. Их преимущество в том, что они имеют сюжет, который служит дополнительным стимулом для привлечения внимания ребенка. Посредством подвижной игры достигается двигательная активность школьника, стабилизация его морального состояния и в целом укрепление функциональных систем его организма.

Негативные последствия двигательной неактивности и гиподинамии можно устранить. Однако важно понимать, что это трудоемкая проблема, которая носит комплексный характер, и требует больших временных, волевых и финансовых затрат.

Основной причиной низкой эффективности физического воспитания в школах являются отсутствие целого ряда необходимых компонентов, таких как:

- спортивная база. Причем размеры бывают разными – есть немало поселений городского типа или сел, в которых нет даже детских площадок, не говоря о спортивных сооружениях;

- необходимого спортивного инвентаря и оборудования для обеспечения полноценного физического воспитания школьников;

- системной организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, соревнований в общеобразовательных учреждениях;

- социальной защиты и достойной оплаты труда педагогов [4].

Исходя из вышесказанного, представляется возможным сделать вывод, что сегодня проблема укрепления, поддержания и сохранения здоровья подрастающего поколения крайне остро стоит перед государством и народом, поэтому огромное внимание необходимо уделять физическому воспитанию школьников.

Список литературы

1. Архипова Д.Н., Планидин Е.С., Мавропуло О.С. Социально-правовое регулирование физической рекреации // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – № 5-2. – С. 181-182.

2. Горлинская Е.Е., Планидин Е.С., Архипова Д.Н. Правовые аспекты развития социальных программ для людей с ограниченными возможностями здоровья. –

Межотраслевые проблемы формирования правовой культуры в молодежной среде. Сборник научных статей межвузовской студенческой научно-практической конференции. Министерство образования и науки Российской Федерации, Донской государственный технический университет, Факультет «Юридический». 2018. – С. 32-36.

3. Мавропуло О.С., Архипова Д.Н., Планидин Е.С. Здоровье как составляющая профессионального образования // Особенности государственного регулирования внешнеторговой деятельности в современных условиях: материалы III всероссийской научно-практической конференции: в 2 частях (г.Ростов-на-Дону, 17-18 ноября 2016 г.). Ростов н/Д, 2016. – С. 288-292

4. Мавропуло О.С., Архипова Д.Н., Планидин Е.С. Социально-правовые аспекты инклюзивного физического воспитания // Инновации: спортивная наука и практика. Материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (п. Дивноморское, 26 сентября - 02 октября 2016 г.). Дивноморское, 2016, с.99-103

©Архипова Д.Н., Архипова С.В.