

*Павлов П.П., учитель физической культуры  
МБОУ «Федоровская СОШ №5», Сургутский  
район, ХМАО-Югра*

## **Приобщение детей к спорту в семье и школе.**



Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в последние годы является особенно актуальной в связи с негативной тенденцией к ухудшению состояния здоровья всех социально — демографических групп населения России и особенно детей. Это связано с массой негативных явлений современной жизни: тяжелыми социальными потрясениями, экологическим неблагополучием, низким уровнем развития института брака и семьи; массовым распространением алкоголизма, курения, наркомании; слабой системой здравоохранения и воспитательной базы образовательного учреждения и семьи. Многочисленные научные исследования свидетельствуют: рост отклонений в состоянии здоровья происходит в период пребывания детей в общеобразовательных учреждениях. С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье, наблюдается тенденция непрерывного роста общего уровня заболеваемости. Особенно остро эта проблема обозначена на Севере. На здоровье школьников, проживающих в Сургуте и Сургутском районе, оказывает влияние неблагоприятное состояние экологии. В нашем регионе климатические условия представляют собой сложный комплекс отрицательных факторов в отношении воздействия на детский организм.

Среди объективных факторов здорового образа жизни детей выделяются следующие:

- «качество окружающей среды» (состояние воздуха, воды, почвы), продуктов питания, жилища, одежды;
- социально-экономические условия;
- образ жизни;
- организация предметно-пространственной среды;
- организация воспитательно-образовательной деятельности в ОУ.

В физическом воспитании школьников должна участвовать не только школа, но и семья. Все родители мечтают вырастить здорового и всесторонне развитого ребёнка, а достичь этой цели невозможно без регулярных занятий физической культурой и спортом.

Общеизвестно, что спортивные занятия не только укрепляют здоровье детей, но и помогают развить многие черты характера: целеустремленность, усидчивость, уверенность в собственных силах. Однако не всегда благие намерения родителей определить ребенка в спортивную секцию совпадают с его желанием. Если ваш ребенок ведёт малоподвижный образ жизни, проводит много времени у телевизора или компьютера, то, скорее всего, ваши нотации о том, как это вредит его здоровью, не приведут к желаемому результату. Тут выход только один - на собственном примере показать

преимущества активного отдыха. Для этого можно организовать совместную поездку на велосипедах, лыжную прогулку - зимой, погонять мяч во дворе, сходить в бассейн или на каток, даже совместная рыбалка обязательно послужит пользе дела, лишь бы всё было организовано от души и с желанием. Ещё лучше привлечь друзей вашего ребёнка к совместному активному отдыху: вместе гораздо веселей.

Для привлечения родителей и их детей к здоровому образу жизни был разработан план мероприятий.

<b>№ п/п</b>	<b>Мероприятие совместно с родителями</b>	<b>Класс</b>
1.	«ГТО для всей семьи» сдача нормативов ГТО родителей и их детей	1-11
2.	«Веселые старты»	8-9
3.	«Папа, мама, я – спортивная семья»	5-7
4.	Дружеские встречи по волейболу	10-11
5.	«Масленица»	5-7
6.	«Лыжня России»	1-11
7.	Шахматный турнир	1-11
8.	Дружеские встречи по футболу	1-4
9.	Пулевая стрельба	9-11
10.	Спортивный праздник «Путешествие в страну Здоровья»	1-4
11.	Спортивный праздник «Быстрее! Выше! Сильнее!»	5-7
12.	Турнир эрудитов, посвященный истории Олимпийского движения «Всемирный праздник спорта»	8-9
13.	Акция-протест «Нет вредным привычкам!»	10-11
14.	Конкурс фотографий «Спорт в нашей семье»	1-11

Необходимо совместными усилиями родителей, педагогов, специалистов, имеющих подготовку по основам здоровьесбережения, формировать у детей понятие здорового образа жизни, воспитывать соответствующие навыки и привычки, что будет способствовать эффективности мер социальной защиты здоровья детей. И как сказал В.В. Путин: «Результатом нашей работы должна стать осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой и спортом. Каждый молодой человек должен осознать, что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех».