

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Физическая культура - ключ к духовному и физическому совершенствованиюЖАРИЯЛАНДЫ
07.06.2018СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/39410/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Бурковский Сергей Сергеевич

В течение уже полувека наблюдается печальная тенденция ухудшения здоровья подрастающего поколения. Неблагоприятная внешняя среда, нарушение пищевого режима, отсутствие должного уровня физической активности — вот лишь некоторые причины негативного влияния на уровень здоровья школьников.

Статистика показывает, что из года в год всё больше учащихся наших Казахстанских школ в процессе учёбы также приобретают различные заболевания. Только треть детей способны выполнять физкультурные нормативы и президентские тесты. Поэтому, для выполнения важнейшей задачи в образовательном процессе – сохранения и укрепления здоровья детей — особое внимание, на мой взгляд, должно уделяться качеству проведения уроков физической культуры и спортивных секций, очень значим и личный пример, здоровый образ жизни самого учителя в малокомплектной сельской школе.

Думаю, многие согласятся, что самое главное в работе каждого учителя – воспитать ученика как творческую личность. Потому что творческий человек, где бы потом не работал, с каким бы делом не сталкивался, в любой профессии сможет реализовать себя как личность, получить удовлетворение от своей деятельности, принести пользу окружающим.

Ведь это большое счастье – получать удовольствие от работы. И я уверен, несмотря на небольшой опыт моей педагогической работы, что без творческого подхода на любом уроке не обойтись. Урок физической культуры – не исключение. Потому что физкультура и спорт – это действительно не « беготня и маршировка», а искусство. Искусство движения, которое может вдохновлять детей не только на достижение спортивных результатов, но и позволяет быть детям в высоком жизненном тонусе и является

залогом его успешного обучения развития. Хорошее физическое состояние — это еще и залог успешной учебы.

Одной из задач в своей учительской деятельности в *условиях обновления содержания образования* я вижу не только научить детей выполнять какие-либо упражнения, научить какому-либо виду спорта (на протяжении 2-х лет успешно веду секции «Боевое самбо» и «Армрестлинг»), но и приобщить их к здоровому образу жизни. Ведь если спорт становится любимым занятием, то это дает возможность бороться с многочисленными возникающими в их жизни стрессами, не прибегая к помощи алкоголя, никотина, наркотиков, не совершая непоправимых действий.

Сегодня я стремлюсь научить детей тому, что знаю и умею сам, сделать так, чтобы дети тянулись к спорту. В свои школьные годы, а затем и в студенческие, я с удовольствием занимался спортом, участвовал во всех спортивных соревнованиях самого разного уровня, и не понаслышке знаю, как дисциплинируют и мотивируют спортивные тренировки, физические упражнения. Но самое главное, чему я научился еще со школы у своего учителя физкультуры – Макаркина Сергея Владимировича – я стараюсь слышать детей, формировать в ученике индивидуальную позицию личного роста, развития и достижений. Сегодня я благодарен и нынешним наставникам, директору школы Рыбиной Галине Геннадьевне, Рыбину Владимиру Юрьевичу.

Наблюдая те положительные изменения, которые происходят с моими воспитанниками на уроках и во внеурочное время, я еще больше убеждаюсь в мысли, что уроки физической культуры – это уроки искусства, физического и духовного самосовершенствования.

На своих уроках стараюсь исключить однообразие. Важным направлением в физическом воспитании считаю воспитание аккуратности, ответственности. Серьезное значение придаю форме одежды, приветствию в начале урока, точности и красоте выполнения физических упражнений. Стараюсь использовать активные формы обучения, комплексно использую фронтальные, групповые, индивидуальные формы работы. Ещё одна из немаловажных составляющих задач на уроке физической культуры заключается в том, чтобы выработать и сохранить у детей правильную осанку. Не секрет, что у многих выпускников школ имеются различные деформации позвоночника (скалеоз и др.) Борьться с этим можно только укреплением соответствующих групп мускулатуры школьников на уроках, секциях, профилактических мероприятиях.

Конечно, иногда приходится ещё слышать рассуждения некоторых взрослых, что не у всех длинные ноги, чтобы высоко прыгать и быстро бегать, и не у всех сильные руки, чтобы докидывать мяч на необходимое расстояние. Но все согласны, как показывает мой личный опыт общения с родителями, что гибкость, координация, спортивные игры и секции – однозначно и действительно необходимо детям; и всё чаще я слышу

искреннюю заинтересованность в вопросах: «Сергей Сергеевич, как дела у моего сына, дочери? Как тренировки? Как успехи?»

И последнее. Я думаю, все со мной согласятся, что каждый человек, как взрослый, так и ребёнок хочет ощущать себя здоровым и счастливым. Ведь не зря мы вслед за Ювеналом повторяем: «В здоровом теле – здоровый дух». В здоровом, спортивном поколении заинтересован и наш президент, Н.А. Назарбаев. Считаю, что одной из центральных фигур в воспитании детей в школе, человеком, заботящемся об их здоровье, должен стать современный учитель физической культуры. И я очень надеюсь, что в будущем когда я, коллеги, дети переступим порог новой школы и будет больше возможности и условий для урочной и внеурочной спортивной деятельности, мы побываем с нашей школьной спортивной командой в разных городах Казахстана. И на деле подтвердим известную истину: **«Спорт становится средством воспитания тогда, когда он – любимое занятие каждого».**

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.