Физическая культура и спорт – основы здоровой нации

Одним из направлений национальной стратегии России является здоровье нации. В развитии общества, его духовного и физического здоровья значительную роль играютфизическая культура и спорт. Стратегической целью государственной политики в сфере физической культуры и спорта является создание условий, ориентирующих граждан на здоровый образ жизни, в том числе на занятия физической культурой и спортом, развитие спортивной инфраструктуры, а также на повышение конкурентноспособности российского спорта. Главное богатство любой страны - физически здоровый и духовно развитый человек. Каждый гражданин – частичка государства, поэтому именно он, воспитанный и образованный, определяет потенциал могущества государства. Здоровая нация – признак сильной страны. Государство признано обеспечить физическое и духовно нравственное здоровье человека, развивать физическую культуру и спорт, формировать достойный образ жизни.

Современный школьник – это, в первую очередь, продвинутый пользователь ПК, интерактивных досок и других средств ТСО. Он обладает широким кругозором благодаря сети Интернет, а также благодаря современным родителям, которые много путешествуют. Современный школьник шагает в ногу со временем, имея богатые возможности для самопознания, саморазвития, самосовершенствования.

Сегодня школьники очень заняты. Это касается не только учебы. Помимо школы обучающиеся посещают огромное количество дополнительных секций, кружков. Радует то, что ЗОЖ сейчас очень моден среди подростков и многие посещают именно спортивные секции такие, как хоккей, бассейн, танцы, легкая и тяжелая атлетика, волейбол, баскетбол, футбол. Все перечисленные секции очень популярны среди учеников нашей школы и они положительно влияют на их здоровье. Школьники 3,4,5 классов отдают предпочтение кружкам творчества, что развивает их творческое мышление и навыки.

Ценности образования 21 века

-инициативность и нацеленность на приобретение новых компетенций

-готовность и способность к технологическим, организационным, социальным инновациям

-сотрудничество и взаимная ответственность

-креативность

-критическое мышление

-высокая социальная активность и компетентность в осуществлении социальных взаимодействий

-информационная грамотность

Основной целью обучения является формирование в процессе реальной деятельности когнитивных, эмоциональных и стратегических (общеучебных) компетенций:

-Учащиеся -полноправные члены учебного сообщества

-Каждый ученик движется по собственной образовательной траектории, конструируя уникальное знание

-Учащиеся принимают значительную часть решений относительно того, что изучать, как изучать и какие ресурсы для этого использовать

-Обучение происходит в условиях практико-ориентированной деятельности через взаимодействие учащихся друг с другом, с учителем и с окружающей средой

В современном образовательном процессе учащиеся принимают активное участие:

•Ученики самостоятельны

•Сотрудничество ученика, учителя и семьи

•Открытая образовательная среда

•Обучение в контексте

•Повышение значимости формирующего оценивания

•Междисциплинарные знания

Для человека, мечтающего добиться успеха в жизни, активного в своих действиях, важным являлось и является образование. Сегодняшние детишки просто акселераты: рослые, крепкие, развитые не по годам. Но наряду с этим, нынешних малышей можно охарактеризовать как часто болеющих, быстрее устающих. Это зависит от образа жизни, питания, окружающей среды и социального положения семьи. А ведь здоровье ребенка – это залог успешной учебы. А если серьезно, то ученик 21 века – это обычный человек, живущий в современном мире, идущий в ногу со временем и думающий о будущем. Он получает хорошие оценки, дома забывает дневник, делает домашнее задание, радуется, когда учитель заболеет, слушает популярную музыку, модно одевается и постоянно что-то жует, слушают учителя на уроках и бегают на переменах. Он истинное дитя своего поколения. Именно таких детей мы с вами учим, воспитываем, и надо принимать их такими, какие они есть. А ученики будущего? Что ж, наверное, и они будут детьми своей эпохи, но это уже другая история. Школа – это первый шаг в большой, взрослый мир и ученик должен сделать его уверенно.

Важнейшим условием для достижения задач физического и духовного оздоровления населения является поднятие престижа занятием физической культурой и спортом, а также формирование сферы досуга, которая не только будет способствовать ведению здорового образа жизни, но и станет доступной и привлекательной для современной молодежи, станет сферой, предоставляющей широкие возможности для самореализации

Изменения в обществе, в демографии, общественном сознании, жизненных установках и других аспектах внешней и внутренней среды обуславливают различия физических потребностей населения в спортивных занятиях и соответственно в специфике организации спортивной работы

Cпорту присущи здравоохранительная, образовательная, культурная, духовная, правоохранительная и оборонная функции. Физическая развитость населения способствует улучшению производства, как следствие, возрастает экономический потенциал государства. Все более важной становится его роль в социализации и воспитании подрастающего поколения, формировании образа и стиля жизни. Он "затрагивает и такие, казалось бы несопоставимые явления, как общественное положение, расовые и национальные отношения, деловую жизнь, модели автомобилей, моду, концепцию героизма и этические ценностей.

Формирование здорового облика нации есть первостепенная задача, к выполнению которой стремится каждое государство. Определяющее значение в этом имеет социальный образ жизни, обеспечиваемые обществом и государством доступные стандарты жизнедеятельности человека каждому гражданину, чем определяется уровень и качество жизни населения страны. Для этого общество мобилизует различные средства, которыми реально располагает, и в первую очередь возможности человеческого фактора - масштабов популяции, демографической динамики и состояния здоровья населения

Осознание роли физической культуры в жизни человека и общества усилилось в последние десятилетия. Стимулом для этого является значение физической культуры как фактора совершенствования природы человека, как элемента компенсации развивающегося дисбаланса требуемого объема и качества двигательной активности с одной стороны, и реальной физической активности в повседневной жизни - с другой стороны.

Физическая культура посредством физических упражнений готовит людей к жизни и труду, используя естественные силы природы и весь комплекс гигиенических факторов, а также режим труда, быт, отдых, определяющих состояние здоровья человека и уровень его общей и специальной физической подготовки.

Показателями состояния физической культуры в обществе являются: массовость ее развития; степень использования средств физической культуры в сфере образования и воспитания; уровень здоровья и всестороннего развития физических способностей людей; уровень спортивных достижений; наличие и уровень квалификации профессиональных и общественных физкультурных кадров; пропаганда физической культуры и спорта.

Недостатки физического воспитания и развития спорта среди подростков, детей и молодежи объясняются комплексом нерешенных вопросов, среди которых слаборазвитая материально-техническая база; ограниченный объем учебного времени, отведенного на обязательные занятия по физическому воспитанию; издержки в профессиональной подготовке педагогических кадров, в содержании и формах физкультурно-оздоровительной работы, особенно среди дошкольников; ориентация педагогической деятельности на количественные показатели; отсутствие традиций семейного физического воспитания; несогласованность действий органов народного образования, здравоохранения, физической культуры и спорта

Забота о развитии физической культуры и спорта - важнейшая составляющая социальной политики государства, обеспечивающая воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей людей, удовлетворения их интересов и потребностей, активизации человеческого фактора.

Здоровье человека - результат сложного взаимодействия социальных, средовых и биологических факторов

Роль физической культуры в оздоровлении нации состоит в следующем:

- поддержание и укрепления здоровья людей, совершенствование их культуры способом общения, активного проведения досуга, альтернативой вредным привычкам и пристрастиям;

- минимизация экономических потерь за счет физической активности и оздоровительно-массовый спорт;

- увеличение продолжительности жизни населения, а также трудоспособного возраста людей;

- развитие спорта высших достижений