**РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ**

**СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Поручиков В. В., Тригубов В. В., Якименко А. С.**

*Харьковский национальный медицинский университет*

**Анотация.** В данной статье описана роль физической культуры в системе образования.

**Постановка проблемы.** Современное содержание образования в области физической культуры нацеливает не только на то, чтобы выпускник школы вышел в жизнь с достаточной физической подготовленностью, но и на то, чтобы он был действительно образованным в физической культуре: владел средствами и методами работы со своим телом, знал его и не боялся; владел средствами и методами укрепления и сохранения здоровья, повышения функциональных возможностей основных систем организма; умел организовывать и грамотно проводить свои занятия физическими упражнениями. Сегодня школьная физическая культура все больше становиться ответственной за формирование у школьников ориентации на здоровый образ жизни. Для нынешнего поколения России эта ориентация жизненно необходима против растущей опасности наркомании, алкоголизма, никотиновой зависимости. Занятия физической культурой в школе учат школьника самоконтролю, самокритике, т.е. ценить время, организовывать распорядок дня, без чего невозможна нормальная жизнь любого человека.

**Анализ исследований и публикаций.** Физическая культура в жизни общества выполняет ряд важнейших функций. Развивающая функция состоит в совершенствовании всех физических сущностных сил людей, включая мышечную и нервную системы, психические процессы; руки и ноги; гибкость и стройность тела, глаз и ухо, способность ориентироваться в пространстве в экстремальных ситуациях, адаптироваться к изменяющимся условиям. [6;408]

Физическое воспитание формирует систему ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни, обеспечивает мотивационную, функциональную и двигательную готовности к нему. Оно осуществляется в соответствии с общими и специфическими для него закономерностями, принципами и правилами педагогического процесса. Влияет на интеллектуальные, психические, морально-волевые и другие качества личности [2].

**Изложение основного материала.** Физическое воспитание в системе образования традиционно ответственно за физическое развитие и физическую подготовку молодого поколения. Воспитание нового, всесторонне развитого человека - одно из необходимых и решающих условий успешного развития современного общества. укреплении биологических и психических процессов, происходящих в организме человека.

Никто не может сравниться с преобразующей силой физической культуры и спорта. Эта сила делает неуклюжего ловким, медлительного - быстрым, слабого - сильным, всегда жалующегося на усталость - выносливым, болезненного - здоровым. Хорошая физическая подготовка позволяет быстрее осваивать новые сложные производственные профессии; она же стала одним из решающих факторов подготовки летчиков, космонавтов, военных.

Физическая культура и спорт способствуют развитию интеллектуальных процессов - внимания, точности восприятия, запоминания, воспроизведения, воображения, мышления, улучшают умственную работоспособность. Здоровые, закаленные, хорошо физически развитые юноши и девушки, как правило, успешно воспринимают учебный материал, меньше устают на уроках в школе, не пропускают занятий из-за простудных заболеваний.

Однако напряженная умственная работа в школе и дома, а также и другие виды деятельности вызывают у учащихся значительную перегрузку организма. Вместе с тем большую часть свободного времени они проводят в компьютерных клубах, возле телевизора. Подросток ведет малоподвижный образ жизни. А это отрицательно сказывается на физическом развитии, общем состоянии здоровья, уровне физической подготовленности. Вот почему жизненно необходимыми являются физическая культура и спорт, которые позволяют укреплять здоровье, целенаправленно воздействовать на весь организм совершенствовать двигательную деятельность и формировать физические качества.

Современное содержание предмета физической культуры в школе должно исходить из следующего  условий:

- физическая культура должна удовлетворять интересам общества во всестороннем физическом развитии  школьников;

-физическая культура должна использоваться как средство организации здорового образа жизни человека, укрепления здоровья и поддержания долголетия;

-физическая культура должна способствовать индивидуальному развитию культуры собственного тела школьника, возможности активно включаться в разнообразные трудовые, физкультурно-спортивные и культурные мероприятия;

- физическая культура должна обеспечивать формирование знаний, умений и навыков в организации и проведении самостоятельных форм занятий, чтобы использовать физические упражнения для целенаправленного развития физических качеств, двигательной подготовки и культуры движений, формирования осанки и телосложения;

- физическая культура  должна развивать мышление, научить межличностному общению, уважению к себе и окружающим, давать возможность для самовыражения и содействовать самоопределению.

Исходя из этого можно сделать выводы насколько важна роль физической культуры в формировании личности обучающихся, их интересов и творческих способностей, в совершенствовании двигательных и психофизиологических качеств, в укреплении здоровья и профилактики заболеваний школьников. Физическая культура это развитие физического и духовного в человеке, это способ жизни и способ развития целостной личности.

Поэтому в структуре общего среднего образования предмет физическая культура должен занимать одно из ведущих мест среди других предметов и способствовать решению важных общепедагогических задач. Физическая культура не должна быть лишь школьным предметом, она должна быть образом жизни детей.

Для этого необходимо преодолеть устаревшие традиционные формы, методы и средства педагогической деятельности, при которых наша физическая культура оставалась бы в школьном образовании лишь как процесс физической подготовки и средство укрепления здоровья школьников [4]. Решая традиционные задачи по формированию двигательных на выков, воспитанию физических качеств и координационных способ ностей, многие учителя зачастую забывают о формировании положительного отношения и интереса школьников к занятиям физическими упражне ниями и урокам физической культуры. Одной из главных задач учителей физической культуры общеобразовательных школ, должна стоять задача по  формированию у учащихся положительного отношения к физической культуре. Для решения этой задачи необходимо использовать разнообразие всех дос тупных средств и методов.

Во многих школах наши уроки проходят по схеме: ходьба, бег, перестроение по четыре,упражнения типа зарядки с подсчетом, эстафеты (класс делится на две команды) и в заключение -- игра. Такие уроки быстро надоедают и ученикам, и учителю. Дисциплина на уроках падает, научить чему-нибудь очень трудно. Более опытные учителя «держат» дисциплину, но обычно она основана на окрике, страхе. И результат: ребята выполняют упражнения кое-как, только обозначают выполнение. Всё идет насмарку, даже если и составлен хороший план урока [1].

Мы уверенны, спасение в одном: научить детей сознательно работать на уроках. Повышение эффективности урока, можно считать, и есть одна из центральных задач реформы школы. А основа эффективности урока -- это сознательная дисциплина и сознательное, активное, самостоятельное выполнение упражненийё

Слабая занятость всех учащихся на уроке, отсутствие учебно-познавательного интереса, низкая моторная плотность, т.е. безделье, приводят к снижению внимания, к ухудшению дисциплины. Если на уроках нет постоянного возбуждения, заинтересованности, нет положительных эмоций, нет индивидуальных заданий, не создана ситуация успеха, то нет и повода для стимулирования учеников --одобрения, поддержки, похвалы. А ведь известно, что одна похвала может поднять настроение на весь урок [3].

Если внимательно приглядеться к деятельности учителей, добивающихся больших успехов и в обучении, и в воспитании, то нетрудно сделать вывод, что всё начинается с качества урока. Не ограничивается уроком, а именно начинается.

Известный наш учитель В.А.Сухомлинский писал: «Процесс воспитания -- не какая-то механическая передача моральных норм, требований, правил от воспитателя к воспитанникам. Воспитание -- это живые непринужденные человеческие взаимоотношения педагога и школьника; от того, что преобладает в этих отношениях, зависит результат воспитания»ё

Вот она -- педагогика сотрудничества. И далее: «Если ребенок не видит успеха в своей учебной работе, его сердце словно гаснет, он теряет веру в свои силы, он словно ощетинивается, отвечает дерзостью на советы и замечания учителей»ё

Поэтому первое, к чему необходимо стремиться в учебной и внеклассной деятельности, -- это создание атмосферы интереса к занятиям.

Приемов в этом деле немало:

· объяснить значение занятий для укрепления здоровья, необходимость активных и самостоятельных занятий;

· объяснить (очень коротко) значение каждого общеразвивающего упражнения при дальнейшем обучении полезным навыкам;

· обеспечить достаточное количество мелкого раздаточного инвентаря, что помогает увеличить занятость учеников;

· регулярно использовать игровой и соревновательный методы, создающие положительные эмоции на занятиях;

· вводить самостоятельную работу на уроке, как средство активной познавательной деятельности. Заметно повышается интерес учеников на уроках тренировочного плана; урок легкой атлетики, урок гимнастики, урок игр. У каждого своя структура, свои, присущие данному виду спорта, упражнения

**Вывод.** физическая культура, являясь частью культуры общей, способствует развитию и подготовке школьников к дальнейшей самостоятельной жизни, а спорт является так называемой "школой жизни". Ведь в спорте учатся не только играть в тот или иной вид игровой деятельности (если речь идет об игровых видах спорта), но и работе в команде, тактике, стратегии,  учатся проигрывать и побеждать, отношениям с соперниками и отношениям в своей команде (особенно в соревновательной деятельности), принимать самостоятельные решения не только в игре, но и в жизни и многому другому.

Занятия физической культурой и спортом формируют здоровое честолюбие, чувство собственного достоинства, способность держать удар, причем не только в спортивном зале, подводят к духу честной конкуренции, что особенно важно для подрастающего поколения в современной Украины.

Школьная физическая культура закладывает основу для формирования личностных свойств, таких как трудолюбие, позитивная активность, стремление не отставать от других. Это эффективное средство направления энергии школьников в конструктивное русло. При этом поведение, знания и умения, личный пример учителя физической культуры становятся для школьников более значимыми ориентирами, чем наставления и назидания. И если учитель физической культуры поможет сформировать у учащихся потребности к постоянному самообразованию и самосовершенствованию, то им  будет легче осознать и принять для своей жизни такие социальные понятия, как дружба, равноправие, справедливость, красота, право на интересную жизнь, свобода и счастье.

**Литература.**

1. Бажуков С.М. Здоровье детей - общая забота. - М.,1978. - 127с.
2. Дюперрон Г. А. Методика урока физического воспитания / Г. А. Дюперрон. – Л.:  Время, 1929. -  267 с.
3. Приходько В. В. Формувати у школяра звичку до занять спортом або ж діяльну особу будівничого власного здоров'я / В. В. Приходько // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Вип. 81. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів : ЧНПУ, 2010. – С. 401-405.
4. Ращупкин Г.В. Физическая культура школьников 9 - 10-х классов. Киев, 1979. –174с