«Формирование мотивационно – ценностного отношения школьника к своему здоровью».

Докладчик: Иванова Анжелика Карибовна

Среди многочисленных проблем, которые стоят сегодня перед общеобразовательной школой особую актуальность занимает проблема формирования отношения школьников к ценностям физической культуры и своему здоровью. Актуальность этой проблемы обусловлена потребностью в укреплении здоровья школьников как одного из факторов успешности обучения и воспитания, а также заботы о всестороннем развитии личности. Существенная роль в этом принадлежит физической культуре, которая в жизни детей играет ведущую роль.

Сегодня для самосовершенствования личности школьников необходимо сформировать у них потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями, овладению обширным комплексом двигательным умений, навыков и специальных знаний, воспитанию нравственных, эстетических и др. качеств.

Данный процесс может успешно реализовываться лишь в том случае, если он будет основываться на мотивационном подходе к своему здоровью через физическое воспитание. Физическая культура будет восприниматься школьниками как личная ценность, если активизировать физкультурно-оздоровительную деятельность. Здоровье это достояние всего общества, которое невозможно оценить. Мы желаем друг другу крепкого здоровья когда встречаемся и прощаемся, потому что это основа счастливой полноценной жизни. Доброе здоровье обеспечивает нам долгую и активную жизнь, способствует выполнению наших планов, преодолению трудностей, даёт возможность успешно решать жизненные задачи.

Но жизненный опыт показывает, что обычно заботиться о своём здоровье люди начинают лишь после того, как недуг даёт о себе знать. А ведь можно предотвратить эти заболевания в корне нужно только вести здоровый образ жизни и заботиться о своём здоровье. Дети в возрасте до 11 лет очень доверчивы и подвержены внушению. Если ребёнка всё время пугать болезнями, то мы не разовьём у него желания быть здоровым. Ребёнок должен расти с сознанием, что только от него самого зависит накопление его собственного здоровья. Он должен осознавать, что физическая нагрузка является одним из важнейших средств укрепления здоровья. В нашей школе созданы оптимальные условия для развития мотивации учащихся к занятиям физическими упражнениями и спортом. В спортивных секциях занимается 56% учащихся, из них 34% в школьных кружках. Большое внимание уделяется участию в муниципальных, региональных соревнованиях.

Учащиеся школы принимают активное участие в ярмарке учебных проектов. Стало традицией проводить спортивные праздники, «Весёлые старты», дни здоровья где наряду с учениками принимают участие учителя и родители. Учащиеся старшего звена из числа подготовленных инструкторов волонтеров помогают в проведении различных соревнований. В школе проводятся конкурсы «Самый здоровый класс», «Самый сильный школьник», «Лучший знаток Олимпийского движения», спортивные викторины.