

УДК 37.018:613

ОТНОШЕНИЕ УЧАЩИХСЯ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

М. В. Петренко (МГУ имени А. А. Кулешова)

Науч. рук. *И. А. Есенкова*,

ст. преподаватель

Формирование здорового образа жизни школьников является одной из важных задач современной школы. Однако далеко не все школьники испытывают потребность в занятиях спортом и постоянно следят за своим здоровьем. Учащиеся среднего школьного возраста 12–14 лет относятся к здоровому образу жизни специфически, не всегда выполняя даже самые элементарные упражнения утренней гимнастики и гигиенические процедуры. Положение ухудшается еще и тем, что в рамках школы учитель, ориентированный в первую очередь на решение педагогических задач, не в состоянии в одиночку справиться с данной проблемой.

Нормативно правовыми документами по физической культуре предусмотрен ряд мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни у школьников. Это позволяет учителю при планировании уроков физической культуры и часа здоровья и спорта включать материал, способствующий обучению детей определять свое состояние и ощущения, пониманию школьниками необходимости и роли движений в физическом развитии, формированию представления о своем теле и организме, укреплению и сохранению здоровья школьников.

Важная роль отводится обучению правилам безопасности при выполнении физических упражнений и различных двигательных действий в течение всей жизни, а также оказанию первой помощи при получении травм. В некоторых районах Могилевской области по-прежнему остается актуальной проблема формирования знаний, умений и навыков, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности в экологически неблагоприятных условиях (в условиях последствий аварии на ЧАЭС).

Отношение к здоровому образу жизни является показателем сформированной внутренней позиции, которая закладывается в процессе воспитания не только в школе, но и в семье. Проведенные исследования показывают, что и школьники, и взрослые выделяют мотив укрепления здоровья в качестве основного при занятиях физической культурой и спортом [1]. Поэтому формирование отношения школьников к здоровому образу жизни неразрывно связано с семейным образом жизни и во многом зависит не только от школы, но и от родителей.

Литература

1. **Еншин, М. М.** Спортивный менеджмент и маркетинг : учеб. пособие / М. М. Еншин ; Бел. гос. ун-т физ. культуры – 2-е изд., испр. – Минск : БГУФК, 2005. – 229 с.