А. А. Харламова,
учитель физической культуры гимназии № 85
Петроградского района Санкт-Петербурга

ЗДОРОВЫЙ ДОСУГ УЧЕНИКА

Общеобразовательное учреждение является местом активной деятельности ребенка в течение 9—11 лет — наиболее интенсивного периода их развития, и поэтому в школе должны создаваться условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья школьников. Статистические данные по стране говорят об ухудшении здоровья школьников. С поступлением ребенка в школу его общая двигательная активность падает во много раз, и дефицит двигательной активности уже в младших классах составляет 35—40%, а среди старшеклассников — 75—85%. Уроки физического воспитания лишь в малой степени (на 10—18%) компенсируют дефицит движений, что явно недостаточно для профилактики отклонений в состоянии здоровья. Следовательно, нужна система оздоровительной работы, а не отдельные мероприятия. Поэтому приоритетными в школе должны быть следующие направления: сохранение и укрепление здоровья школьников; воспитание внутренней потребности вести здоровый образ жизни; формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни и соответствующих поведенческих стереотипов; занятия физической культурой как занятия радости, когда каждый ученик благодаря индивидуальному подходу к особенностям его состояния здоровья сможет ощутить себя в динамике непрерывного физического развития, отражающейся в его спортивных показателях и достижениях, а главное — в показателях его психического и физического здоровья. Эти направления должны иметь место не только в рамках учебной деятельности школьников, но и в их досуге.

Благодаря правительственной программе повсеместно идет реконструкция спортивных площадок. Но средств, выделяемых на их реконструкцию и строительство, недостаточно, чтобы в полном объеме удовлетворить запросы молодежи в занятии физической культурой и спортом.

Эта проблема отчасти решается взаимодействием педагогического корпуса учителей физической культуры и тренеров спортивных школ. Детские и юношеские спортивные школы предлагают разные спортивные секции бесплатно, но, несмотря на это, не каждый ребенок может пойти туда заниматься спортом, и на это есть свои причины: ослабленное здоровье (нужен медицинский допуск врача, т. е. ребенок должен быть здоров, а это редкость); целевая направленность спортивных школ на достижения спортивных результатов, а ребенку нужно получить физическую нагрузку, разрядку для снятия эмоционального стресса.

Существенная помощь пришла открытием в школьных учреждениях отделений дополнительного образования детей. У учащихся появилась возможность, не выходя из стен школы, сменить учебную деятельность на досуговую, отвечающую разным вкусам и возможностям. Отделения дополнительного образования детей предлагают учащимся широкий спектр направлений досуговой деятельности: физкультурно-спортивное, культурологическое, военно-патриотическое, туристическо-краеведческое, социально-педагогическое, художественно-эстетическое, научно-техническое и т. д.

Здесь учащиеся могут реализовать себя в полной мере. Посещение кружков бесплатное, и количество направлений не ограничено. На кружковых занятиях под руководством педагога-наставника, педагога-учителя, педагога-друга дети могут в свободной, непринужденной обстановке общаться со сверстниками, обсуждать волнующие их темы, а не

идти в подворотню пить пиво, курить или употреблять наркотики. Таких дурных мыслей у ребенка даже не возникает, потому что его досуг занят и ему он интересен; в кружке его не только многому научат, но и выслушают, проявят к нему внимание; это особенно важно для детей из неблагополучных семей, которые дома никому не нужны, а здесь они находят себя и реализуют свои возможности в полной мере.

Такая работа под силу только квалифицированным педагогам. Между тем руководители отделений дополнительного образования детей испытывают трудности с подбором квалифицированных кадров. Кто в основном сегодня работает в системе дополнительного образования детей? С одной стороны, это учителя, которые рассматривают дополнительное образование как способ подработать и реализовать (дополнить, усугубить) какие-либо вопросы учебной программы, а с другой стороны — это пожилые люди разных профессий, не имеющие педагогического образования, но желающие поделиться с детьми своими умениями и знаниями. Сегодня остро встает вопрос о специальной подготовке квалифицированных педагогов дополнительного образования.