

# ПОДГОТОВКА УЧИТЕЛЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ К РЕАЛИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ

---

## К ВОПРОСУ О ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

*Гайдук С.А.,  
Федорова Н.Г.,  
Юдина В.В.,*

*Белорусский государственный педагогический университет  
имени Максима Танка, г. Минск*

Аннотация. В статье рассмотрены требования к организации физического воспитания младших школьников.

*Ключевые слова: физическая культура, физическое воспитание, младшие школьники.*

В начальных классах закладывается фундамент всей последующей учебной деятельности ученика, в которых он должен «научится учиться», поэтому от личности учителя начальных классов, уровня его профессиональных знаний, навыков и умений зависит формирование, воспитание и развитие нравственных, личностных, интеллектуальных, физических качеств и способностей детей.

Особое внимание необходимо уделять физическому воспитанию учеников начальных классов. К сожалению, констатируем, что уровень двигательной активности детей младшего школьного возраста снижается. Так, одной из причин этого является доступность и распространенность современных гаджетов, а следовательно, возникающий, в связи с этим, перенос игровой деятельности детей из реальных условий в виртуальные, что, в первую очередь, характеризуется гиподинамией, преимущественно малоподвижным образом жизни, недостатком нахождения на свежем воздухе, ребенок не играет и не общается в коллективе и т.д. К этому еще прибавляются не всегда благоприятные экологические факторы окружающей среды, смена интересов и идеалов, отсутствие мотивированности и целеустремленности.

Вышесказанное свидетельствует о том, что занятия по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» с учениками начальных классов должны быть направлены, в первую очередь, на укрепление здоровья, закаливание организма, а самое главное – формирование у детей потребности и стремления к занятиям любым видом физической активности, которые должны стать систематическими. У детей должна быть привычка, например,

выполнять комплекс утренней физической зарядки, но в этом первостепенная роль принадлежит родителям.

Занятия по физической культуре в школе должны быть интересными, эмоционально насыщенными, упражнения должны выполняться всеми детьми класса с учетом индивидуальных особенностей, преимущественно проводить занятия игровым и соревновательным методом. Важным является использование подвижных игр, эстафет, в которых у детей формируется чувство товарищества, коллективизма, умения сопереживать, помогать товарищам.

Следует учитывать, что не все дети до школы посещали детские дошкольные учреждения, поэтому принцип преемственности физического воспитания не будет соблюдаться, также, к сожалению, физическое воспитание в семье не у всех детей осуществляется должным образом. Поэтому с учетом уровня физической подготовленности, сформированности двигательных навыков у детей необходимо использовать физические упражнения, являющиеся наиболее простыми, нередко начиная с обучения элементарным движениям, физическую нагрузку нормировать, начиная с предельно минимальной.

Необходимо максимально использовать другие средства физического воспитания – проводить занятия на улице, учитывать форму одежды в соответствии с погодными условиями. Особенно важными и оказывающими положительное влияние на закаливание организма, тренировку сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной систем, развитие мышц рук, ног, туловища оказывают занятия на лыжах. Несмотря на меняющиеся погодные условия, не всегда позволяющие проводить занятия, отсутствие материально-технической базы, нерациональное планирование учебного процесса учителями начальной школы, учителям физической культуры необходимо совместно с родителями предусмотреть возможность проведения этих занятий в зимнее время года, так как большинство студентов, поступающих в УВО после окончания средней школы, практически не умеют стоять на лыжах, никогда не занимались в зимнее время вне спортивного зала.

Таким образом, привитие привычки к занятиям физической культурой, укрепление здоровья, систематические занятия с учетом принципов постепенности и последовательности, индивидуальный учет как личностных, так и физических особенностей каждого ребенка необходимо использовать при планировании и проведении уроков по физической культуре в начальной школе.