**ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС КАК СРЕДСТВО РЕШЕНИЯ ЗАДАЧ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ОЛИМПИЙСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

*Хроменков Л.Я., Хроменкова Е.В., Хроменков Р.Л.*

*г. Минск, Беларусь*

*The article discusses ways to solve problems of physical education and olympic education of children and youth.*

Здоровье занимает самую высокую ступень в иерархии потребностей человека и является одним из ведущих условий успешного социального и экономического развития государства. Центральное место в этом отношении занимает проблема здоровья детей и молодежи, являющегося залогом здоровья взрослых, без решения которой у страны нет будущего: именно в этом возрасте формируется репродуктивный, интеллектуальный, трудовой и военный потенциал страны.

Статистика свидетельствует, что самая большая доля вклада в здоровье (55%) приходится на образ жизни. Отсюда можно считать, что генеральной линией формирования и укрепления здоровья является здоровый образ жизни (ЗОЖ) [1].

Компонентами ЗОЖ являются: культивация положительных эмоций, оптимальная двигательная активность, рациональное питание, ритмический образ жизни, эффективная организация трудовой деятельности, сексуальная культура, здоровое старение, отказ от пагубных пристрастий [1].

При этом наукой и практикой доказано, что двигательная активность выходит за рамки своего компонента и играет универсальную роль в жизнедеятельности организма, выполняя, по крайней мере, десять ключевых функций организма: моторную, побудительную, творческую, тренирующую, защитную, стимулирующую, терморегуляционную, биоритмологическую, речеобразующую, корректирующую [1].

Физическая культура как форма приобщения к организованной с учетом всех основополагающих принципов двигательной активности, должна являться неотъемлемой частью жизни общества и индивида, на всех этапах онтогенеза, особенно в период биологического роста.

Вот почему при решении задач социально-экономического развития страны одним из приоритетных направлений должно являться воспитание здорового молодого поколения посредством привлечения детей и молодежи к регулярным занятиям физической культурой и спортом [2].

Настала острая необходимость объединить усилия всех заинтересованных сторон для реализации государственной политики в области сохранения и укрепления здоровья нации, определить вклад научных, образовательных, медицинских, физкультурно-спортивных учреждений, общественных организаций, семьи, средств массовой информации и др. в процесс формирования у учащихся и студентов устойчивых стереотипов ЗОЖ [3].

Физическое воспитание подрастающего поколения является приоритетным для государства и закреплено Законом «О физической культуре и спорте Республики Беларусь» от 4 января 2014 года №125-3 в форме обязательного физкультурного образования на всех уровнях и ступенях, а также физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий на принципах сочетания государственного и общественного регулирования и управления.

Такое сочетание форм должно обеспечить не только формирование фонда двигательных умений и навыков, повышение уровня физической и умственной работоспособности, развитие и совершенствование двигательных и функциональных возможностей, но и рациональную организацию досуга, снижение вероятности антисоциальных поступков, формирование системы ценностных ориентаций личности на здоровый образ жизни, повышение интереса и мотивации к регулярным занятиям.

Очевидно, что ни одного человека нельзя надолго сделать здоровым без его собственных усилий на основе глубокого понимания сущности здоровья, знания и умения использования оздоравливающих процедур, а главное - без осознанной самодисциплины и желания быть здоровым [4].

С этой точки зрения особое место занимают мероприятия, направленные на пропаганду физической культуры, формирование сознательного и активного отношения граждан к своему здоровью и двигательной активности.

Такие функции призван осуществлять Государственный физкультурно-оздоровительный Комплекс Республики Беларусь (далее - Комплекс). Действующий в настоящее время Комплекс как совокупность программ и нормативов физического воспитания граждан утвержден Положением, разработанным в соответствии с Законом Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» от 14 января 2014 года [5, 6].

Целью Комплекса является развитие в Республике Беларусь массового физкультурно-спортивного движения, направленного на оздоровление, общее, физкультурное образование, нравственное и патриотическое воспитание, формирование здорового образа жизни нации средствами физической культуры.

Для реализации цели выдвигаются следующие задачи:

- создание основы физкультурно-спортивного движения в стране;

- повышение эффективности физического воспитания населения;

- обеспечение преемственности в формировании здорового образа жизни населения средствами физической культуры;

- привлечение населения к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом, участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях;

- содействие физическому и духовному оздоровлению населения.

Комплекс состоит из трех программ:

1. Физкультурно-оздоровительная и образовательная программа.
2. Программа физкультурно-спортивных многоборий.
3. Программа мотивации и дальнейшего стимулирования граждан, успешно выполнивших требования Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь.

Физкультурно-оздоровительная и образовательная программа определяет дифференцированные по различным возрастным группам граждан от 7 до 60 лет на 6 ступеней цели, задачи, требования к базовому физкультурному образованию, минимальный недельный двигательный режим, уровни и бальные оценки физической подготовленности:

1. «Олимпийские надежды» для детей 7–10 лет.
2. «Спортивная смена» для детей 11–16 лет.
3. «Физическое совершенство» для девушек и юношей 17–18 лет.
4. «Здоровье, сила и красота» для граждан 19–22 лет.
5. «Здоровье и красота» для граждан 23–29 лет, 30–39 лет, 40–49 лет.
6. «Движение, здоровье и долголетие» для граждан 50–59 лет и старше.

Программа физкультурно-спортивных многоборий состоит из дифференцированных по возрастным группам цели, задач, программ летнего и зимнего многоборий «Здоровье», контрольных упражнений и принципов их оценки, многоборья «Защитник Отечества» для юношей допризывного и призывного возраста.

Программа мотивации и дальнейшего стимулирования граждан, успешно выполнивших требования Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь руководствуясь целью ориентации белорусских граждан на приоритет здорового образа жизни предусматривает систему мер по стимулированию и дальнейшей мотивации граждан, успешно выполнивших требования Комплекса: вручение значков и удостоверений, материальное поощрение работников и руководителей организаций за активное участие и организацию физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.

Свою роль в пропаганде здорового образа жизни, реализуемую Комплексом вносит Национальный олимпийский комитет. Результаты этой работы отражены в документах и постановлении отчетно-выборного олимпийского собрания 09 апреля 2010 года [7].

Национальный олимпийский комитет активизировал работу по внедрению олимпийского образования в республике, уделив особое внимание в этом отношении реализации образовательных программ Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь.

Эта работа осуществляется постоянной комиссией НОК Беларуси по культуре, олимпийскому образованию и развитию студенческого спорта совместно с ОО «Белорусская Олимпийская академия».

Главной ее целью является создание общественно-государственной системы внедрения олимпийского образования в детский дошкольных учреждениях, школах, средних специальных и высших учебных заведениях.

В ходе этой деятельности апробированы различные формы учебно-познавательной и игровой деятельности по олимпийскому образованию. Для этих целей изданы «Олимпийский алфавит», «Олимпишкины сказки» и пр. Этот опыт внедряется во многих детских дошкольных учреждениях республики.

В системе среднего образования целенаправленно проводится акция «Олимпизм и молодежь», которая в основном направлена на внедрение 1–4 ступеней образовательной программы Комплекса, требованиями которых к базовому физкультурному образованию включают знания и умения на различном, соответствующем возрасту уровне, об Олимпийских играх и олимпийском движении, значении и основных правилах занятий физическими упражнениями и пр. Как результат этой работы массовый характер приобрели «Малые Олимпийские игры», тематические конкурсы «Олимпийская гордость Беларуси», «Я рисую Олимпиаду», «Пять колец дружбы» и др.

Во всех школах и специальных учебно-спортивных учреждениях республики ежегодно проводится традиционный олимпийский урок.

В высших учебных заведениях республики организован и проводится цикл лекций и семинарских занятий по внедрению олимпийского образования. Методическим обеспечением курса теории олимпийского образования является «Белорусский олимпийский учебник», который допущен Министерством образования Республики Беларусь в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений.

С целью дальнейшей активизации этой деятельности на курсах повышения квалификации кадров Белорусского государственного университета физической культуры введен специальный курс лекций по олимпийскому образованию для преподавателей ВУЗов и учителей физической культуры. Это позволяет им внедрять олимпийское образование на местах. Для обеспечения данного курса разработаны и изданы учебно-методические пособия «Основы олимпийских знаний» и «Внедрение олимпийского образования в систему воспитательной работы училищ олимпийского резерва».

Успешно проходят ежегодные мероприятия по олимпийскому образованию и пропаганде олимпизма под девизом «Олимпийские дни» и «Олимпийские сессии».

По инициативе постоянной комиссии Национального олимпийского комитета по культуре, олимпийскому образованию и студенческому спорту в республике регулярно проводятся семинары. пропагандирующие развития олимпийского образования.

Вопросы олимпийского образования детально были рассмотрены на заседаниях Исполкома НОК Беларуси, семинарах в городах республики с участием членов НОК, заместителей председателей облисполкомов, председателей горрайисполкомов, начальников управлений по физической культуре, спорту и туризму облисполкомов и Минского горисполкома, где даны рекомендации по внедрению опыта, накопленного в стране.

Национальный олимпийский комитет совместно с Министерством образования и ОО «Белорусская олимпийская академия» планируют и в дальнейшем внедрять и развивать олимпийское образование в учебных учреждениях республики с учетом задач, определяемых Государственным физкультурно-оздоровительным комплексом.

*Литература*

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента / В.А.Бароненко, Л.А.Рапопорт; [под общ. ред.] В.А.Бароненко. – М.: Альфа-М, 2003. – 417 с.
2. Лисаченко, О.В. Проблема здоровья молодежи – стратегическое направление в государственной политике современной России / О.В.Лисаченко // Здоровый образ жизни человека – национальная проблема современного общества: сборник материалов межрегиональной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых 17 марта 2009 г.; [под общ.ред.] А.И.Барановского. – Омск: Изд-во Омского экономического института, 2009. – 292 с.
3. Филиппов, В. Здоровье школьников: актуальные проблемы и пути их решения. / В.Филиппов // Современная школа и здоровье детей: [материалы круглого стола. – М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002.](http://www.ruscenter.ru/230.html)
4. Современные технологии оздоровления детей и подростков в образовательных учреждениях: пособие для врачей / Сост. В.Р.Кучма, Л.М.Сухарева и др. – М., 2002
5. Постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 02.07.2014 № 16 «Об утверждении Положения о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь и признании утратившим силу постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 24 июня 2008 г. № 17». Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь 29 августа 2014 г. № 8/29060.
6. Закон Республики Беларусь от 4 января 2014 г. № 125-З «О физической культуре и спорте», Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь, 2014г., № 2/2124.
7. Материалы отчетно-выборного Олимпийского собрания Национального олимпийского комитета Республики Беларусь от 09 апреля 2010 г.