**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ**

В современных условиях, когда практически нет здоровых детей, когда неуклонно растет количество школьников с отклонениями в физическом развитии (дефицит и избыток массы тела, нарушение полового созревания, снижение функциональных резервов), залогом правильной организации физического воспитания является тесный контакт медиков и педагогов в вопросах допуска детей к учебным и внеучебным занятиям физкультурой и спортом, оценки самого урока физкультуры, анализа эффективности физического воспитания.

Среди актуальных проблем физического воспитания школьников следует выделить следующие:

**1. Обеспечение оптимального двигательного режима детей в условиях образовательного учреждения .**

**2. Распределение детей на медицинские группы занятий физкультурой.**

**3. Медико-педагогический контроль уроков физической культуры.**

**4. Оценка эффективности системы физического воспитания в Образовательных учреждениях.**

Физическое и психологическое состояние сегодняшних детей и подростков диктует школе создавать среду, позволяющую сберегать и сохранять здоровье учащихся .

Условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся:

а) реальной разгрузки содержания общего образования;

б) использования эффективных методов обучения;

в) повышения удельного веса и качества занятий физической культурой;

г) организации мониторинга состояния здоровья детей и молодежи;

д) улучшения организации питания обучающихся в образовательных учреждениях;

е) рационализации досуговой деятельности, каникулярного времени и летнего отдыха детей и молодежи.

Анализ показал, что ведущее место в структуре детской заболеваемости занимают болезни

* Органов дыхания.
* Нервной системы.
* Органов чувств.
* Эндокринной системы.

Семь, а порой и восемь уроков долгосидения в школе, а затем — подготовка к следующим 6-7 уже дома. Не выдержит не только голова, но и позвоночник. Усталость и агрессию дети срывают дома на родителях, а в школе на учителях.

Занимаясь поисками решения этой проблемы среди разнообразных технологий выделяют **профессора Базарного** одна из наиболее « здоровье емких»:

1. **Смена динамических поз во время занятий.** Это особенно важно для младших школьников, которым трудно высидеть за партой весь урок. По его предложению классы должны оснащаться конторками. Нехитрое приспособление (благодаря которому дети могут писать, читать и считать стоя) устанавливается прямо на парты. Вначале ученики занимаются сидя, потом стоя. Непоседам — школярам это понравится. В изготовлении конторок должны принимать участие и родители.

**2)Формирование насыщенной и разнообразной системы внешкольных занятий**. Исследователи пришли к выводу, что для ежедневного объема двигательной активности каждому школьнику нужен свой определенный комплекс внеурочных занятий. Создается возможность разгрузки в спортивных секциях — волейбол, баскетбол, футбол, легкая атлетика, «подвижные игры» для малышей, теннис, лыжи, гимнастика для девочек. Особо выделяем " рукотворчество"- рисование, вышивка, флористика, уроки прикладного искусства — это хороший способ развивать мелкую моторику руки, что приводит к активизации левого полушария головного мозга.

1. **Учителя, работающие в начальных классах,** часто используют смену учебной деятельности, режимов работы, проведение физических минуток.  
     
   **Учителя- предметники** на своих уроках максимально используют игровые моменты, аудио- и видеоаппаратуру для демонстрации интересных материалов. Среди форм проведения уроков часто встречаются такие, как урок-викторина, урок-соревнование, урок-путешествие и так далее. Использование компьютерных технологий позволяет повысить заинтересованность учащихся, а также улучшить качество восприятия материала. Использование компьютера для тестирования учащихся дает возможность отдохнуть от шариковой ручки и размять пальцы рук.  
   **4)** **Посещение обучающими различных спортивных секций**

* **Существует ряд факторов, которые, как оказалось, определяют здоровый образ жизни**:
* физическая культура и спорт:
* - активный труд и отдых;
* - рациональное питание;
* - личная и общественная гигиена;
* - отказ от вредных привычек (алкоголь, курение).

**Состояние и уровень развития физической культуры на том или ином этапе зависит от ряда условий:**

* - географической среды.
* - условий труда и быта.
* - условий жизни и уровня развития производительных сил.
* - экономических и социальных факторов.

Цель физического воспитания и ее прогнозируемый результат связаны с программой социально-экономического развития общества, которая предусматривает всестороннее и гармоничное развитие личности, наиболее полное раскрытие ее физических сил.