

A blurred background image of a modern gym. In the foreground, a treadmill is visible, slightly out of focus. In the background, several treadmills are lined up, and large windows let in bright light, creating a bokeh effect with green foliage outside. The overall atmosphere is clean and bright.

Физическая культура в школе



Несмотря на то, что в последние годы здоровый образ жизни становится все более модным и популярным, люди обращают внимание на свое здоровье и самочувствие, заботятся о прекрасной физической форме, современный мир все-таки не располагает к занятиям спортом. Связано это с тем, что появляется все больше специальностей, которые предполагают сидячий образ жизни, с развитием информационных технологий человеку доступно практически все и ему не нужно даже вставать с кресла для того, чтобы совершить покупки, оплатить счета, пообщаться с близкими в режиме онлайн.

Особенно пагубно сказываются все вышеперечисленные факторы на детях – с каждым годом следующее поколение становится все более болезненным и не приспособленным к окружающей среде, дети проводят много времени за учебой и компьютером, нечасто выходят на улицу. Конечно, существует множество спортивных секций и клубов, но ввиду большой нагрузки в школе дети не всегда могут уделять время дополнительным занятиям. В таком случае уроки физкультуры становятся для многих ребят единственной возможностью дать организму физическую нагрузку, поддержать его в прекрасной форме.





Сегодня уроки физкультуры могут посещать только те дети, которые обладают крепким здоровьем. Ведь множество несчастных случаев, вызвавших широкий общественный резонанс, было освещено средствами массовой информации: известно, когда дети не могли справиться с физической нагрузкой, падали в обмороки, повышалось давление, слишком сильно учащалось сердцебиение и т.д. Современные дети очень болезненные и если еще несколько десятилетий назад лишь единицы из всех классов не могли справиться с адекватной физической нагрузкой, предусмотренной школьной программой, то сегодня часто до трети учеников требуют спецпрограммы.

Для того, чтобы обезопасить школу и учителя физкультуры в частности от ответственности за несчастные случаи на уроках физкультуры, все дети регулярно перед школой в обязательном порядке проходят полный медицинский осмотр и ребенок допускается к занятиям физкультурой только при наличии специального разрешения. В таком случае учитель имеет право давать ребенку стандартную нагрузку.



В школах обязательно проводят специальные занятия и с учителями физической культуры – они теперь должны не только следить, правильно ли ребенок выполняет упражнения, но и обращать внимание на его общее состояние, уметь оказывать первую помощь при возникновении несчастных случаев или сильных перегрузок у детей.



Хороших юных спортсменов в школах стараются привлечь к спорту – организуют волейбольные, футбольные команды, турниры по теннису, баскетболу, легкой атлетике и т.д. Несмотря на общее ухудшение здоровья и физической формы современных школьников, результат работы школ уже есть – многие школьники интересуются различными видами спорта, следят за всеми событиями в данной сфере. Так, очень широкий резонанс вызвало сообщение о том, что чемпионат мира по футболу 2018 года пройдет в России – эта новость вызвала живой интерес у всех жителей страны и стала фактором, который помог сплотить нацию еще больше, поверить в свои силы и почувствовать большое доверие за оказанную честь, а также ответственность за проведение предстоящего события.

