

Секция «Исследования в области физической культуры и спорта»

Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового образа жизни и внутренней мотивации к занятиям физической культурой и спортом

Манакова Александра Витальевна

Студент (магистр)

Шадринский государственный педагогический институт, Курганская область, Россия

E-mail: sasha.manakova.01@mail.ru

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС) в школе реализуется программа по укреплению физического и психического здоровья учащихся, способствующая воспитанию у них ответственного отношения к своему здоровью, формирующая умение понимать и принимать полезные для здоровья решения [2].

В условиях реализации ФГОС предполагается, в первую очередь, изменение сознания участников педагогического процесса с ориентацией на ценность здоровья. Понимая здоровье как состояние физического, психологического и социального благополучия человека.

Для формирования исследуемого нами понятия у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и инвалидов важно налаживать систематическое, доверительное взаимодействие между школой и семьей. Такого рода взаимосвязь позволит эффективно достичь поставленной цели. Необходимость создания комплексных программ оздоровительной и просветительской работы в урочное и внеурочное время преследует очень важную задачу – формирование здорового образа жизни и положительную внутреннюю мотивацию к занятиям физической культурой и спортом у обучающихся с ОВЗ и инвалидов.

Взаимодействие семьи и школы в ходе формирования исследуемой категории будет эффективным в том случае, если осуществляется слаженная, совместная и систематическая работа между родителями и школой, в частности, между родителями и классным руководителем младшего школьника [1]. Данный процесс требует организации просветительской и оздоровительной работы, которая будет направлена на формирование здорового образа жизни младшего школьника, а также на активное укрепление их физического и психологического состояния.

Работа по формированию положительной внутренней мотивации к занятиям физической культурой и спортом должна носить систематический характер. Поэтому авторами был разработан проект спортивный марафон «Маяк», поддержанный Росмолодежь. Гранты в 2023 г. Он направлен на включение обучающихся в процесс занятий физической культурой не только в урочное, но и внеурочное время совместно с родителями.

Цель проекта – развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом у детей с ОВЗ и инвалидов специальной (коррекционной) школы-интернат № 11 города Шадринска, путем проведения комплекса систематических занятий, спортивных праздников, соревнований совместно с родителями, мастер-классов, силами студентов, обучающихся по направлению подготовки «Адаптивная физическая культура» в ФГБОУ ВО «ШГПУ» и действующих тренеров города Шадринска.

Проект включает в себя несколько этапов, которые реализуются на основе трех компонентов: когнитивного, мотивационного и деятельностного.

Когнитивный компонент включает приобретенные знания учащихся и их родителей в области здорового образа жизни: правильного питания, распорядка дня, физического и психического здоровья. Совместно с волонтерами ФГБОУ ВО «Шадринский государственный педагогический университет» была проведена образовательная игра «Здоровым быть

модно». В ходе, которой ребята познакомились ближе с реализуемым проектом, узнали много нового о своем здоровье и закрепили имеющиеся у них знания.

Мотивационный компонент позволяет сформировать внутренние мотивы для поддержания собственного здоровья, желания заботиться о нем и вести здоровый образ жизни, заниматься спортом и привлекать к такому образу своих одноклассников. Для этого каждое утро учебный процесс у ребят начинается с зарядки, которую проводит учитель физкультуры. Он рассказывает интересные факты об организме человека и способах сохранения энергии, бодрости в течении всего дня. Учащиеся в рамках проекта посещают спортивные секции города Шадринска. Для них систематически проводятся беседы и дискуссии о необходимости занятий. Педагоги и родители аргументируют и приводят примеры для детей, чтобы они понимали важность здорового образа жизни.

Деятельностный компонент реализуется благодаря проведению спортивных праздников и соревнований совместно с родителями. Семьи активно включаются в участие в сезонных мероприятиях. Создание ситуации успеха для каждого ребенка позволяет сформировать положительную внутреннюю мотивацию к занятиям физической культурой и вести здоровый образ жизни.

Уже сейчас участники проекта начали активно заниматься спортом и с большим удовольствием включаться в спортивную деятельность класса и школы, записались в спортивные секции и каждый день делают зарядку, закаляются и заботятся о своем физическом и психическом здоровье.

Таким образом, формирование положительной внутренней мотивации к занятиям физической культурой и спортом у обучающихся с ОВЗ и инвалидов является систематической, комплексной работой, включающей в себя формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, которые, обеспечивают сохранение и укрепление физического и психологического здоровья подрастающего поколения [3]. Сложная работа родителей и школы, реализуется в проектах спортивной направленности; встречах и беседах со спортсменами, специалистами, ведущими активный образ жизни; праздниках, фестивалях, направленных на популяризацию физической культуры и спорта и так далее. Это важно для становления гармонично развитой личности ребенка, знающего правила, способы поддержания и достижения здорового образа жизни.

Источники и литература

- 1) 1. Борисова, Г. Д. Родительское собрание – форма содружества семьи и школы / Г. Д. Борисова. – Текст : непосредственный // Начальная школа. – 2012. – № 6. – С. 14.
- 2) 2. Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (в ред. от 18.12.2012) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. – 2010. – № 12. – Текст : электронный // Справочно-правовая система : сайт. – URL: <https://normativ.kontur.ru/> (дата обращения: 27.02.2024).
- 3) 3. Шукаева, А. В. Взаимодействие семьи и школы в формировании здорового стиля жизни у детей младшего школьного возраста на основе деятельности семейного физкультурно-оздоровительного клуба : автореферат дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Шукаева Алла Викторовна ; Смол. гос. акад. физической культуры, спорта и туризма. – Смоленск, 2006. – 21 с. – Текст : непосредственный.

Иллюстрации



Рис. : Спортивное мероприятие "Золотой пробег" для потенциальных участников проекта "Спортивный марафон "Маяк"