

**Чумак Зоя Леонтьевна**

учитель

**Шахматенко Жанна Геннадьевна**

учитель

МБОУ «СОШ №2»

г. Строитель, Белгородская область

## **ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ И ВАЛЕОЛОГИЧЕСКАЯ КОНЦЕПЦИИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ОБРАЗОВАНИИ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ**

***Аннотация:** в статье представлены результаты исследования уровня потребности в здоровом образе жизни, в занятиях физической культурой. Для этого необходимо, чтобы все учебные дисциплины современного образования, вся воспитательная педагогическая деятельность способствовали этому.*

***Ключевые слова:** физическая культура личности, потребность, здоровый образ жизни, экологическая, валеологическая концепции, использования средств физической культуры, образование школьников.*

Важнейшими задачами современной системы образования в школе является включение духа экологической ответственности в школьную систему образования. Необходимо, чтобы все учебные дисциплины, вся педагогическая деятельность была построена на воспитании потребности в поддержании здорового образа жизни на протяжении всей жизни человека. Задачу можно решить, если экологические и валеологические идеи примут все учебные заведения, как концепцию повышения качества жизни и здоровья школьников [2]

При валеологическом воспитании необходимо применять практические и измерительно-информационные приемы, которые формируют новые привычки в жизни подрастающего поколения, они помогают в ознакомлении школьников с многообразием нетрадиционных и традиционных способов и способствуют в сохранении и укреплении здоровья школьников, воспитывают потребность в здоровом образе жизни. Для этого необходимо в работу включать тематические

периоды «Экология природы – экология души» и «Красота и здоровье»? В системе образования эту работу проводят спортивные секции, общешкольные и классные дни «Здоровья», проведение единых дней современного информирования и часов общения по проблемам здоровья; проведение спортивно-массовых мероприятий «А, ну-ка, парни», «Праздник -Нептуна», совместные праздники с родителями [1]

Валеологическое образование призвано ориентировать внимание на сохранение и увеличение общего здоровья. Проблема сохранения здоровья человека, в современном мире является далеко вышедшей за пределы медицинской науки. По утверждению ученых, сохранение здоровья зависит от отношения самого человека к этому дару природы, от его образа жизни, питания и поведения в окружающей среде. Научные достижения в области здравоохранения не смогут помочь сохранить здоровье, если сами люди не будут прилагать к этому усилий. Просветительная работа в школе включает в себя различные формы работы: встречи с врачами, и конференции для старшеклассников с участием врачей по проблемам полового воспитания, СПИДа, наркомании, вредных привычек, гигиены и т. д. организации лектория для родителей по вопросам здоровья подрастающего поколения школьников.

В государственных масштабах решение этой проблемы приведёт к увеличению продолжительности жизни населения, к экономическому приросту и устойчивости системы государства. При решении данной проблемы необходимо, прежде всего, внести изменения в осознание человека своей власти над здоровьем, которое, как утверждают, не купить в аптеке. Для этого необходимо проводить работу в разных направлениях воспитания и образования школьников, привлекать внимание всего общества к здоровому образу жизни разными средствами (СМИ, образовательными средствами физического воспитания, физическое воспитание применять как междисциплинарное обязательное образование) [3].

Важное значение для укрепления здоровья человека имеет – это регулярные занятия физическими упражнениями. Это позволит стать человеку в еди-

ное биосоциальное развитие и предлагает широкий спектр форм, средств и приёмов управления индивидуальным развитием человека. Можно сказать, что по силе валеологического потенциала и способности воздействия на сохранение и приумножение здоровья человека является одним из самых значительных и эффективных, ведь любая из ценностей физической культуры работает на здоровье человека.

Значит, возрастёт роль экологического и валеологического образования, на данном этапе необходимо продолжить процесс формирования физической культуры личности [2]. Участие России в педагогических проектах европейского союза по экологическому образованию предполагает экологическое воспитание, внедрение во все учебные дисциплины образования. Этот вопрос в разработке проекта по сохранению здоровья позволяет заключить основы экологического образования, постоянно опирающегося на научный и практический опыт исследований, строящий на базе наблюдений анализа и конкретных действий. Одной из задач педагогического проекта по экологическому образованию является экологическая подготовка учащихся и взаимодействующих с ними участников воспитательного процесса (организаторов спортивной работы).

Экология в воспитании физической активности и спорта подрастающего поколения, станет частью экологии человека, стоящей в системе социальной экологии. В строение основ экологии физической культуры нужно включить в расширенном виде, представления об экологии как о науке, кратко освящать всеобщие экологические проблемы, способы и методы их решения, дать структуру экологической науки, ее дисциплин, выделена роль и место экологии человека и ее раздела экологии и спорта.

При изучении экологии спорта необходимо отразить цели, задачи понятия экологии человека в преломлении спортивной деятельности, обозначить медицинские аспекты экологии. Особенно выделить вопросы предупреждения и оздоровления нации путем развития физической культуры и спорта. Так же необходимо дать рекомендации учителям по обучению основам экологических знаний своих воспитанников [4]. Важнейшей составляющей экологии следует

считать вопросы о способах приспособления организма здорового человека к различным жизненным ситуациям, в первую очередь, изменению режима двигательной активности.

Двигательная активность – это основной способ жизни человека. В жизни современного человека под влиянием изменений условий внешней среды уровень его двигательной способности изменяется как понижением или повышением качества активности жизни в физическом плане. Спортивная активность человека подразумевает высокий уровень двигательной деятельности в процессе всей жизни человека.

В процессе физического воспитания школьников нужно применять современные технологии спортивной, оздоровительной и кондиционной и тренировки, реализуемой совместно в двигательном обучении школьников.

При решении вопросов в укреплении здоровья школьников необходимо включить валеологические и экологические вопросы в учебные программы всех систем обучения подрастающего поколения, как план увеличения уровня жизни и укрепления здоровья всего населения страны.

### ***Список литературы***

1. Глухов В.И. Физическая культура в формировании здорового образа жизни / В.И. Глухов. – Киев: Здоровье, 2010.
2. Естафьев Б.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры / Б.В. Естафьев. – Л.: ВДКИФК, 2010.
3. Лотоненко А.В. Специфика формирования у студентов потребности в физической культуре: учебное пособие / А.В. Лотоненко. – Воронеж: ВГУ, 2007.
4. Лубышева Л.И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л.И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2019. – №1.