

80 процентов школьников ведут малоподвижный образ жизни, в результате около 5 миллионов юных граждан сегодня имеют хроническую патологию. Изменить ситуацию призван третий урок физкультуры, о котором идет речь в национальной образовательной инициативе «Наша новая школа». Есть педагоги, которые ввели третий урок физкультуры в образовательный процесс много лет назад. Среди них заслуженный учитель РФ, учитель физкультуры, он же директор школы №52 Алексей МИЛОВИДОВ

# Нелишний урок



## Визитка

**Алексей Андреевич МИЛОВИДОВ:**

заслуженный учитель РФ, учитель физкультуры, директор МОУ «СОШ №2». Общий педагогический стаж — 42 года. С 1966 года — учитель физкультуры в школе-интернате пос. Эммаус, с 1982 года — учитель средней общеобразовательной эммаусской школы, завуч. С 1995 года — директор МОУ «СОШ №52» г. Твери. Мастер спорта по лыжным гонкам.

С тех пор как преподаватель появился в эммаусской школе, дополнительный урок физкультуры стал основополагающим в его методике проведения занятий. Первые два урока Алексей Андреевич посвящал развивающему комплексу упражнений, а третий час выделял на подвижные игры или эстафеты. Придя в 1995 году в 52-ю школу уже директором, он ввел обязательный третий урок физкультуры. Кстати, Алексей Андреевич по-прежнему преподает.

— С каждым годом все больше и больше убеждаюсь в необходимости внедрения в образовательный процесс этого дополнительного элемента, — признается преподаватель. — Цифры, которые всем хорошо известны, говорят сами за себя: регулярно занимаются спортом 15 процентов граждан страны, а 85 процентов, по сути, больше чем две трети, вообще к нему не причастны. Будет ли молодежь здорова, если первую половину дня проводит за партой, а остальное время — дома за компьютером, мало посещает спортивные секции? Конечно, нет. В ряде школ уроки физкультуры вообще проходят для галочки. Ценой такой неразворотливости и безответственности преподавателей является ухудшение здоровья у двух третей детей, а зачастую просто физическая и нравственная деградация.

По данным Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации, отмечается увеличение показателей заболеваемости детей в возрасте до 14 лет на 42,5 процента, а у подростков в возрасте от 15 до 17 лет — на 64 процента. Стоит ли рассуждать о целесообразности третьего урока физкультуры? Конечно, важно, в каких условиях прово-

дятся такие занятия. Не всем школам повезло с материально-технической базой, как 52-й, где есть даже свой бассейн. Имеют место случаи, когда в образовательном учреждении почти на 1000 учеников всего один спортзал. Но Алексей Андреевич видит решение и этой проблемы: «Все зависит от инициативности преподавателя: если он не безразличен к будущему детей и своему предмету, то найдет тысячу возможностей. Одна из них — использование спортивной инфраструктуры города».

В Твери и Тверской области на сегодняшний день насчитывается 20 государственных учреждений спортивной направленности. Только за последние два года в эксплуатацию были введены спортивно-оздоровительные комплексы и бассейны в областной столице, Кимрах, Вышнем Волочке, Конакове, Торжке и других районных центрах. Часть из них по предварительной договоренности с администрацией школ с радостью готова открыть свои двери для учеников. Кроме того, до начала нового, 2011 года комитет по физической культуре и спорту Тверской области планирует инициировать создание межшкольных спортивных центров, которые будут располагаться на базе данных спорткомплексов сугубо для проведения третьих уроков физкультуры.

Но есть и противники спортивного нововведения, причем в преподавательской среде. Их аргумен-

тация заключается в том, что излишняя физическая нагрузка способствует быстрой утомляемости ребенка и мешает учебе. Миловидов в корне не согласен с этим утверждением. Просто важно грамотно распределять нагрузку и составлять расписание занятий. По его мнению, уроки спорта не только укрепляют здоровье, но и помогают сформировать характер ребенка, учат бороться со страхом, вырабатывают лидерские качества. Вот как проходит урок у Миловидова: «Я ставлю перед

деть гимнастические упражнения на брусьях из-под палки: получается — отлично, не выходит — постой и посмотри со стороны, как делают другие. В специальный журнал я заносю нормативы выполненных упражнений, а потом по окончании учебного года делаю выводы: кому требуется большее внимание, а кому — простая подсказка или одобрение. Результат налицо! Дети занимают призовые места на спартакиадах, областных и городских олимпиадах. В прошлом году десятиклассник Денис Митрофанов прославил родную школу, заняв 1-е место на чемпионате России в ЦФО по плаванию».

вузов не очень-то рвутся работать в школе. Но постепенно ситуация начала меняться в лучшую сторону. Так, благодаря новой системе оплаты труда учителей, предусматривающей базовую и стимулирующую части, появилась возможность поощрять педагогов-новаторов. Еще одним подспорьем для молодых специалистов, работающих в течение первых трех лет, является материальная доплата в размере 50 процентов от должностного оклада. Хочется верить, что финансовые меры поддержки повысят мотивацию молодых учителей, которые со студенческой скамьи отправятся работать не в офис, а в шко-



Уроки спорта не только укрепляют здоровье, но и помогают сформировать характер ребенка, учат бороться со страхом, вырабатывают лидерские качества.



ребенком определенную норму в пределах его физических возможностей и раз от раза увеличиваю нагрузку, — говорит он — не застаиваю лезть на канат или выпол-

Безусловно, решение обсуждаемых вопросов развития физкультуры, укрепления здоровья населения невозможно без эффективной кадровой политики. Выпускники

лу, и надеяться на то, что среди них будут и такие, как Миловидов, — учителя, равнодушные к здоровью своих учеников.

**Юлия ПАУТОВА**

## История вопроса

✓ Основоположителем научной системы физического образования и врачебно-педагогической культуры в России считается врач и педагог Петр Францевич Лесгафт. Впервые в отечественной и мировой практике ученый доказал, что физическое развитие детей школьного возраста неотделимо от системы образования в целом.

✓ В массовых масштабах физкультура пришла в школы в 30-е годы, когда командовать просвещением стал бывший красноармеец Андрей Бубнов. Спорт стал доступен всем. Тогда и начались физкультурные парады, в городских парках появились парашютные вышки, а каждый школьник считал за честь носить значки «Ворошиловский стрелок» или «Будь готов к труду и обороне».

✓ Во время Великой Отечественной войны уроки физкультуры переместились в военно-учебные пункты, которые работали на базе спортивных организаций СССР. Занятия проводились в условиях, максимально приближенных к боевым. Осуществлялась подготовка снайперов, стрелков, минометчиков, истребителей танков. По специальным программам ве-

лась подготовка бойцов-рукопашников (25 час.), бойцов-лыжников (20 и 40 час.), горных стрелков (90 часов). В планы военно-учебных занятий входило плавание, спасение утопающих, оказание первой помощи.

✓ Мощным толчком к развитию массового спорта стала подготовка к московской Олимпиаде-80. Будущих чемпионов начали воспитывать со школьной скамьи. Подготовку учителей, тренеров и инструкторов осуществляло свыше 210 высших и средних специальных учебных заведений. Вся страна надела спортивные майки и шорты, чтобы доказать свою принадлежность к самой спортивной нации. И это звание подтвердили 80 золотых олимпийских медалей.

✓ В период перестройки из-за отсутствия должного финансирования прекратили свое существование многие детско-юношеские спортивные школы, резко сократилась материальная поддержка общеобразовательных школ, физическая культура стала второстепенным предметом. В результате малоподвижного образа жизни увеличилось количество детей, страдающих гиподинамией. Особенно неблагоприятная ситуация со здоровьем уча-

щихся наблюдалась в образовательных учреждениях нового типа (гимназиях, колледжах, лицеях) в связи с чрезмерными учебными нагрузками. К концу учебного года у 90% детей из таких школ отмечались неблагоприятные изменения артериального давления и более чем у 50% — повышенная невротизация.

✓ В XXI веке развитие физической культуры и массового спорта вновь стало национальной идеей. В рамках федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы» запланировано построить и реконструировать около 400 тысяч физкультурно-спортивных объектов. Если в 2007 году массовым спортом занимались 2 миллиона 430 тысяч школьников и студентов, то в 2009-м — 2 миллиона 964 тысячи. Таким образом, прирост молодежи, вовлеченной в спорт за три года, составил 534 тысячи человек на всю страну.

