

ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

ЗНАКОМЬТЕСЬ, УЧИТЕЛЬ ФИЗКУЛЬТУРЫ!

С учителем по физической культуре школы №6 Александром Сухаревым мы познакомимся, что называется, при исполнении его профессиональных обязанностей инструктора в летнем оздоровительном лагере «Радуга» на базе пятой школы. Это был первый день работы лагеря, к которому педагог сосредоточено готовился - он отбирал для занятий новый, еще в упаковке, спортивный инвентарь. На занятия физкультурой должны были прийти по очереди, каждый в свое время, все отряды.

Среди мероприятий первого дня пребывания в оздоровительном лагере «Радуга» для всех его отрядов обязательной для прохождения по так называемой «вертушке» была и станция «Олимпиец» - спортивная, значит. День был солнечный, в меру жаркий. Открытая площадка стадиона пятой школы позволяла проводить разнообразные игры и упражнения на любой вкус и возраст. И для каждого отряда инструктор по физической культуре пришкольного лагеря Александр Сухарев планировал что-нибудь свое. Даже тот нехитрый инвентарь, находящийся в его распоряжении (мячи, обручи, скакалки), позволял варьировать занятия. До прихода детей он осмотрел территорию и собрал мелкие камешки и посторонние предметы на площадке. «Безопасность воспитанников - прежде всего», - прокомментировал он свои действия. Безопасности служит и короткий инструктаж перед началом обязательной для всех разминки. С него начинаются все занятия с детьми...

- В летней лагерной смене у нас будут проводиться утренняя зарядка, «минутки здоровья» и спортивные часы, прогулки, игры на свежем воздухе, закаливание, веселые подвижные соревнования, - говорит Александр Сергеевич. - Запланировано посещение бассейна в аквапарке. Будем соревноваться с ребятами из другого пришкольного лагеря. Физическая активность - основа роста здорового, успешного ребенка.

Радует, что на сегодняшний день этому аспекту уделяется столь серьезная роль в как в образовательном процессе, так и в период летнего оздоровительного отдыха юных когалымчан и россиян в целом. Я сторонник именно такого подхода.

Александр Сухарев вырос в городе Катайске Курганской области. В школе любил физкультуру, занимался спортом, сдал нормативы на первый взрослый разряд по легкой атлетике. Когда встал вопрос о выборе профессии, подошел за советом к своему тренеру, тот одобрил выбор воспитанника. Так Александр окончил сначала Зауральский колледж физической культуры и здоровья, а затем, после службы в армии, еще и Шадринский государственный педагогический институт, факультет физической культуры.

В Когалым приехал в 2011 году. Начиная работу учителем физкультуры в школе №9, продолжает - в школе №6. Второй год подряд занимается с детьми физкультурой в летних оздоровительных лагерях.

- Одна из важных задач учителей физкультуры - помочь ученикам выполнить нормы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». В этом видится возрождение и продолжение традиций, рожденных в СССР в 30-е годы прошлого века. Традиций, воспитавших сильное и непобедимое поколение наших соотечественников. Этот важный вид соревнований, прежде всего каждого с самим собой, вклю-

чен в график Спартакиады учащихся образовательных организаций города Когалыма «Президентские старты» в рамках Всероссийских спортивных соревнований школьников. Я очень доволен, что летом в пришкольных лагерях воспитанники также выполняют нормативы ГТО, - говорит Александр Сухарев. - Будем к этому готовиться.

Неслучайно Александр Сухарев придает столько значимости комплексу «Готов к труду и обороне», напоминая, что в учебный период в день выполнения норм ГТО в школах проводится «День здоровья» - понятия спорт и здоровье неразделимы, но помочь ребенку, научить любить физкультуру и спорт, стать достойным примером ведения здорового образа жизни должны взрослые: родители, учителя, тренеры. Не менее важна, по мнению Александра, и организация спортивной работы в целом в городе, и в Когалыме она на высоком уровне:

- Организует мероприятие центр тестирования ВФСК «ГТО» МАУ «Дворец спорта». Дети освобождаются от уроков и по графику в назначенное для каждого класса время вместе с классными руководителями приходят в школьный спортзал, где их уже ждут учителя физкультуры, а также представители центра тестирования ВФСК «ГТО» города Когалыма. Предварительно от каждого класса составляется заявка на участие, оформляется список допущенных на тестирование детей. Заранее со-



ставляются формы протоколов по каждому классу для записи результатов учеников, где, помимо фамилии-имени-отчества, указываются ступень ГТО и идентификационный номер каждого участника. Для получения ID-номера, необходимо зарегистрироваться на сайте ГТО.ру в разделе «Личный кабинет». Там же затем можно отслеживать свои результаты.

Надо сказать, в активе Александра Сухарева уже есть подоготовленные им обладатели «Золотого значка» ГТО. И их достижениями он гордится не меньше, чем собственными, подчеркивая, что отличному результату всегда предшествует серьезный и кропотливый труд:

частую не хватает силы. А комплекс ГТО - это как раз оптимальные показатели во всем.

Среди сегодняшних проблем в развитии физической культуры современных школьников Александр Сергеевич называет отсутствие у многих детей желания уделять время регулярным физическим упражнениям (на первом месте у них, как правило, современные гаджеты, мобильный телефон, компьютер) и, как следствие - недостаточно крепкое здоровье, а значит, все больше становится детей, освобожденных от уроков физкультуры. В решении этих проблем он видит для себя профессиональный вызов и готов с энергией молодости и в силу возможностей противостоять негативным тенденциям во имя здоровья и крепости духа своих учеников. А еще, наверное, потому что искренне любит педагогику, спорт и здоровый образ жизни, являя собой настоящий пример учителя физической культуры.

Виктор Шарыгин.
Фото: Валерий Петровский.