

Стрессоустойчивость и умение мыслить: как обучение в спортивном классе, поможет ребенку

24.08.2020

Набор в спортивные классы перед началом 2020/2021 учебного года объявила Спортивная школа олимпийского резерва (СШОР) № 47 Москомспорта. О том, как проходит обучение и какие перспективы ждут выпускников, Объединенная редакция интернет изданий Южного округа узнала у заместителя директора по спортивной подготовке Светланы Андриановой.

Светлана Андрианова

- Как давно в спортшколе № 47 реализуется проект «Спортивные классы»?

- Опыт по созданию и организации спортклассов у нас большой - с 2005 года.

- Родители боятся, что дети будут больше внимания уделять спорту, а учебе меньше?

- Основная цель нашего проекта сделать расписание, график и режим дня для ребенка настолько оптимальными, чтобы у него сочетались занятия спортом и учебный процесс. И чтобы это дополняло, а не мешало друг другу: ни спорт учебе, ни учеба спорту. Все должно быть сбалансированно.

- С родителями ведутся разъяснительные беседы?

- Папам и мамам первоклассников, пятиклассников мы разъясняем, что такое спортивный класс, рассказываем, что основной принцип проекта заключается в том, что дети проходят общеобразовательную программу. По количеству часов ничего не сокращается. Они не теряют ни в русском языке, ни в математике, ни в других предметах. Единственная разница – у них нет физкультуры в общем ее понимании. Вместо этого они посещают тренировки, которых более чем достаточно. Также вся информация есть у нас на [сайте](#).

- Какие в этом преимущества?

- Повторюсь – это расписание, согласованные занятия в школе. Тренировки проводят либо утром, либо днем. У старших детей могут быть по две в день. Например, у пловцов. Кроме того, когда они возвращаются с тренировки, по расписанию им не ставят математику, русский, а организуют предметы полегче: ритмику, технологию и так далее. Ведь, что чаще всего пугает родителей? Что после тренировки тяжело включиться в умственную работу. Допустим, ребята поплавали или поиграли в гандбол. После физической нагрузки им, конечно, тяжело войти в учебный процесс. Но спустя определенное время ребенок втягивается в этот правильно выстроенный режим дня. И уже в дальнейшем ему не хватает этой нагрузки. Человек понимает, что это дает и положительные эмоции, и организм просыпается. Например, после утреннего занятия спортом. Так, ребята входят в определенный режим, а тренировка с утра служит для того, чтобы они проснулись, были активными и готовыми к работе дальше. Причем и общеобразовательная школа № 947, с которой мы сотрудничаем по данному проекту, подтверждает то, что дети, учащиеся в спортивных классах, показывают отличные результаты – у них высокие баллы по ОГЭ и ЕГЭ (*Основной и Единый государственные экзамены – прим. ред.*).

- Как проходят набор в группу подготовки и зачисление на бюджет?

- Спортивные классы – бюджетные группы. Но набор проходит по определенным критериям. По своему возрасту ребенок должен переходить в пятый класс общеобразовательной школы. Мы сразу отбираем спортсменов. То есть просто захотеть учиться в спортивном классе – мало. У пловцов, к примеру, уже должен быть определенный разряд: у девочек – первый юношеский, у мальчиков – второй юношеский. Для отбора в спортивный класс по другому виду спорта, например, гандболу, учитываются критерии, которые смотрит тренер – соответствует им ребенок или нет.

- То есть набор ведется с пятых классов?

- В спортивные классы – да. Но мы в них зачисляем, в основном, тех, кто уже занимается у нас в спортшколе. У нас есть проект, который мы хотим запустить – «Спортивный класс с первого класса», но это будет условно. Подчеркну, что мы не влезает в процесс образования. То есть ребята отучились, а потом пришли к нам. Мы предлагаем им поплавать или позаниматься дзюдо. Либо один день поиграть в футбол или гандбол. Это вариант, когда ребенок или родители еще не определились с видом спорта. Естественно, с детками занимаются профессиональные тренеры. Ребенок может посмотреть и ознакомиться с предлагаемыми нами видами спорта (*плавание, футбол, гандбол и дзюдо – прим. ред.*), сделать выбор. Если через пару месяцев у него возникает желание пойти на футбол, или на плавание – формируются группы. Но в первом классе – это платная услуга. Однако будет четкое понимание, что ребенок занят в спорте. Три раза в неделю плавать, либо тренироваться по другим видам спорта.

- Вид спорта в этих классах один, или они сочетаются?

- Сейчас у нас есть класс пловцов и класс гандболистов. Предпочтительнее виды спорта между собой не смешивать. Например, плавание – индивидуальный вид спорта. Здесь на соревнованиях каждый сам за себя. Я считаю, что лучше пусть они будут целым классом. Между собой дети, конечно, очень хорошо общаются, дружат. Они команда, как класс, а на дорожках – каждый, естественно, сам за себя. У гандболистов другой случай – это команда. Был в школе опыт, когда пловцов соединили с гандболистами. Однако дружбы в классе не сложилось. Дети между собой не общались. По расписанию, одни шли в бассейн, другие – в зал. Ни у кого не было желания сплотить и сохранить коллектив. В результате они стали обычным классом.

Тут есть еще важный момент, который нужно понимать: если ребенок поступил в спорткласс, мы, как спортшкола, не гарантируем того, что доведем его до 9-11 класса. Спортсмен должен показывать результаты, выполнять разряды и улучшать свои показатели. Если этого не происходит, то мы имеем право его отчислить. Он уже не может числиться в спортивном классе. Конечно, родители этого не всегда понимают, ведь в образовательной школе процесс происходит по-другому. Там не могут взять и отчислить ребенка из класса. Его обязаны довести до 9-го класса.

- Что происходит с ребенком после отчисления?

- Если мы кого-то отчисляем, школа 947 предлагает ученику перейти в обычный образовательный класс. Но важно отметить, что учеба в спортивном классе дает возможность ребенку по завершению «спортивной карьеры» (не показывает результаты, не может по причине медицинских противопоказаний) реализоваться в другом направлении, ему предлагают обучение не просто в обычном общеобразовательном классе, а в инженерном, математическом или с другими уклонами. Нет такого, что если он не удался в спорте, то все пропало, жизнь закончена. Ничего подобного!

- А нет ли противоречий с родителями?

- У наших спортивных классов есть девиз: «В спорт – с головой». Мы преследуем цель – спорт не должен мешать учебе, а учеба – спорту. Должен быть баланс. И ребенок, и родитель должны понимать, что спортсмен может быть профессиональным, достичь высоких результатов, но это огромная работа. Важно, чтобы эта гармония не была нарушена, чтобы у ребенка были желание, возможности и силы. А в нашем обществе часто желания родителей – это их нереализованные мечты и надежды, которые они хотят воплотить в детях. Бывает, что ребенок, может быть, и хочет, но у него недостаточно физических возможностей. И наступает какой-то предел, и все дальше он никак не может прыгнуть. Или выполнить в плавании нормативы на мастера спорта. А в игровых видах спорта, например, в гандболе – попасть в команду сборной Москвы очень тяжело. Кроме того, что много гандбольных школ по столице, ты должен быть звездочкой, чтобы тебя заметили, потому что смотрят спортсменов по всем школам. Быть средненьким игроком нельзя. Хорошо, отобрался ты в Москву. А что дальше, если мы о большом спорте говорим? Чтобы попасть в сборную России и так далее... Мы стараемся объяснить родителям, что это очень сложно и тяжело. Также в дзюдо и джиу-джитсу. Наша задача со спортивными классами, чтобы у ребенка была возможность заниматься спортом на хорошем уровне, быть в отличной физической форме, и при этом успешно учиться. Для этого ставят сильных учителей на спортивные классы. Особенно по предметам, которые в ЕГЭ и ОГЭ обязательны. И отношение учителей-предметников проговариваем. Они должны быть требовательными и строгими, чтобы не было такого, что спортсменам рисуют оценки за их достижения. Поэтому если спортивная карьера заканчивается, то можно идти в другом направлении, какое ребенку нравится. Выбор вуза – любой. Ничего не мешает поступать куда-то, потому что спортивный класс дает свои преимущества: умение планировать свой день, неделю, месяц и так далее, правильно ставить задачи, идти к цели. Спорт дает возможность преодолевать трудности, держать удар и тот факт, что в спорте они сталкиваются с этим на соревнованиях, потом может пригодиться в обычной жизни. На тех же экзаменах. На работе. Они уже более подготовленные, более выдержанные.

И еще очень важный момент – у нас сейчас дети часто увлечены разными соцсетями, гаджетами. После школы, дома они сидят за компьютерами, планшетами, приставками и так далее. В школе они посидели сколько часов, пока учились, а домой пришли и опять сели, и они целиком и полностью там в игрушке, в виртуальной реальности. А вот нормального человеческого общения, чтобы они умели выстраивать диалог, общаться со сверстниками, решать конфликты, которые в любом случае возникают, чтобы они были социально адаптированы – нет.

В спортивном классе больше общения между сверстниками – в команде и в школе. Пообщался в школе с друзьями, пообщался еще на тренировке. У ребят одинаковые спортивные интересы, потом еще общие мнения и идеи могут появиться. Сплоченный коллектив. Дальше у них соревнования, а потом школа повезла на какую-то экскурсию. Они все больше-больше сближаются. Это очень здорово, особенно в современных реалиях, когда у нас дети все-таки не всегда умеют общаться, о чем часто переживают родители.

Для многих мам и пап, особенно у нас в Бирюлеве важно, чтобы ребенок был занят. То есть, чтобы его

свободное время было правильно и грамотно заполнено. Кроме этого, в спортклассе есть не только классный руководитель, есть еще и тренер. У ребенка начинается переходный возраст. И это тот момент, когда родители могут быть для него не настолько авторитетны. Есть темы, которые классному руководителю он не всегда может рассказать. А вот тренер часто становится такой второй мамой или вторым папой, которому ребенок очень много чего рассказывает. Происходит это непроизвольно, само по себе. Тренеры очень доброжелательны. И они, действительно, спланируют вокруг себя настоящую команду. Особенно командные виды – это вторая семья.

Продолжение о том, какие преимущества дает обучение в спортклассе, и многом другом, читайте на сайте газеты «[Бирюлево Восточное](#)».

Напоминаем, что СШОР № 47, расположенная в Бирюлеве Восточном (**Лебединская улица, дом 14, корпус 4**), приглашает мальчиков и девочек в спортивный класс. Там можно совмещать учебу и занятия по разным видам физподготовки: плаванию, дзюдо, футболу и гандболу. Вся информация по телефону: **+7(495)328-77-76**.

Фото предоставили в СШОР № 47 Москомспорта

Автор: Елена Фролова

Адрес страницы: <http://bv.mos.ru/presscenter/news/detail/9160237.html>

[Управа района Бирюлево Восточное города Москвы](#)