Из опыта работы учителя физической культуры
МБОУ «Гуманитарно-эстетическая гимназия №11» г. Дубны Московской области
Бородоченко Евгений Васильевич

Спортивно – массовая работа, как способ формирования у школьников навыков организации здорового образа жизни.

Человеческое общество основывается на вечных ценностях, среди которых – здоровье, образование, творчество. Они, бесспорно, являются ресурсом и залогом успешного развития человека и общества в целом. Между тем, проблемы здоровья населения России, и в частности здоровья ученика в современной школе, являются причиной для беспокойства, как государственных организаций, так и общества. Вся система образования несёт свою долю ответственности за сохранение здоровья граждан. Период взросления человека, приходящийся на время пребывания его в школе, оказался одним из периодов, в течение которого происходит ухудшение состояния его здоровья. Безусловно, на состояние здоровья детей существенное влияние оказывают такие факторы, как неблагоприятные социально-экономические и экологические условия жизни. Кроме того, в самой школе отрицательное воздействие на здоровье детей оказывают и усложнение образовательного стандарта, и отсутствие должного и повсеместного мониторинга здоровья.

«День идет по распорядку, все скорее на зарядку!» - именно с зарядки под веселую, задорную музыку начинается день в нашей школе, которая с 2012 года реализует в учебно – воспитательном процессе комплексно – целевую программу «Школа спорта и здоровья».

Целью программы развития школы, комплексно – целевой программы «Школа спорта и здоровья» является создание оптимальных условий для развития, саморазвития и самореализации личности ученика – личности психически и физически здоровой, гуманной, духовной и свободной, социально мобильной, востребованной в современном обществе и вовлечение всех учащихся в спортивно – массовую жизнь школы.

Главная здоровьесберегающая задача всего педагогического коллектива - создание условий для занятий любыми видами физической культуры и спорта, для профилактики заболеваний, вредных привычек и правонарушений.

Комплексно – целевая программа «Школа спорта и здоровья» предполагает разные направления работы, способствующие тому, чтобы каждый ребёнок мог найти себя в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности. Спортивно – массовая работа - это часть духовно – нравственного, военно – патриотического, экологического воспитания. Формирует не только физическое здоровье, но и нравственные качества: взаимопомощь, ответственность, отзывчивость.

Без общешкольных физкультурно-массовых мероприятий не может быть полноценной внеклассной спортивно-массовой работы. Чтобы добиться массового охвата учащихся, мы используем самые различные формы организации: внутри школьные соревнования, Олимпийские игры, «А, ну-ка, парни», Смотр строя и песни, Дни здоровья, Недели здоровья, занятия в спортивных секциях и школьных командах. В течение Недели здоровья проходят соревнования между классами по мини – футболу, бадминтону, баскетболу, волейболу, эстафеты, занятия «Фитнес аэробикой», встречи с тренерами спортивных секций, со спортсменами. В начальной школе проходят «Весёлые старты».

Неделя здоровья

Мини – футбол среди 5 - 9 классов

Веселые старты 1 - 4 классы

Занятия по аэробике под руководством инструктора из фитнес клуба «Юна – Спорт».

Баскетбол 9 -11кл

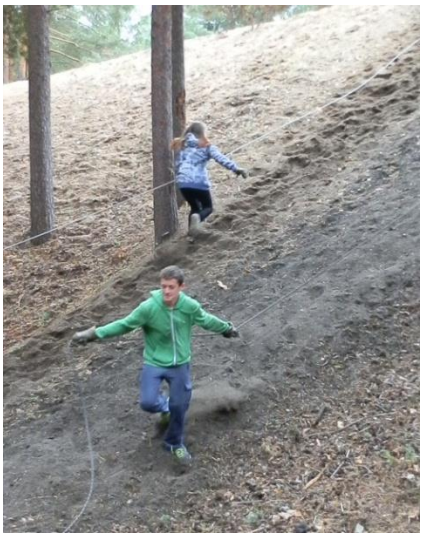
Эти мероприятия позволяют привлечь к регулярным занятиям физической культурой еще неохваченных школьников в кружках, спортивных секциях. Они являются эффективным средством активного отдыха и подведения личных и командных результатов.

У нас в школе сформированы школьные команды по разным видам спорта и созданы условия для занятий в следующих спортивных секциях: баскетбол, волейбол, настольный теннис, мини – футбол, руководителями которых являются учителя физической культуры. Главная их задача - привлечь большое число учащихся к занятиям спортом. Очень важно, что школьные секции посещают и учащиеся, стоящие на внутри школьном учете, дети «группы риска».

Участие в спортивных соревнованиях даёт возможность учащимся совершенствоваться физически, самоутвердиться в школьном сообществе, быть успешным. Спортивные достижения повышают самооценку ребят.

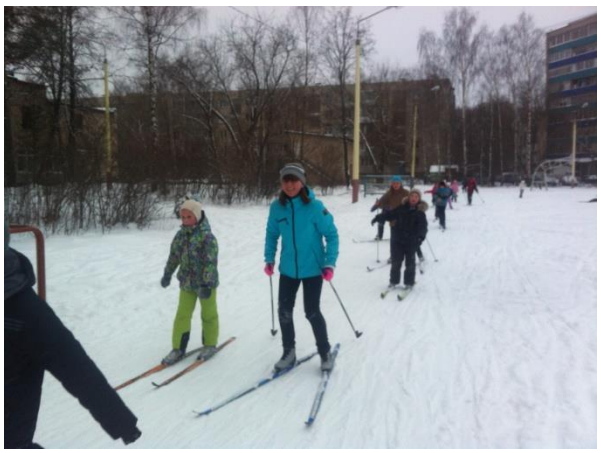
Большую роль в пропаганде физической культуры и спорта играют «Дни здоровья», которые проходят один раз в четверть. Они являются составной частью всей системы физического воспитания учащихся в школе и проводятся с целью пропаганды занятий физической культурой и спортом как важного средства укрепления здоровья учащихся, обеспечивают на этой основе разносторонности физического развития каждого воспитанника.

В первую неделю сентября День здоровья наша школа проводит в форме туристического слета в лесопарковой зоне в районе Пика Тяпкина для учащихся 5 -11 классов и на пришкольной территории для учеников начальных классов в форме игры. Туристический слет способствует сохранению и укреплению здоровья, экологическому воспитанию, решает проблемы общения, помогает изучить природу родного края. Это не только средство физического и прикладного воспитания, это воспитание нравственных качеств личности школьника.



Масленица (игры на школьном стадионе)

Еще одним новым массовым школьным праздником стала у нас «Лыжня школы», которая проводится в начале третьей четверти на пришкольном стадионе и дает старт занятиям по лыжной подготовке, заряжает учащихся и весь педагогический коллектив положительными эмоциями на самую длинную III четверть. Завершается праздник чаепитием в школьной столовой.



Известно, что здоровый образ жизни, положительное отношение к занятиям спортом и физической культурой закладывается в школьные годы. Семья вместе со школой играет в этом немаловажную роль. Только совместные мероприятия родителей и учащихся помогают направить на оздоровление школьников, приобщают их к ЗОЖ. У нас сложилась добрая традиция проведения в начальной школе спортивного праздника «Папа, мама, я – спортивная семья».

Цель мероприятия: сплочение родителей, вовлечение учащихся 1 - 4 классов к занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья.

В конце мероприятия подводятся итоги по номинациям:

«Самая сплоченная, дружная команда»

«Самая волевая команда»

«Самая быстрая, ловкая команда»

«Самая спортивная команда»

Родители участвуют совместно с детьми в городских спортивных праздниках «Легкоатлетический пробег памяти академика В.И.Векслера», «День лыжника». На протяжении всех лет участия нашей школы в городских спортивных мероприятиях мы показываем высокую активность и самую высокую массовость.

Организация и проведение этих мероприятий в школе показывают, что их увеличение, регулярность и разнообразное проведение позволяет увеличить интерес у учащихся как непосредственно к занятиям физической культурой и спортом, так и к спортивной жизни школы. Итоги участия в спортивно – массовой работе учитываются в рейтинге общественной активности классов каждую четверть, а педагогам при распределении стимулирующих выплат.

Без патриотизма нельзя возродить сильное государство, основы гражданского сознания, гуманное отношение к людям, уважение к боевому прошлому своей страны, труду, стремление к здоровому образу жизни. Стало традицией в честь Дня защитника Отечества в рамках акции «Патриот» проводить праздник « А, ну – ка, парни» для 9 -11 классов, для учеников 5 – 8 классов проводится «Зарница», для начальной школы – Смотр строя и песни. Эти мероприятия сплачивают классы, позволяют показать их организационные, физические умения и навыки. После всех мероприятий обязательно мы проводим линейку, где подводятся итоги и проходит награждение победителей.

Орленок 9 -11 классы

А, ну –ка, парни 9 -11 классы

Зарница 5 -8 классы

«Смотр строя и песни» 1 – 4 классы

Все названные мероприятия привлекают всех учащихся нашей школы к регулярным занятиям физической культурой. По результатам школьного мониторинга состояние здоровья учащихся мы наблюдаем увеличение числа учащихся основной группы здоровья, уменьшение подготовительной и специальной медицинской группы, уменьшилось заболеваемость, число курильщиков.

Все годы в школе действует специальная медицинская группа для детей с ослабленным здоровьем. Опыт работы этой группы показывает, что вполне допустимы и целесообразны совместные занятия школьников, страдающих различными заболеваниями. Объединение этих школьников в одну группу возможно потому, что характер приспособления организма к физической нагрузке, и в частности органов кровообращения и дыхания, во многих отношениях одинаков.

Особое внимание в последние годы уделяется проведению школьного и муниципального этапов Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры». Чем же они отличаются эти два вида соревнований? Прежде, комплектованием спортивных команд. В состязаниях может участвовать команда только из одного класса, в составе которой 8 мальчиков и 8 девочек (из одного класса). Анализ проблем реального состояния здоровья школьников показывает, что очень сложно сформировать команду учащихся одного класса, допущенным к соревнованиям по медицинским показаниям, так же и в президентских спортивных играх, где может участвовать команда обучающихся одного возраста, в составе десяти юношей и десяти девушек. И все они должны уметь хорошо плавать, бегать, играть в волейбол, ходить на лыжах. В нашей школе такие команды организованы, став победителями городских соревнований, успешно участвуем в финальном этапе «Президентских состязании», где занимаем призовые места

Школьные команды по волейболу, настольному теннису, мини - футболу участвовали в Зональных областных соревнованиях и стали победителями и призерами в финальных областных соревнованиях.

Не всегда результаты соответствуют нашим ожиданиям, однако в основном они стабильно хорошие. Уже 13 лет подряд наша школа занимает призовые места в городской Спартакиаде школьников. По итогам 2014-2015 учебного года в городских спортивно массовых мероприятиях приняло участие 100% учащихся нашей школы. Это результат многолетней кропотливой работы, прежде всего учителей физической культуры. Самое главное заинтересованность всего педагогического коллектива в итогах этой работы

Несмотря на положительные результаты работы по сохранению и укреплению здоровья учащихся, коррекция и совершенствование комплексно - целевой программы «Школа спорта и здоровья» поиск новых форм и направлений работы остается для нас, педагогов школы одной из первоочередных задач.