

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «СТАВРОПОЛЬСКИЙ КРАЕВОЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ, ПОВЫШЕНИЯ
КВАЛИФИКАЦИИ И ПЕРЕПОДГОТОВКИ РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ»

КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ



**ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Учебно-методическое пособие

г. Ставрополь, 2018

УДК 379.83/.84

ББК 74.200.55

Л 876

Составители:

Кихтенко Л. Ф., заведующий кафедрой физической культуры и здоровьесбережения СКИРО ПК и ПРО, кандидат педагогических наук;

Селезнев А. И., профессор кафедры физической культуры и здоровьесбережения СКИРО ПК и ПРО, кандидат педагогических наук;

Сергеев С. И., старший преподаватель кафедры физической культуры и здоровьесбережения СКИРО ПК и ПРО.

Л 876 **Лучшие практики организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.**
Учебно-методическое пособие / Составители: Кихтенко Л.Ф., Селезнев А.И., Сергеев С.И. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2018. – 69 с.

УДК 379.83/.84

ББК 74.200.55

Учебно-методическое пособие составлено с целью научно-методического сопровождения реализации федерального государственного образовательного стандарта общего образования в области внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.

Адресовано руководителям общеобразовательных организаций, методистам, учителям физической культуры, а также всем заинтересованным педагогическим работникам.

ВВЕДЕНИЕ

Деятельность образовательных организаций в настоящее время предполагает «выход» за рамки классно-урочной системы. В этих условиях возрастает роль внеурочной работы, создающей дополнительные возможности для самореализации и творческого развития каждого ученика.

Работа по физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности обучающихся предполагает формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка.

Учебно-методическое пособие «Лучшие практики организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности» (далее – учебно-методическое пособие) составлено в соответствии с федеральными государственным образовательным стандартом основного общего образования (далее – ФГОС ООО).

В первой главе раскрываются вопросы организации и планирования внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности в условиях введения ФГОС ООО.

Во второй главе представлен опыт работы образовательных организаций Ставропольского края по обозначенному направлению деятельности.

Глава 1. ПЛАНИРОВАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Согласно п.13 ФГОС ООО, основная образовательная программа основного общего образования (далее – ООП ООО) реализуется образовательной организацией через урочную и внеурочную деятельность с соблюдением требований государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов [3, п.13].

Организация внеурочной деятельности регламентируется письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 14 декабря 2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» и письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 августа 2017 года № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности».

Внеурочная деятельность также, как и деятельность обучающихся в рамках уроков, направлена на достижение результатов освоения основной образовательной программы, но при этом реализуется в формах, отличных от урочных на основании запросов обучающихся, выбора их родителей (законных представителей) (до завершения получения ребенком основного общего образования), а также с учетом имеющихся кадровых, материально-технических и иных условий.

Внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (духовно-нравственное, физкультурно-спортивное и оздоровительное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное) в таких формах, как кружки, художественные студии, спортивные клубы и секции, юношеские организации, краеведческая работа, научно-практические конференции, школьные научные общества, олимпиады, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики, военно-патриотические объединения и т. д.

Внеурочная деятельность физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности может реализовываться в форме спортивных клубов, секций, спортивных соревнований, олимпиад.

Формы, способы и направления организации внеурочной деятельности определяются образовательной организацией самостоятельно, в соответствии с содержательной и организационной спецификой своей основной образовательной программы [3].

В соответствии с ФГОС ООО, на организацию внеурочной деятельности в 5–9 классах отводится до 1750 часов.

Максимально допустимая учебная нагрузка, установленная СанПиН 2.4.2.2821-10, распространяется только на учебный план общеобразовательной организации, в том числе и на часть, формируемую участниками образовательных отношений, на факультативные и элективные учебные курсы [2, п. 10.5].

Учитывая, что план внеурочной деятельности реализуется общеобразовательной организацией в формах, отличных от урочной, количество часов, определенных ФГОС ООО на его реализацию, не может быть включено в объем предельно допустимой учебной нагрузки.

План внеурочной деятельности – обязательный компонент организационного раздела ООП ООО общеобразовательной организации, который определяет общий объем внеурочной деятельности обучающихся, состав и структуру направлений внеурочной деятельности для уровня основного общего образования.

План внеурочной деятельности представляет собой описание целостной системы функционирования образовательной организации в сфере внеурочной деятельности и включает:

- план организации деятельности ученических сообществ (подростковых коллективов), в том числе ученических классов, разновозрастных объединений по интересам, клубов, детских, подростковых и юношеских общественных объединений, организаций и т. д.;
- план внеурочной деятельности по учебным предметам образовательной программы (предметные кружки, факультативы, ученические научные общества, школьные олимпиады по учебным предметам программы основной школы, предметные недели и т. д.);
- план организационного обеспечения учебной деятельности (ведение организационной и учебной документации, организационные собрания, взаимодействие с родителями по обеспечению успешной реализации образовательной программы и т. д.);
- план работы по организации педагогической поддержки обучающихся (проектирование индивидуальных образовательных маршрутов, работа тьюторов, педагогов-психологов);
- план работы по обеспечению благополучия обучающихся в пространстве общеобразовательной школы (безопасности жизни и здоровья школьников, безопасных межличностных отношений в учебных группах, профилактики неуспеваемости, профилактики различных рисков, возникающих в процессе взаимодействия школьника с окружающей средой, социальной защиты учащихся);
- план воспитательных мероприятий и др.

Таким образом, внеурочная деятельность спортивно-оздоровительной направленности является неотъемлемой частью освоения ООП ООО.

Внеурочная деятельность спортивно-оздоровительной направленности организуется в формах, отличных от урочной, на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательных отношений.

Основным организационным механизмом реализации внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности является программа, составленная в соответствии с требованиями ФГОС ООО.

Так, в соответствии с ФГОС ООО, программа внеурочной деятельности должны содержать:

- результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов учебной деятельности;
- тематическое планирование.

В целях внедрения современных систем физического воспитания в образовательные организации, расширения диапазона образовательных услуг для обучающихся в сфере физической культуры и спорта Минобрнауки России рекомендует для использования в образовательной деятельности образовательных организаций следующие учебно-методические материалы:

Зеличенко В.Б., Лебонда Е.Н., Черкашин А.В. Методическое пособие «Новые формы работы с детьми (7-12 лет) по легкой атлетике». – М., 2015;

- В. Г. Турманидзе, С.М. Шахрай, Л. В. Харченко, Антропов А. М. Программа по бадминтону для общеобразовательных учреждений. – Омск, 2012;

- Анисимова М. В., Бегун И.С., Круглыхин В.А., Разова Е.В. Интегративный курс физического воспитания для обучающихся основного общего образования на основе футбола. – Москва, 2015;

- Голев А.Б., канд. пед. наук Разова Е.В., Цветкова Т.К. Программа по физической культуре для общеобразовательных организаций на основе акробатического рок-н-ролла. – Москва, 2014;

- Маmiaшвили М.Г., Подливаев Б.А., Проказов Н.А., Цандыков В.Э. Учебная программа по физической культуре на основе спортивной борьбы. – Москва, 2014 и др.

Электронная версия всех учебно-методических материалов размещена на сайте Федерального центра организационно-методического обеспечения физического воспитания (www.fcomofv.org) в разделе «Деятельность Центра. Методическое сопровождение».

При отсутствии возможности для реализации внеурочной деятельности образовательная организация использует ресурсы образовательных организаций дополнительного образования, организаций культуры и спорта.

Глава 2. ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Система внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности должна развиваться. Одним из факторов совершенствования является изучение опыта работы других образовательных организаций.

С целью выявления и поддержки творческих, инициативных учителей физической культуры, реализующих на практике требования современной модели образования, ФГОС ООО, профессионального стандарта педагога, выявление передовых учителей физической культуры в области проектирования модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности; распространения лучших практик учителей физической культуры в области проектирования модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности; развития творческой деятельности учителей физической культуры по обновлению содержания образования с учётом требований ФГОС и профстандарта педагога; содействия росту профессионального мастерства учителей физической культуры кафедра физической культуры и здоровьесбережения СКИРО ПК и ПРО уже 2 года подряд проводит краевой конкурс «Лучшая модель внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности» (далее – конкурс).

К участию в конкурсе приглашались учителя и преподаватели физической культуры общеобразовательных и специальных (коррекционных) образовательных организаций Ставропольского края.

Критериями оценки конкурсных материалов являлись: соответствие модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности (далее – модель) требованиям ФГОС НОО и ФГОС ООО, ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями; представление модели как компонента ООП ООО образовательной организации; наличие в модели инновационного подхода к организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности; направленность модели на формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни, на формирование у обучающихся интереса к занятиям физической культурой, на развитие физических качеств детей и подростков; направленность модели на достижение планируемых результатов освоения обучающимися основной образовательной программы начального и основного общего образования; возможность практической реализации модели в других образовательных организациях.

Во второй главе учебно-методического пособия представлен опыт работы общеобразовательных организаций Ставропольского края, который описан на основе конкурсных материалов.

2.1. Организация внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности по программе

«Юные туристы-краеведы»

(из опыта работы Ю. В. Хищенко, учителя физической культуры МКОУ СОШ № 9 им. Ю.С. Калашникова с. Высоцкое Петровского района)

Модель «Юные туристы-краеведы» (далее – модель) имеет эколого-спортивную направленность.

В предлагаемой модели представлено содержание внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности с учащимися МКОУ СОШ № 9 им. Н.К. Калашникова.

Учебно-воспитательный процесс требует от учащегося в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность и непосредственное познание окружающего мира.

Модель предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагога таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой.

При этом адаптация ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также индивидуальным уровнем функционального и биологического развития занимающихся.

Цель занятий в объединении туристской направленности, состоит в развитии двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, в укреплении их здоровья, психическом и физическом оздоровлении организма в процессе туристско-познавательной деятельности. При этом предполагается решение следующих основных задач:

- оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- формирование координационных функций;
- развитие творческой и исполнительской активности учащихся в процессе местного краеведческого материала;
- вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма.

Форма и режим занятий:

Примерная учебная программа каждого года занятий рассчитана на 105 часов, с сентября по май включительно. Содержание программы рассчитано на 4 года занятий с учащимися, проявляющими интерес к естествознанию, физической культуре, туризму и краеведению. Возраст обучающихся 10-15 лет.

Педагог имеет возможность с учетом местных традиций и творческих наклонностей, исходя из времени года и погодно-климатических условий, самостоятельно распределять последовательность изучения тем программы, устанавливать продолжительность занятий.

Уровень знаний и умений воспитанников проверяется в процессе их участия в туристических соревнованиях, краеведческих викторинах, конкурсах доврачебной помощи, состязаниях топографов.

Знания и навыки, приобретаемые обучающимися.

Первый год обучения предусматривает знакомство с туризмом, правилами поведения и безопасности в природе, с особенностями природы родного края, его историей и традициями, оказанием первой доврачебной помощи; ориентированием на местности.

В конце года, обучающиеся **знают:**

- правила поведения туристов;
- основы безопасности в природной среде дома и в школе;
- приемы ориентирования по сторонам горизонта и на местности;
- особенности природы края.

Умеют:

- пользоваться условными знаками и работать с планом местности;
- оказывать простейшую медицинскую помощь;
- составлять генеалогическое древо.

Обучающиеся *второго года* обучения подробнее узнают о туристическом снаряжении и уходе за ним; знакомятся с компасом; физике географической характеристикой края, его рельефом, климатом, памятниками истории и культуры.

В конце года воспитанники **знают:**

- о роле туризма в расширении кругозора;
- правила охраны природы;
- краснокнижные растения.

Умеют:

- собирать рюкзак для зимней прогулки;
- ремонтировать личное снаряжение;
- определять место для разбивки лагеря.

Третий год обучения раскрывает для воспитанников историю отечественного туризма, правила поведения у водоемов, при обращении с огнем, в аварийной ситуации. Происходит знакомство с требованиями к бивакам в зимнем походе, укладке рюкзака для однодневного похода. Более глубоко изучается карта; способы закаливания организма; национальности, проживающие на территории края, фольклор, игрушки и посуда.

В конце года воспитанники **знают:**

- отечественных мореплавателей, путешественников и исследователей;
- правила хорошего тона и культурного поведения;
- типы костров.

Умеют:

- укладывать рюкзак для однодневного похода;
- зарисовывать местность в походе;
- читать карту;
- работать с компасом;
- вести дневник наблюдений за природой.

Последний год обучения знакомит воспитанников с видами спортивного туризма; с охраной природной среды; подготовкой личного снаряжения в соответствии с погодно-климатическими условиями; весовыми характеристиками снаряжения; хранениями продуктов в туристском походе; традициями, обрядами праздниками и гуляниями народов Ставропольского края; людьми, в честь которых названы улицы.

В конце года воспитанники **знают:**

- памятники природы родного края;
- правила сбора лекарственных трав и их применение;
- основы техники бега и спортивной ходьбы.

Умеют:

- заготавливать хворост и валежник;
- разводить костер в любых условиях;
- вязать узлы;
- жить в походных условиях.

Реализация модели.

Подготовительный этап.

Перед формированием группы обучения нужно провести агитационную работу в классах, посетить родительские собрания, сообщить о важности данного детского объединения, о его преимуществах. Рассказать о знаниях, умениях и навыках, которые получают дети, о закаливании и укреплении здоровья в процессе посещения объединения. Очень важно заинтересовать детей и родителей, обсудить совместную деятельность и воспитательную работу.

На данном этапе необходимо разработать анкету, которая позволит выявить круг интересов, наклонностей и умений учащихся и провести тестирование.

Ознакомительный этап.

На первом занятии воспитанников знакомят с помещениями (учебным классом), сооружениями (туристско-спортивной площадкой) где будут проводить занятия, с правилами поведения и техникой безопасности. Происходит формирование актива объединения, состоящего из старосты, отвечающего за организацию и общую дисциплину; и заместителя, следящего за оборудованием и инвентарем. Проводится экскурсия в осенний период.

Творческий этап.

На занятиях обучение происходит в форме бесед, лекций, просмотров видеофильмов, учебных походов и экскурсий. Присутствуют и элементы занимательности, развивающие творческие способности и смекалку.

В каникулярное время количество часов и продолжительность занятий может увеличиваться, при условии организации активной оздоровительно-познавательной деятельности занимающихся на свежем воздухе в природной среде.

В основе замысла программы лежит идея развивающего обучения (В.В. Давыдова) в процессе совместной деятельности детей и специально подготовленного организатора детской оздоровительно-познавательной,

туристской деятельности (учитель, родитель, старший школьник, студент педагогического училища, вуза).

Содержание модели опирается на концепции детско-юношеского туризма «Школа жизни – окружающий мир» (М.И. Богатов, О.И. Мотков) и предполагает активное участие детей и их родителей в туристско-краеведческой оздоровительно-познавательной деятельности.

Модель построена в форме своеобразного «образовательного маршрута» – путешествия в окружающую среду с элементами ее познания. «Образовательный маршрут» предполагает реализацию принципов дифференциации и лично ориентированной деятельности при педагогической поддержке. Соответствующей уровню подготовленности детей.

Ожидаемые результаты и формы их проверки:

Модель предусматривает проведение систематической (не менее 2 раз в течение каждого года занятий) психолого-педагогической и медико-функциональной диагностики и тестирования, занимающихся с целью контроля над влиянием занятий на их организм и отслеживания динамики развития функциональных физических и творческих способностей детей.

Такое наблюдение позволит своевременно корректировать объем, интенсивность и продолжительность нагрузок, а также поможет при разработке совместно с семьей и школой (классный руководитель, школьный психолог, школьный медицинский работник, организатор внеклассной и внешкольной работы) лично ориентированных «образовательных маршрутов» для каждого воспитанника.

Для того чтобы определить степень усвоения воспитанниками знаний и умений, проводится начальная, промежуточная и итоговая диагностика учебного процесса. Диагностика проводится по следующим критериям:

владение понятиями; определение географических координат любой точки района, края; умение делать краткую характеристику края, района, села; умение вычерчивать простейшие графики, карты-схемы, планы; знание условных знаков и обозначений; владение туристическими навыками.

Большая часть занятий проводится на открытом воздухе, на школьной площадке, в парке. В осенние, зимние и весенние каникулы предполагается активное участие занимающихся в туристско-краеведческих и спортивно-оздоровительных мероприятиях.

Оборудование.

1. Палатка с комплектующими: колышки, стойки, тенты: верхние и нижние.

2. Веревки: основная и вспомогательная; репшнуры.

3. Туристический карабин и альпеншток.

4. Компас, призмы и планшеты для ориентирования, курвиметр и секундомер.

5. Аптечка, термометр: наружный и водный.

6. Топографические учебные: карты, условные знаки, плакаты «Туристские узлы».

7. Планы местности, карты: спортивные, района, края, страны.
Маршрутные листы.

Приемы и методы:

№	Приёмы и методы	Межпредметная связь	Кол-во часов		Оборудование
			Теор.	Прак.	
1	Беседа, экскурсия	История, краеведение	1	1	Видеофильм
2	Познавательная игра		1	1	
3	Рассказ с демонстрацией	Основы безопасности жизнедеятельности	2	-	ИКТ. Презентация
4	Инструктаж.	Основы безопасности жизнедеятельности	1	1	Инструкции по ТБ
5	Тестирование		2	-	Бланки для ответов
6	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Рюкзак, карабины, Страховочная система
7	Рассказ с демонстрацией	Основы безопасности жизнедеятельности		2	Фильтры для воды, хлорные таблетки
8	Рассказ с демонстрацией.		1	1	Туристическая палатка
9	Рассказ с демонстрацией		1	1	Костровое и кухонное снаряжение
10	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Основная верёвка для организации переправ
11	Рассказ с демонстрацией	География	1	1	Маршрутные листы, схемы движения
12	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповой ремонтный набор
13	Практическое занятие. Отработка приёмов	Основы безопасности жизнедеятельности	-	2	-
14	Практическое занятие. Отработка приёмов	Основы безопасности жизнедеятельности	-	2	Кухонное снаряжение группы
15	Рассказ с демонстрацией.		1	1	ИКТ. Презентация
16	Рассказ с демонстрацией		1	1	-
17	Практическое занятие. Отработка приёмов	География, физкультура.	-	2	-
18	Практическое занятие. Отработка приёмов	География, физкультура	-	2	-
19	Практическое занятие. Отработка приёмов	География, физкультура	-	2	-
20	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	1	1	-
21	Рассказ с демонстрацией		-	2	-
22	Рассказ с	ОБЖ	-	2	Групповое

	демонстрацией				снаряжение
23	Рассказ с демонстрацией	ОБЖ	1	1	Ледовое снаряжение
24	Беседа	Черчение	1	1	Схема построек
25	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	-
26	Рассказ с демонстрацией	Черчение	1	1	ИКТ. Презентация.
27	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	1	1	Компас, планшет, рулетка
28	Рассказ с демонстрацией	География	1	1	Топографическая карта, атлас
29	Рассказ с демонстрацией	География	1	1	Топографическая карта, атлас
30	Рассказ с демонстрацией	География	1	1	Топографическая карта, атлас
31	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	Компас, планшет, рулетка
32	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	Маршрутные листы
33	Рассказ с демонстрацией	География	1	1	-
34	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	Компас, топ. карта
35	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	-
36	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	Карта звёздного неба
37	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	-
38	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	Компас, топ. карта
39	Практическое занятие. Отработка приёмов	География	-	2	Легенда движения группы
40	Рассказ с демонстрацией		2	-	Бегунок, карта, упаковка
41	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	
42	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	План-схема местности.
43	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Компас, топ. карта
44	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	
45	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	
46	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	
47	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	
48	Практическое занятие.		-	2	

	Отработка				
49	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
50	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
51	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
52	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
53	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
54	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
55	Практическое занятие. Отработка приёмов	Краеведение	-	2	
56	Рассказ с демонстрацией		2	-	
57	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Мед. аптечка
58	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Мед. аптечка
59	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Мед. аптечка
60	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Мед. аптечка
61	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Мед. аптечка
62	Рассказ с демонстрацией	ОБЖ	1	1	Групповое снаряжение, носилки
63	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Групповое снаряжение, носилки
64	Практическое занятие. Отработка приёмов	ОБЖ	-	2	Групповое снаряжение, носилки
65	Рассказ с демонстрацией	История	2	1	
66	Практическая работа	История	-	2	Семейный альбом воспитанника
67	Рассказ с демонстрацией	История	1	1	Фото журнал «История школы»
68	«Круглый стол».	История	2	-	Актальный зал
69	Рассказ с демонстрацией	География	1	1	
70	Рассказ с демонстрацией	Биология	2	-	Видовой атлас растений Ставропольского края
71	Рассказ с демонстрацией	Зоология	2	-	Презентация «Животные

					Ставропольского края»
72	Рассказ с демонстрацией	География	2	-	ИКТ презентация
73	Рассказ с демонстрацией	География	2	-	
74	Практическая работа	Биология	-	2	Альбом для гербария
75	Практическая работа	Краеведение	-	2	Планшет, бланки для карт
76	Практическая работа	Технология	-	2	Картон, клей, онера
77	Рассказ с демонстрацией	ОБЖ	1	1	
78	Практическая работа	ОБЖ	-	2	
79	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
80	Практическое занятие		-	2	Групповое снаряжение
81	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
82	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
83	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение. Протоколы соревнований
84	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение.
85	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
86	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
87	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
88	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
89	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
90	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
91	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
92	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение
93	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение. Репшнуры.
94	Практическое занятие. Отработка приёмов		-	2	Групповое снаряжение. Палатка
95	Практическое занятие.		-	2	Групповое

	Отработка приёмов				снаряжение
96	Беседа	Физическая культура			
97	Практическое занятие	Физическая культура			
98	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	
99	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	
100	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	
101	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	
102	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	
103	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	Спортивный зал
104	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	
105	Практическое занятие	Физическая культура	-	2	Личное снаряжение

План внеурочной деятельности физкультурно-спортивной направленности на текущий учебный год

№ п/п	Тема занятия	Содержание
1. Введение		
1	Познавательная роль туризма	Значение туризма для познания окружающего мира и самого себя
2. Туристическо-бытовые навыки юного туриста		
2	Правила поведения юных туристов	Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристических прогулках. Кодекс чести юных туристов
3	Основы безопасности в природной среде	Правила поведения в природе во время различных природных явлений (снегопада, грозы, тумана, гололёда и др.)
4	Основы безопасности в школе	Основные правила поведения в общественных местах (действие в чрезвычайных ситуациях, пожарная безопасность, электробезопасности)
5	Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика	Диагностика функционального и физического развития воспитанников
6	Личное снаряжение	Личное снаряжение юного туриста (рюкзак, обувь, одежда, посуда). Укладка рюкзака. Уход за личным снаряжением
7	Питьевой режим на туристической прогулке	Питьевой режим на туристической прогулке. Необходимый запас воды для питья и его транспортировка. Рациональный расход воды
8	Групповое снаряжение.	Туристические палатки и тенты, их виды и предназначение. Порядок установки палаток
9		Кухонное и костровое снаряжение. Организация пищеблока
10		Верёвки для организации безопасных переправ. Способы транспортировки снаряжения
11		Маршрутные документы (карты, схемы, маршрутные листы). Приёмы оформления отчётов о походе
12	Индивидуальный и групповой ремонтный набор	Состав ремнабора. Ремонт личного и группового снаряжения
13	Организация бивуака.	Бивуак на туристической прогулке. Приёмы организации привалов и бивуаков

14		Устройство и оборудование бивуака (Места установки палаток, пищеблок, места забора воды, туалеты)
15	Охрана природы.	Природоохранные правила туриста. Требования к местам организации стоянок
16		Способы движения в природоохранной зоне
17	Туристическая группа на прогулке.	Ознакомительная прогулка по окрестностям. Экскурсия в природу
18		Экскурсия в природу. Строй туристической группы. Направляющий, замыкающий
19		Экскурсия в природу. Ритм и темп движения в туристической группе
20		Правила перехода улиц и дорог. Взаимопомощь в туристической группе
21		Распорядок дня во время похода. Привалы – промежуточный, обеденный
22		Способы преодоления водных препятствий. Организация переправ
23		Правила движения в горной местности. Особенности движения по снегу
3. Основы топографии		
24	Мой дом, моя школа, школьный двор	Планировка дома, расположение объектов
25		Экскурсия по окрестностям школы.
26	План местности	История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества
27.		Измерение расстояний (по карте, до недоступного предмета на местности, между предметами)
28	Условные знаки и обозначения	Способы обозначения различных типов рельефа местности
29		Способы обозначения различных видов растительного покрова
30		Способы обозначения водных объектов и дорог
31		Топографическая съёмка местности. Нанесение объектов на карту
32		Составление легенды туристического маршрута
4. Туристическое экскурсионное ориентирование		
33	Ориентирование по компасу	Устройство компаса. Основное его назначение
34		Выработка навыков определения сторон горизонта по компасу
35	Ориентирование на местности.	Ориентирование в лесу. Линейные ориентиры. Рельеф
36		Ориентирование по звёздному небу, по солнцу
37		Ориентирование по местным признакам. (Муравейники, православные кресты проталины, квартальные столбы, деревья и т. д.)
38		Ориентирование по компасу. Азимут. Движение по азимуту

39		Ориентирование по легенде (описанию маршрута). Действие разведчика группы
40	Виды туристического ориентирования	Знакомство с основными правилами соревнований по ориентированию. Номер участника. Упаковка карты
41		Способы маркировки дистанции. Основные правила, технические приёмы и условия соревнований на маркированной трассе
42		Обозначенный маршрут на схеме, план местности
43		Ориентирование по выбору. Выбор оптимального пути движения
44		Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП
45		Отработка приемов ориентирования. «Маркированный маршрут»
46		Отработка приемов ориентирования. «Обозначенный маршрут»
47		Отработка приемов ориентирования. «По выбору». (Спринт)
48		Отработка приемов ориентирования. «Маркированный маршрут»
49	Виды туристического ориентирования	Отработка приемов ориентирования. «По выбору». (Классическая дистанция)
50		Отработка приемов ориентирования. «По выбору». (Эстафета)
51	Экскурсионное ориентирование	«Экскурсионное ориентирование». Посещение экскурсионных объектов: памятников истории, архитектуры, искусства
52		«Экскурсионное ориентирование». Посещение экскурсионных объектов: памятников истории, архитектуры, искусства
53		«Экскурсионное ориентирование». Посещение экскурсионных объектов: памятников истории, архитектуры, искусства
54		«Экскурсионное ориентирование». Посещение экскурсионных объектов: памятников истории, архитектуры, искусства
55		«Экскурсионное ориентирование». Описание пройденных маршрутов, оформление фото отчётов
5. Личная гигиена и правила доврачебной помощи		
56	Личная гигиена юного туриста	Правила соблюдения личной гигиены в туристических походах. Утренний и вечерний туалет
57	Оказание первой доврачебной помощи	Приёмы оказания помощи при травмах опорно-двигательного аппарата и кровотечениях
58		Приёмы оказания помощи при термических травмах
59		Приёмы оказания помощи при пищевых отравлениях

60	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок	Практическая отработка приёмов оказания доврачебной помощи
61	Индивидуальная и групповая медицинская аптечка.	Состав медицинской аптечки. Назначение медикаментов. Обязанности санитаря группы
62	Способы транспортировки пострадавшего.	Способы транспортировки пострадавшего при не сложных травмах
63		Изготовление транспортных средств
64		Приёмы организации страховки во время преодоления переправ
6. Основы краеведения		
65	Родословие	Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники
66		Составление генеалогического древа своей семьи
67	Моя школа	Изучение истории микрорайона. Земляки
68		Встреча с интересными людьми выпускниками школы
69	Природа моего края.	Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды, сезонные изменения в погоде
70		Растения Ставропольского края. Видовой состав. Краснокнижные растения
71		Животный мир Ставропольского края
72		Географическое расположение населённого пункта. Особенности рельефа
73		Водные ресурсы Ставропольского края
74		Выполнение краеведческих заданий. Сбор гербария
75		Выполнение краеведческих заданий. Составление карты прилегающих территорий
76		Изготовление кормушек для птиц
7. Спортивно-оздоровительный туризм		
77	Пешеходный туризм	Способы преодоления простых естественных препятствий. (Без специального снаряжения)
78		Преодоление простых водных преград
79		Техника преодоления крутых склонов. (Подъём, спуск)
80		Траверс склона
81		Полоса препятствий пешеходного туризма
82		Преодоление завалов. Преодоление заболоченного участка
83		Соревнования по технике пешеходного туризма.
84		Полоса препятствий пешеходного туризма
85	Подъём и спуск	
86	Траверс склона	
87	Параллельные верёвки	
88	Брод	
89	Бревно	
90	Движение с альпенштокам	
91	Маятник	
92	Преодоление гати	

93		Вязка узлов
94		Установка и снятие палатки
95		Наклонная переправа
8. Общая спортивно-оздоровительная подготовка		
96	Общая физическая подготовка	Гигиена при занятии физической культурой
97		Спортивные игры
98		Основы техники бега
99		Упражнения на развитие быстроты
100		Упражнение на развитие координации движения
101		Спортивные игры
102		Гимнастические упражнения
103	Личное снаряжение	Правила хранения личного снаряжения
104	Зачётный однодневный поход	

2.2. Система физического развития детей во внеурочной деятельности и системе дополнительного образования

(из опыта работы Петренко В. И., учителя физической культуры МКОУ СОШ № 5 с. Привольного, Красногвардейского района)

В соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Вопрос сохранения здоровья учащихся в школе на сегодняшний день стоит очень остро. Поэтому целенаправленная работа по организации физкультурно-оздоровительной деятельности позволит не только сохранить здоровье школьников, но и сформировать у них знания о культуре здоровья, мотивацию на здоровый образ жизни, создать условия для раскрытия индивидуальных возможностей и резервов организма.

В современных условиях школа призвана выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей, так как через школу проходит каждый и проблему сохранения и укрепления здоровья нужно решать именно здесь.

В то же время, обязательным компонентом ФГОС ООО является внеурочная деятельность.

Цель организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности: создание целостной системы физического развития детей во внеурочной деятельности и системе дополнительного образования, создание у них высокой мотивации к ведению здорового образа жизни.

Задачи организации внеурочной физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной работы в МКОУ СОШ № 5:

- создать систему преемственности урочной и внеурочной деятельности по физической культуре;

- способствовать гармоничному физическому развитию учащихся;
- создавать ценностно насыщенный досуг;
- способствовать развитию эмоционально – волевой сфере учащихся и их позитивной «Я – концепции»;
- формировать у молодежи модель здорового поведения;
- способствовать совершенствованию спортивной результативности.

Гипотеза: предполагалось, что педагогические технологии внеурочного физического воспитания в общеобразовательной школе, основанные на социально ориентирующих образовательных событиях, позволяющих учащимся посредством различного ролевого участия в оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях приобрести социальный опыт физкультурной деятельности, будет способствовать эффективному формированию их физического и ценностного потенциала.

Функции проекта:

- воспитательная – воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью;
- обучающая – обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;
- развивающая – содействие физическому развитию школьников, укрепление здоровья, закаливание организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Этапы реализации проекта:

1 Этап. Внеурочная деятельность в рамках ФГОС.

2 Этап. Дополнительное образование (ДЮСШ).

3 Этап. Комплекс соревнований и состязаний различного уровня.

4 Этап. Социально значимая деятельность (спортивные мероприятия, посвященные памятным датам и праздникам).

5 Этап. Спортивно-оздоровительные мероприятия в каникулярное время (спортивный отряд пришкольного лагеря и площадки, комплекс спортивных соревнований).

6 Этап. Научно-исследовательская и олимпиадная деятельность (выполнение исследовательских работ по физиологии, здоровьесбережению, физическому и социальному развитию с участием в конференциях различного уровня, участие в олимпиадах и конкурсах различного уровня).

Сроки реализации проекта: Проект рассчитан на пять лет с ежегодным исполнением основных этапов и некоторым изменением содержания её элементов.

Основные технологии: социально ориентированные мероприятия, игры, соревнования. Образовательный компонент направлен на стимулирование и мотивацию развития компетентностей ведения здорового образа жизни.

Ведущие формы деятельности:

Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные общешкольные мероприятия: школьные спортивные турниры, соревнования, Дни Здоровья.

Утренняя зарядка, физкультминутки на уроках, организация активных оздоровительных перемен и прогулок на свежем воздухе. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований. Оформление уголков по технике безопасности и ПДД, проведение инструктажа с детьми. Тематические беседы, беседы – встречи с работниками ЦГБ, туберкулезного диспансера, школьным врачом. Интерактивные игры, спортивные конкурсы в классе, викторины, проекты. «Если хочешь быть здоров», пропаганда ЗОЖ. Поощрение учащихся, демонстрирующих ответственное отношение к занятиям спортом, демонстрация спортивных достижений учащихся класса. Агитация и запись учащихся класса в спортивные секции. Организация походов выходного дня. Туристические походы.

Отличительные особенности школы: содружество учительского и ученического коллективов; разноуровневая система обучения и воспитания; в содержании образования выделяются 3 компонента: федеральный, региональный, школьный; психолого-педагогическое сопровождение УВП; раннее изучение английского языка; профессиональная подготовка школьников; организация физкультурно-оздоровительной работы; здоровьесберегающие принципы обучения и воспитания; работа с одаренными детьми; коллективные творческие дела; деятельность органов самоуправления школьников; организация здорового питания школьников; социальное партнерство с предприятиями и учреждениями села; организация школьного досуга и труда школьников; поощрения в виде грамот отличникам по итогам года; информатизация УВП.

В школе работает школьный спортивный клуб «Олимпик», в котором работают секции легкой атлетики, футбола, баскетбола (в них занимается 38% учащихся).

Взаимодействие школы с учреждениями дополнительного образования по физкультуре и спорту осуществляется в сотрудничестве с ДЮСШ (в них занимается 18% учащихся).

Особенности здоровьесбережения обучающихся МКОУ СОШ №5.

Успешное функционирование учреждения образования с учетом сегодняшнего состояния здоровья детей невозможно без создания единого профилактического пространства, обеспеченного взаимодействием педагогов, психологов, медицинских работников, учащихся и родителей, которые согласованно решают общие задачи, связанные с заботой о здоровье, и принимают на себя ответственность за результаты.

Школа, как территория здоровья – учреждение, обеспечивающее: комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья школьников и педагогов; коррекцию нарушений соматического здоровья без отрыва от учебного процесса; психологическую диагностику и помощь детям с отклонениями в поведении и неуспеваемости; гарантию прав полноценного гражданина.

Наличие системы деятельности образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья, формированию здорового образа жизни обучающихся.

В школе реализуются 2 программы.

- Программа «Здоровье».

- Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в начальной школе – это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Системная работа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков: здоровьесберегающая инфраструктура, рациональная организация учебной и внеучебной деятельности, эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, просветительская работа с родителями, реализация дополнительных образовательных программ.

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур. Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

В целях формирования в школе здоровьесберегающего образовательного пространства разработана и успешно реализуется программа «Здоровье». Она предусматривает взаимодействие педагогов с родителями и медицинскими работниками. Важным условием осуществления программы является целенаправленная систематическая работа на каждой ступени: начальная школа, среднее и старшее звено, по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

В рамках этой программы:

Организована просветительская работа с учащимися по сохранению, развитию и коррекции здоровья через систему воспитательных мероприятий (классные часы по личной гигиене, школьная антинаркотическая акция, конкурсы детского творчества по данной тематике, лекторий для учащихся, учителей, родителей по пропаганде здорового образа жизни).

Ежегодно проводятся семинары: «Предупреждение трудностей адаптационного периода пятиклассников», «Предупреждение трудностей адаптационного периода первоклассников»

Проведение активных форм развития и сохранения здоровья детей (соревнования, походы, спортивные праздники, Дни здоровья), которые стали доброй традицией школы.

Организована работа кружков хореографии (рук. Гурова Л.В.), в которых занимаются учащиеся 1-11 классов.

- Проводится работа по формированию правильного отношения к занятиям спортом через работу кружков, секций, организацию часов Здоровья, занятия в ДЮСШ (начальные классы «Основы физической подготовки» руководитель Родионов В.В.), школьные секции «Баскетбол», «Легкая атлетика», «Футбол», (руководитель Шевцов А.И. и Петренко В.И.), прогулки, игры на свежем воздухе.

- Проводится обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

- Проводится пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.

- Организованы тематические консультации психологом школы для педагогов и родителей по проблеме сохранения психологического здоровья детей.

- Поддерживается санитарно-гигиенический режим в школе; организована работа постов, дежурство.

- Проводится совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.

Проводятся традиционные мероприятия: классные часы «Аксиомы здоровья»; игра – путешествие по королевству «Будь здоров»; встречи с врачами – специалистами; дни Здоровья; кросс «Золотая осень»; спортивный праздник «Олимпийский огонь»; месячник по профилактике ПАВ; месячник оборонно-массовых мероприятий; индивидуальные консультации психолога.

В рамках подготовки ОУ к введению ФГОС ООО на базе школы функционирует творческая группа по теме: «Создание модели внеурочной деятельности в ОУ по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни учащихся».

Формирование здоровьесозидающего образовательного пространства.

Техническое состояние школьного здания хорошее – ежегодно летом здесь делают качественный косметический ремонт. Водоснабжение, канализация и теплоснабжение централизованные. Окна кабинетов ориентированы на восток. Площади кабинетов 48-51,9 кв.м. Площадь на одного учащегося составляла не менее 2,5 кв.м. Расстановка парт обеспечивает оптимальную зону видимости классной доски. Почти все классы оборудованы мебелью, рассаживание детей проведено в соответствии с ростом и здоровьем. В школе имеется спортивный зал, класс для занятий физической зарядкой.

Уровень освещения соответствует требованиям санитарных правил. Замеры уровня искусственного освещения, температурного режима и др.

проводится ежегодно силами лаборатории производственного контроля управления образования.

Мониторинг здоровья обучающихся, воспитанников, его комплексность, основные индикаторы и методика их измерения проводится в рамках мониторинга ЗОЖ.

Анализируя данные по состоянию здоровья учащихся за последние три года можно сделать вывод, что большая часть детей относится к I группе здоровья. К основным классам болезней относятся: ОРЗ, заболевания нервной системы, желудочно-кишечного тракта, нарушения осанки, нарушение зрения, лор-заболевания.

Помимо физического здоровья у детей страдает и духовное здоровье. Иногда в своей работе педагоги сталкиваются с черствостью души, отсутствием сострадания, милосердия у современных подростков.

Анализ и обобщение данных мониторинга здоровья детей проводится в конце каждой четверти и учебного года.

Соблюдение режима дня школьниками (данные опроса родителей)

Соблюдение режима дня школьниками	%
Начальная школа	80
Основная школа	60-70
Старшая школа	60

При этом анализ имеющихся данных показывает, что наибольшее количество нарушений режима дня происходит за счёт сокращения ночного сна. В последнее время наметилась тенденция к увеличению статистической нагрузки у учащихся за счёт увеличения времени, проводимого за компьютером, а также в свободное от учёбы время перед телевизором.

Частота и длительность просмотра телепередач в выходные дни увеличивается.

Одним из ведущих направлений в организации рационального режима в школе является совершенствование уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.

С 2003 учебного года в учебном плане введен третий час физической культуры. Преподавание ведется в соответствии с комплексной программой физического воспитания учащихся I–XI классов образовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха. Почти все занятия физкультуры в школе проходят на открытом воздухе.

Занятия активно-двигательного характера в школе осуществляются за счет физминуток на уроках, проведением динамических пауз, хореографии.

118 учащихся школы занимаются в школьных секциях.

Работа с родителями по формированию представлений о ценности здоровья.

С родителями проводятся такие консультации, как «Развитие у ребенка интереса к учению», «Адаптация пятиклассников к новым учебным условиям», «Психологическая готовность детей к школе», «Возрастные особенности

подростка», «Влияние семьи на развитие моральных качеств подростка», «Как помочь ребенку адаптироваться к школе», «Требования семьи и школы».

Школьная программа «Здоровье» позволяет объединить урочную и внеурочные формы деятельности школы по сохранению и укреплению здоровья детей, собственную работу школы и сотрудничество с социальными партнерами, в первую очередь с родителями. Они участвуют в конференциях, собраниях, праздниках.

Ведется работа школьных СМИ (стенды, школьный сайт). Педагогами организуется проведение месячника ЗОЖ, уроков здоровья, лекций о здоровом образе жизни, проведение классных часов с привлечением медицинских работников, инспекторами ГИБДД, ОДН, молодежными организациями по просвещению ЗОЖ.

Организована работа волонтеров по пропаганде здорового образа жизни: оказание помощи одиноко проживающим гражданам села Привольного, осуществление уборки могил ветеранов Великой Отечественной войны, Мемориала Вечной Славы. Педагоги привлекают учащихся к участию в акции «Спорт против наркотиков», экологических акций «Сохраним природу Ставрополья», а также к участию в школьных, районных и краевых соревнованиях и проектах.

Самыми популярными формами работы по ЗОЖ являются «Здоровым быть модно!», конкурс агитбригад по ПДД, смотры строя и песни, тренинги на формирование благоприятного климата в коллективе, конкурсы плакатов и рисунков, в которых участвуют учащиеся с 1 по 11 классы.

В школе огромную роль отводят проведению массовых мероприятий с целью воспитания у обучающихся культуры здоровья. Формирование грамотности в вопросах здоровья происходит через практическое воплощение потребности вести здоровый образ жизни.

С особым интересом учащиеся относятся ко Дню защиты от экологической опасности (День здоровья) (ответственные Петренко В.И., Шевцов А.И. и классные руководители 1-11 классов), который проводится ежегодно. В ходе этого мероприятия осуществляется спортивно-оздоровительная деятельность учащихся среди природы.

Практическую направленность несет в себе конкурс «Лекарственные растения», где учащиеся показывают свои знания в сфере природоведения, биологии. Стало традицией проведение общешкольного мероприятия в начальной школе «Вредным привычкам скажем «Нет!», а также проведение спортивного праздника «Спорт – это сила». Тематика классных часов разнообразна по форме и содержанию.

Главная роль в приобщении к ежедневным занятиям физическими упражнениями учащихся принадлежит внеклассной и спортивно-массовой работе с учащимися и родителями. В школе проходят Веселые старты, соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья». Все эти виды активного отдыха проходят без чрезмерной повышенной физической нагрузки, интересно для учащихся и родителей. Для подготовки и проведения Дней здоровья привлекается весь педагогический коллектив и родительский комитет школы.

Санитарно-просветительская работа школы заключается в организации и проведении лекций и бесед для школьников о сохранении и укреплении здоровья; организации и проведении бесед с техническим персоналом школы о санитарном состоянии школы, о личной гигиене, о профилактике инфекционных заболеваний; оформление уголков здоровья, информационных стендов по профилактике социально-значимых заболеваний; участие в акции «Спорт без наркотиков».

Работа по формированию культуры здорового питания проводится в школе по трем направлениям.

Первое – рациональная организация питания в школьной столовой, где всё, от внешнего вида школьной столовой до состава продуктов соответствует принципам здорового питания и способствует формированию здорового образа жизни.

Второе – реализация образовательных программ по формированию культуры здорового питания. При формировании культуры здорового питания проводится комплексная и системная работа, когда постепенно формируются основы гигиены и режима питания, дается представление о полезных продуктах и полезной пище, о необходимых питательных веществах, о рациональной структуре питания.

Третье направление – просветительская работа с родителями (законными представителями), вовлечение родителей в процесс формирования культуры здорового питания в семье. С целью пропаганды культуры питания для родителей и детей в столовой имеется стенд «Уголок здорового питания». Классными руководителями проводятся родительские собрания «Правильное питание – один из факторов укрепления здоровья», беседы с учащимися о правильном питании.

Коллектив учителей исследовал уровень информированности по вопросам здоровья всех участников образовательного процесса. Анкетирование показало, что осведомленность учащихся по вопросам здоровья значительно изменилось к лучшему.

Так, 79% респондентов отмечают знания о здоровье, как комплексном явлении, а не о состоянии «здоров – болен», 90% учащихся всех возрастов правильно выделяют все составляющие понятия «Здоровый образ жизни», но лишь 37% могут четко сформулировать ответ на вопрос «Что такое здоровый жизненный стиль?». 68% учащихся безошибочно определяют набор продуктов рационального питания, составляющие компоненты режима двигательной активности. Но знание о факторах, берегающих здоровье, к сожалению, не стало еще поведением, нормой для 51% учащихся (преимущественно старшеклассников).

Анализ уровня осведомленности родителей показывает, что 11% родителей не желают активно сотрудничать со школой, оставляя за собой право пассивного созерцателя, но будут благодарны педагогам за их вклад в сохранение здоровья детей. 58% родителей определили свою полную заинтересованность в участии в работе лектория, психологических тренингов, поддержке спортивно-массовых и других мероприятий. 31% родителей

ответили, что могут принять участие в мероприятиях школы по возможности. 73% родителей 1–4 классов поддержали программу. Среди родителей 5–11 классов поддержка образовательной программы составляет 85% даже по таким сложным вопросам как профилактика ВИЧ/ СПИДа, употребления психоактивных веществ. Педагогический коллектив считает, что данное отношение подтверждает верность выбранного нами генерального направления.

Можно утверждать, что педагогический коллектив не только верно выбрал стратегическую цель, но и грамотно определил тактические задачи по оздоровлению своих воспитанников и пропаганде здорового образа жизни у всех участников образовательного процесса.

Модель внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной работы.

Так как формирование физической культуры школьника осуществляется постепенно с учетом возрастных особенностей, то мы предлагаем следующую структурную периодизацию этих этапов.

В период обучения в основной школе соответствующими формами внеурочной организации процесса формирования физической культуры личности являются: физкультминутки, физкультпаузы, утренняя гигиеническая гимнастика. Они составляют *первую группу* форм организации физкультурных занятий во внеурочное время и используются преимущественно в начальной школе. На этапе обучения в основной школе целесообразно использовать учебно-тренировочные занятия по различным видам спорта, которые составляют *вторую группу* форм в классификации, а также спортивно-массовые соревнования, конкурсы, викторины, спортивные вечера и физкультурные праздники, относящиеся к *третьей группе* форм. На старшей ступени формирования физической культуры личности наиболее эффективны социально ориентирующие формы деятельности, которые составляют *четвертую группу* форм в предлагаемой классификации. Именно эта социально ориентированная физкультурно-оздоровительная деятельность, сочетающая в себе спортивные мероприятия и социально значимые мероприятия. Социально ориентированная деятельность включает в себя спортивные мероприятия, объединяющие младших и старших школьников, спортивные праздники для разных возрастных категорий учащихся, викторины и мероприятия здоровьесформирующего характера, мероприятия, приуроченные к праздникам и памятным датам. Все эти социально ориентированные образовательные спортивные события позволяют через спортивные мероприятия, на которые дети мотивированы, формировать у них ключевые социальные компетентности, как-то: социальная активности, добровольческие начала, патриотизм, гуманизм и толерантность.

В процессе реализации модели рассматриваются несколько этапов – мероприятий, проводимых и организуемых Петренко В.И. и Шевцовым А.И. Кроме трех уроков физической культуры, которые проводятся в каждом классе, им же проводятся секции: по национальной футбол, баскетбол, легкая атлетика, по спортивным играм в средней школе, при этом много времени уделяет

пропаганде здорового образа жизни, воспитанию всесторонне развитой личности своих воспитанников, становлению их нравственности. Учителя Петренко В.И. и Шевцов А.И. организуют спортивные соревнования по графику школьных мероприятий.

Практическая реализация проекта.

1 Этап. Внеурочная деятельность в рамках ФГОС НОО и ФГОС ООО.

Цель: Создавать гармоничную образовательную среду для учащихся в рамках введения ФГОС.

Задачи:

- создавать условия для освоения учащимися поставленных целей ФГОС.
- способствовать здоровьесохранению в рамках образовательного процесса.
- стимулировать формирование здоровых алгоритмов и моделей поведения.
- формировать жизненно важные здоровьеформирующие компетентности;
- обогащение двигательного опыта за счет овладения техникой упражнений;
- формировать мотивацию к занятиям физической культурой;

Данный курс планируется использовать и как основу занятий фитнесом.

2 Этап. Дополнительное образование. (Президентские состязания, ГТО, соревнования различного уровня, ДЮСШ и т. д.).

Цель: Выявить индивидуальные потребности и мотивировать учащихся к занятиям различными видами спорта в учреждениях дополнительного образования и школе.

Задачи:

- Развивать спортивно-образовательный интерес учащихся.
- Формировать команды для игровых видов спорта.
- Готовить классы – команды для участия в президентских состязаниях.
- Начать подготовку и проведение внутришкольных соревнований между классами по игровым видам спорта.
- Готовить учащихся к участию в муниципальных и региональных этапах Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.

Спортивно – оздоровительная деятельность реализуется через школьные секции и кружки, систему дополнительного образования, а также деятельность ДЮСШ.

Роль учителя в данной системе – вовремя и правильно направить ребенка или подростка в правильном направлении, для чего требует особое внимание и работа.

По данному разделу важнейшим планируемым результатом является сохранение комплекса дополнительного образования, как по организациям, предоставляющим соответствующие услуги, так и по соревнованиям, как результату деятельности.

3 Этап. Комплекс соревнований и состязаний различного уровня.

Целями участия учащихся в соревнованиях является формирование для каждого ученика поля успешности, самореализации, формирование личностных, метапредметных результатов обучения физкультуре и подготовки к соревнованиям.

Задачи:

- разработка тренировочного режима в подготовке к соревнованиям;
- мотивация и распределение детей по видам спорта (соревнований);
- популяризация различных видов спорта;
- формирование и сплочение команд (коммуникативные компетентности) для командных видов соревнований;
- укрепление здоровья и формирование здоровых моделей поведения;
- реализация программы развития УУД.

Одновременно на базе нашей школы проводятся занятия по футболу и баскетболу, что способствует формированию школьных команд.

Если рассматривать весь комплекс внеурочных спортивно-оздоровительных мероприятий, проводимых, организуемых и мероприятий, в которых школа принимает участие, можно выделить: школьные, районные и региональные мероприятия.

Наиболее традиционными являются школьные соревнования, но в МКОУ СОШ № 5 ежегодно учащиеся готовятся к соревнованиям муниципального, регионального уровня. Одновременно учитель физкультуры мотивирует и направляет учащихся для занятий возможными для реализации в районе, иными (отсутствующими в школе) видами спорта, условия для занятий которыми, созданы в ДЮСШ.

4 Этап. Социально значимая деятельность (спортивные мероприятия, посвященные памятным датам и праздникам).

Цель: вовлечение обучающихся МКОУ СОШ № 5 в социальную практику добровольчества.

Задачи:

- формирование среди подростков и молодежи духовно-нравственных, общечеловеческих ценностей добра, милосердия и взаимопомощи.
- укрепление сотрудничества между различными организациями и органами местного самоуправления в совместном решении социальных проблем.
- Формирование системы эффективной работы добровольцев для оказания помощи социально незащищённым категориям населения.

Примером могут послужить спортивные праздники в честь Дня Победы и Дня защитника Отечества.

Цель: сплотить учащихся через спортивные соревнования в едином уважении к знаменательным датам своей малой родины и народа.

В данном проекте предтрадиционные для нашей школы мероприятия, посвященные Дню защитникам отечества (23 февраля) и Дню Победы (9 мая), которые проводятся ежегодно.

Спортивные праздники в рамках Дней здоровья.

Цель: способствовать формированию здоровых моделей поведения.

Задачи:

- целостное представление о здоровье и его сохранении и формировании;
- ценностное отношение к здоровью;
- социально значимый опыт – модели здорового поведения;
- освоение принципа «движение – жизнь».

Кроме спортивных праздников и мероприятий, я провожу уроки здоровья в младших классах и классные часы, посвященные формированию моделей здорового поведения в основной школе.

5 Этап. Спортивно-оздоровительные мероприятия в каникулярное время (спортивный отряд пришкольного лагеря и площадки, комплекс спортивных соревнований).

Цель: организовать досуг школьников в каникулярное время через спортивно-оздоровительную деятельность в рамках пришкольного оздоровительного лагеря (спортивный отряд).

Каникулярное время – наиболее благоприятный период для физического и психологического оздоровления и развития школьников.

В школе ежегодно организуется пришкольный оздоровительный лагерь, в котором формируется спортивный отряд из 20 человек.

Туристско-краеведческая деятельность в настоящее время весьма затруднена в связи с высокими требованиями Роспотребнадзора к санитарии палаточных лагерей.

Исследовательская деятельность в сфере спорта, здоровья, психологии.

Цель: развивать интеллектуальный потенциал учащихся через изучение своего здоровья и здоровья окружающих (комплексно).

Ежегодно обучающиеся МКОУ СОШ № 5 участвуют в муниципальном этапе Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.

В данной модели мы представляем инновационные и наиболее актуальные аспекты внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного характера.

Диагностика эффективности реализации проекта.

Диагностика эффективности определяется критериями и индикаторами, характеризующими все стороны развития личности учащегося в рамках реализации данного проекта.

1. Физическое развитие (по индексам).
2. Анализ отношения к физическому воспитанию.
3. Анализ адаптации к школьной жизни.
4. Занятость в кружках, секциях.
5. Занятость в соревнованиях в каникулярное время.
6. Занятость в социально значимой деятельности.
7. Занятость обучающихся во внеурочной деятельности по видам спорта.
8. Занятость обучающихся школьных, городских, муниципальных соревнованиях по видам спорта.

9. Занятость обучающихся по ступеням обучения.

Ожидаемые результаты реализации программы.

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности школьников распределяются по трем уровням.

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены тела и психогигиены, о технике безопасности при занятиях и правилах бесконфликтного поведения; о способах самозащиты; о правилах поведения в экстремальных и конфликтных ситуациях; о правилах поведения и гармоничного взаимоотношения с людьми; об ответственности за поступки, слова и мысли, за свое физическое и душевное здоровье; о неразрывной связи внутреннего мира человека и его внешнего окружения.

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к младшим, к слабым, к нуждающимся в защите; ценностного отношения к спорту и физкультуре; ценностного отношения к собственному самосовершенствованию, ценностного отношения к миру и ненасилию.

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и слабых, опыта самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования, опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие других.

Когда мы говорим о современном образовании в его урочных и внеурочных формах, мы говорим о компетентностном подходе как результате образования. Компетентность подразумевает готовность к выполнению тех или иных функций.

Но готовность, намерения – это еще не вся личность; свою целостность личность обретает только в поступке. Поступок как самостоятельное ценностно-ориентированное социальное действие является важнейшим признаком личностного роста человека. Только в самостоятельном социальном действии человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать, или обретает намерение стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Для личностного роста школьника важна не только возможность социального действия в школьной среде (по определению, защищенной и дружественной), но и возможность действия в открытой общественной среде, где в нем как субъекте не обязательно заинтересованы, где ему придется доказывать свою самостоятельность и независимость перед лицом других социальных субъектов. Этому способствует система внеурочной

деятельности и дополнительного образования в физкультурно-спортивной сфере образования.

Выявленные, в ходе проведения мероприятий факторы, позволяют выработать следующие принципы построения внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности:

- для успешного решения задачи приобщения детей к занятиям спортом, целевой установкой в их работе должно стать не достижение детьми максимальных спортивных результатов, а их гармоничное развитие и формирование у них устойчивого интереса к занятиям, поскольку большая часть наших преподавателей, тренеров ориентирована на максимальный успех в спорте при общем невнимании к личностному развитию;

- следует максимально разнообразить программу занятий, отмечая, какой аспект наиболее заинтересует каждого из детей, и в дальнейшем стараться стимулировать их индивидуальные интересы, чаще использовать на занятиях те формы и средства общения, которые вызывают у учеников наименьшее число отрицательных реакций;

- ценная, на наш взгляд, особенность состоит в следующем: больше использовать речевые средства общения и среди них – словесный метод (диалог), а не только опознавательные сигналы (свистки).

- необходимо в значительной степени сочетать физическое и социальное развитие детей (социализацию) через социальное проектирование;

- при всей значимости урока как основы процесса физического воспитания в школе, главенствующую роль в приобщении к физической культуре, как основе здорового образа жизни, безусловно, принадлежит внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе. За ней будущее, так как даже индивидуально-дифференцированный подход не даст такого положительного результата, который достигается правильно спланированной спортивно-массовой работой, главной целью которой является внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь и быт школьника;

- следует уделить внимание формам сотрудничества с родителями, путям привлечения их к совместным физкультурно-оздоровительным мероприятиям, праздникам, соревнованиям. Спектр возможностей сотрудничества учителя физической культуры с родителями, а также со своими коллегами, классным руководителем, школьным психологом очень широк;

- у нашей школы есть потенциал укрепления здоровья (школой был получен грант по теме «Создание здоровьесберегающего пространства школы», за тем три учителя получили гранты по темам, связанным со здоровьесбережением, более 10 учащихся выполнили работы по здоровьесберегающей тематике и двумя учениками был получен грант «Достижения талантливой молодежи»);

- очевидно, что в последние годы эта работа наряду со сложившимися ее формами практически обогатилась весьма эффективными видами оздоровления учащихся, повышения их работоспособности, в определенной степени

психологического воздействия на их сознание о необходимости использования физической культуры и спорта в своей повседневной деятельности. Безусловно, обеспечение безопасности школьников на уроках физической культуры – одно из приоритетных направлений в работе учителя, тренера, при этом мы имеем в виду физическое и психологическое здоровье ребенка.

Цель вышеперечисленных принципов построения внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности состоит в разработке личностно-ориентированных физкультурно-оздоровительных мероприятий, обеспечивающих формирование здоровьесформирующих компонентов развития личности ребенка, осознанию им необходимости самосохранности саморазвития как в физическом, так и психологическом плане, а также мотивацию к занятиям спортом.

Формы работы внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной работы в МКОУ СОШ № 5.

Гимнастика до занятий.

На учителей возлагается контроль посещаемости и выполнения упражнений. Комплекс гимнастики состоит из 6–8 упражнений и рассчитан на 10–15 минут. При их составлении и проведении придерживаются следующих методических положений:

- упражнения даются в такой последовательности, чтобы активизировать большое количество мышечных групп;
- первые упражнения должны тонизирующе влиять на весь организм учащихся, организовывать их;
- комплексы упражнений предназначены для занятий в помещении и на открытом воздухе при учете погодно-климатических условий;
- гимнастические упражнения до занятий не должны вызывать утомления, но нагрузку на организм необходимо осуществлять постоянно;
- комплексы упражнений рекомендуется изменять через две недели;
- к проведению и организации гимнастики до занятий привлекаются учащиеся старших классов, имеющие опыт и организаторские навыки;
- на начальных этапах обучения упражнениям используются словесный и наглядный методы, а в дальнейшем только словесный;
- комплексы упражнений составляются для трех возрастных групп – младшего, подросткового и юношеского возрастов.

В комплексы гимнастики до занятий для учащихся подросткового и юношеского возрастов включают упражнения общефизической направленности, взятые из специальной литературы, и из программ по физической культуре.

Физкультминутка и физкультпауза.

Физкультминутка – это кратковременный активный отдых, направленный на улучшение работоспособности учащихся средствами физической культуры. На большое значение этого мероприятия указывал известный педагог К. Д. Ушинский. Он отметил, что, заставив детей встать и сесть, повернуться, поднять руки и опустить их, выйти из-за стола и снова сесть за него стройно,

ловко и без шума, – можно способствовать не только сохранению здоровья детей, но и лучшему усвоению учебного материала. Действительно, научными исследованиями доказано, а практикой подтверждено, что выполнение упражнений во время общеобразовательных уроков способствует увеличению количества хороших и отличных оценок в 3,2 раза и уменьшению плохих в 2 раза.

Физкультминутку проводят в каждом классе учитель, физорг или общественный инструктор. Она не должна ни утомлять, ни возбуждать детей, и содержать от одного до трех упражнений (для туловища, ног, рук, шеи), выполняемых сидя за партой или стоя.

Физкультпауза, как правило, практикуется на спаренных уроках труда в школьных мастерских или во время выполнения домашних заданий, в том числе в группах продленного дня. Ее рекомендуется проводить через каждые 40–45 мин в течение 10–15 мин. Она включает различные упражнения и игры.

Подвижные игры.

Активный отдых между уроками, который не только снижает чувство усталости, но и создает положительные эмоции, повышающие работоспособность учащихся, игры на больших переменах. Как и другие мероприятия в режиме дня, они имеют возрастную направленность. Так, с учащимися подросткового возраста можно проводить игры, близкие к спортивным («Мяч по кругу», «Картошка», «Пионербол», «Загони мяч»), а с учащимися старшего школьного возраста – игры, требующие применения силовых способностей и координации движений («Слон», «Круговой слон», «Волейбол в кругу с выбиванием», «Хоккей на асфальте», «Жонглирование футбольным мячом»).

Организуют и проводят игры на больших переменах физкультурный активы школы. Игровой актив обязан ознакомить учащихся с содержанием игр, с местом и временем их проведения, подготовить необходимый инвентарь и награды для победителей.

Таким образом, организация и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня позволяют значительно повысить двигательную активность школьников, решить ряд задач образовательного и воспитательного характера, укрепить здоровье, создать положительные, радостные эмоции, которые способствуют повышению работоспособности, успешному усвоению знаний в процессе обучения общеобразовательным предметам.

Спортивные секции и кружки.

Спорт – это одна из основных форм организации школьников для систематических занятий физическими упражнениями. Составным элементом занятий спортом является учебно-тренировочный процесс, который осуществляется в соответствии с программами спортивных секций.

В учебных группах секции 15–20 человек. Комплектование групп производится с учетом возраста и физической подготовленности учащихся. В период подготовки к соревнованиям создаются команды. Количество участников зависит от условий соревнований. Участники команд не

прекращают занятий в секции. Кроме того, с участниками команд могут проводиться дополнительные занятия.

Спортивные секции создаются для учащихся, желающих заниматься определенным видом спорта. Основные задачи секций: приобщить школьников к систематическим занятиям спортом; содействовать их спортивному совершенствованию в избранном виде спорта; готовить их к участию во внешкольных соревнованиях; содействовать приобретению знаний и навыков инструкторской работы и судейства соревнований.

В секции приглашаются школьники основной медицинской группы, получившие допуск врача к занятиям. Проведение конкурсного отбора нежелательно, так как это противоречит основным задачам внеклассной работы.

Основными задачами спортивных секций в общеобразовательной и профессиональной школе являются: всестороннее физическое развитие, укрепление здоровья и закаливание организма учащихся; развитие индивидуальных физических способностей до высокого уровня с целью достижения спортивного успеха в соответствии с возрастом и полом; формирование в процессе занятий моральных и волевых качеств, привитие навыков культурного поведения; совершенствование организаторских способностей в спортивно-массовой и оздоровительной работе с учащимися разного возраста.

Спортивные соревнования.

Спортивные соревнования, которые организует совет физкультуры школы, не ограничиваются отдельными видами спорта.

Практика физической культуры накопила огромный опыт проведения спортивных соревнований в школе под названиями «Вас вызывает Спортландия!», «Веселые старты», «Старты надежд», «Малые Олимпийские игры» и др.

Для их проведения необходимы: разработка сценария, привлечение всех желающих участвовать в соревнованиях; создание торжественной и праздничной атмосферы; соблюдение традиционного ритуала открытия и закрытия соревнований; четкое выполнение сценария и объективное судейство; награждение победителей соревнований, физкультурного актива школы; продолжительность соревнований не должна превышать двух часов.

Спортивные соревнования являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеурочной деятельности по физическому воспитанию в школе. Они содействуют привлечению учащихся к систематическим занятиям физическими упражнениями дома и в коллективе физкультуры, повышают физическую подготовленность учащихся, сплачивают детский коллектив.

Соревнования, как и другие виды внеурочной деятельности, включаются в общий годовой план работы школы. В начале учебного года точно определяются сроки проведения, положение и программы соревнований. С учетом этих сроков заблаговременно проводится подготовка к соревнованиям.

Игры, развлечения.

Самыми простыми и массовыми формами внеурочной деятельности с учащимися являются игры и развлечения.

Игры организуются как с небольшой группой учащихся одного класса, так и с большими группами учащихся двух-трех классов. Чем многочисленнее группа играющих, тем лучше должны быть подготовлены организаторы и затейники из учащихся. Это форма работы применяется как во внеурочное время, а также и каникулярный период, причём сбор детей для участия в играх назначается в определенный день и час в школе или на площадке.

Комплекс игр составляется так, чтобы в нем были игры с различным содержанием, и нагрузкой, и чтобы эти игры правильно чередовались. В одно занятие вводятся игры спокойные и игры с большой подвижностью, игры с пением и плясками. При этом наиболее подвижные игры проводятся в середине занятия, а игры с пением – в конце. В старших классах школы большое применение имеют командные игры, близкие по своему содержанию к спортивным. К ним относятся «Пионерский мяч», «Эстафеты», «Лапта», «Гонка мячей», «Охотники и утки» и многие другие.

Прогулки, экскурсии, походы.

Прогулки, экскурсии и походы имеют большое образовательное и воспитательное значение, поскольку дети знакомятся с природой, родным краем и его достопримечательностями.

Эти мероприятия содействуют совершенствованию навыков в ходьбе, беге и играх, закаляют организм и укрепляют здоровье детей, способствуют приобретению навыков самообслуживания, поведения и ориентировки на местности и т. п. Неоценимую роль они играют в создании и укреплении детского коллектива, в воспитании чувства дружбы и товарищества.

Прогулки обычно совершают без определенных образовательных целей, ради отдыха на лоне природы. Экскурсии имеют определенные образовательные цели и проводятся по заранее намеченной тематике.

В походах, в отличие от экскурсий сочетается выполнение образовательных задач с условиями походной жизни (разбивка бивака, приготовление пищи, преодоление трудностей, встречающихся в любом исходе, и т. д.).

Тематика экскурсий и походов должна соответствовать общеобразовательной подготовке детей и школьным учебным программам.

Небольшие прогулки и экскурсии (при минимальном расстоянии) могут проводиться в любой учебный день; прогулки и экскурсии на большое расстояние, а также походы только в выходные или каникулярные дни. Каждое из этих мероприятий тщательно подготавливается, подробно разрабатывается план проведения. В плане предусматриваются задачи мероприятия, маршрут, места непродолжительного и длительного отдыха, занятия и игры в пути и на большом привале, инвентарь, личное к коллективному снаряжению участников.

Праздники здоровья.

Правомерно заметить, что если знания школьников по тому или иному предмету могут быть удовлетворительными, то знания и умения, касающиеся

здоровья, должны быть хорошими. Следует учесть и тот фактор, что подростковый и юношеский возраст обуславливает переоценку учащимися своих возможностей, что является причиной недооценки здоровья как высшей ценности человека. Это обязывает учителей, воспитателей, родителей находить убедительные мотивы действий каждого школьника, которые побуждали бы его к укреплению своего здоровья, раскрытию возможностей собственного организма. Важно вовлечь учащихся в процесс подготовки праздников, предусмотрев при этом нагрузку на все органы чувств (зрения, слуха, обоняния, тактильной чувствительности, вкуса) и все виды памяти (моторную, двигательную, слуховую, зрительную, эмоциональную). Это особенно важно при формировании интереса учащихся к своему «Я» – «Я девочка (девушка)», «Я мальчик (парень)».

Праздники здоровья должны постоянно совершенствовать знания, умения и навыки учащихся сохранять и укреплять свое здоровье. Чтобы достигнуть этой цели, педагогическому коллективу необходимо: пополнять свои знания о возрастных изменениях в организме учащихся; осваивать самим правила физической и гигиенической культуры; уметь оценивать собственные знания и навыки по вопросам здоровья; вызывать у школьников интерес, вырабатывать потребность постоянно заботиться о своем здоровье; убеждать учащихся беречь здоровье как главную ценность личности.

Планирование праздников, выбор их тем обуславливается: материалом учебных программ, школьных учебников, методических разработок для данного класса (ответственный за праздник учитель должен познакомиться с ним); показателями здоровья школьников, которые имеются в медицинском кабинете школы в форме листка здоровья класса (анализ конкретных отклонений здоровья позволит подобрать актуальные для детей вопросы, знания и т. д.); фактическими навыками здорового образа жизни учащихся данного класса, определяющимися по результатам выполнения ими правил поведения (перечень правил составляется с учетом возраста детей, возможности их выполнения в течение учебного дня); знакомство с литературой по формированию гигиенических навыков.

Тема праздника не должна быть всеобъемлющей. Лучше ограничивать число вопросов и осветить их глубоко, чем поверхностно охватить большой материал.

Выбрав тему, классный руководитель либо учитель, отвечающий за праздник, составляет его сценарий, используя при этом рекомендации медицинских работников школы, социальных педагогов, психологов. Целесообразно привлекать к составлению сценариев учащихся, особенно при подготовке праздников в средних и старших классах. Работа над сценарием обязывает детей просмотреть учебный материал с новых позиций, освоить дополнительную литературу, является темой для обсуждения со сверстниками элементов предстоящего праздника здоровья.

Праздник здоровья – итог дня, недели, месячника здоровья, поэтому в период работы над сценарием вся программа предыдущих праздников здоровья уточняется и оформляется в виде специальной наглядной информации.

Взаимодействие со спортивными школами, спортивными клубами и использование потенциала системы дополнительного образования спортивной направленности для организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности.

Несомненно, школа является главным «создателем» общества и самым организованным плацдармом для совершенствования этого общества с огромной армией кадров организаторов образовательного процесса, педагогов и родителей. Именно на базе общеобразовательной школы возможно воспитать молодёжь физически здоровой и гармонично развитой, с высоким уровнем физической культуры.

Однако нельзя недооценивать роль системы дополнительного образования, находящимися за пределами школы в физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной деятельности.

МКОУ СОШ № 5 активно сотрудничает с ДЮСШ (футбол), комитетом спорта и молодежной политики Красногвардейского района (районные соревнования, ГТО), МКУ КДЦ МО Привольненского сельсовета (танцевальный, гимнастика).

Взаимодействие с участниками образовательных отношений (обучающимися, педагогами, родителями) по вопросам формирования у обучающихся основ здорового образа жизни, интереса к занятиям физической культурой.

Для согласования усилий родителей и школьного коллектива, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, в МКОУ СОШ № 5 проводятся специальные родительские собрания.

На таких собраниях родители педагоги школы разъясняют правила поведения учеников в школе, на них можно обсуждают и возможности проведения дополнительных мероприятий с целью укрепления здоровья детей, о значении спортивных секций и кружков, прогулки и экскурсии на свежем воздухе как укрепляющим здоровье мероприятиям, при этом разъясняется родителям обучающихся о необходимо дополнительное проведение медицинских осмотров детей и др. На собраниях принимаются удовлетворяющие и родителей, и школу решения, выполнение которых должно быть обязательным.

Кроме того, родители ребенка должны следить за тем, чтобы действия администрации школы или учителей не нарушали права ребенка, не причиняли вред его здоровью. С этой целью в МКОУ СОШ № 5 создан родительский комитет, который следит за процессом обучения и воспитания детей в школе, за соблюдением всех санитарно-гигиенических норм, созданием в школе оптимальных условий для плодотворного учебно-воспитательного процесса.

Для повышения уровня тренированности детей в школе организованы спортивные секции и кружки. При согласованной деятельности школьного коллектива и родителей занятия в этих кружках строятся таким образом, чтобы в них могло принять участие максимальное число детей. Таким образом, ребенок не только тренируется и укрепляет свое здоровье, но и приобретает

определенные навыки, развивает реакцию и координацию, а также оберегается от пагубного влияния дурных привычек.

Если ребенок не интересуется спортивными играми и мероприятиями, родители совместно с администрацией школы могут подобрать другое занятие, способствующее его интеллектуальному или эстетическому развитию, которое бы занимало свободное время ребенка.

Таким образом, важнейшей проблемой оздоровления детей и подростков является сотрудничество и партнерство с семьей. Семья имеет мощное воздействие на воспитание и образование подрастающего поколения, усвоение культурных традиций, формирование личности, здоровье общества в целом.

Анализ деятельности школы по реализации модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности.

Внеурочная деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности в МКОУ СОШ № 5 с. Привольного ведется на основании Плана воспитательной работы школы, Плана-календаря спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий на учебный год, утвержденных директором школы, а также плана мероприятий отдела МКУ КМР «Комитет по физической культуре, спорту и молодежной политике».

При реализации планов и программы решаются задачи по оздоровлению учащихся, пропаганде здорового образа жизни, мотивации и привитию интереса к занятиям физической культурой и спортом, развитию морально-волевых и нравственных качеств учащихся.

В режиме учебного дня проводятся подвижные игры, учителя – предметники проводят физкультминутки на уроках, в начале учебного года классными руководителями проведены беседы о режиме дня школьников.

В группе продленного дня проводятся физкультминутки во время выполнения домашних заданий, прогулки и экскурсии на природу, во время отдыха учащиеся группы продленного дня играют в спортивные и подвижные игры, выполняют упражнения с мячами, скакалками, гимнастическими обручами.

В начале учебного года в каждом классе выбираются физорги из числа учащихся, составляется расписание занятий в спортивных секциях.

Более 60% учащихся посещают спортивные секции баскетбола, футбола, легкой атлетики.

Учителями физической культуры Петренко В.И. и Шевцовым А.И. в классах ведется систематическая работа по подготовке команд для участия в общешкольных и районных соревнованиях.

В МКОУ СОШ № 5 проводятся школьные соревнования по легкой атлетике кросс «Золотая Осень» среди учащихся 2–11 классов, «Лучший спринтер» среди учащихся 1–11 классов, в них приняли участие около 90 % учащихся школы. Проведены «Веселые старты» среди уч-ся 1–4 классов и 5–6 классов. В январе 2017 г. был проведен спортивный праздник в 7 классе «Формула Победы».

Ежегодно в ноябре в школе проводится месячник «Мы выбираем спорт!», в ходе которого проводятся мероприятия, направленные на профилактику здорового образа жизни детей. Приняли участие в Акции «Спорт вместо наркотиков», где в номинации «видеоролик» Севостьянов Д. занял 2 место.

Сельские дети, звёзд с неба не хватают, но благодаря правильной организации различных форм внеурочной работы по здоровьесбережению, мы смогли добиться высоких результатов.

Ученическое портфолио постоянно накапливается. У школьников появилась возможность в выборе дальнейшей профессии. Дети стали успешно участвовать в районных, зональных и краевых соревнованиях, олимпиадах.

Коллектив МКОУ СОШ № 5 дорожит каждым учеником и создаёт ему все необходимые условия, в целях привлечения учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом, повышения их физической подготовленности и спортивного мастерства в рамках внеурочной деятельности.

Таким образом, наше образовательное учреждение, объединив усилия классных руководителей, учителя ОБЖ и физкультуры, педагогов дополнительного образования и родительской общественности, смогли выстроить качественно новую систему комплексной информационно-просветительской, профилактической и коррекционной работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся. Для обеспечения необходимого ежедневного объема двигательной активности каждому школьнику, кроме уроков физической культуры, нужен определенный комплекс внеурочных занятий, который организуется не только одной школой, но и учреждениями дополнительного образования.

Мы должны научить детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: «В здоровом теле – здоровый дух», то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

2.3. Модель физкультурно-оздоровительной деятельности развития детей с нарушениями слуха

(опыт работы государственного казённого общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36 города Ставрополя»)

С началом систематического обучения детей в школе их суточная двигательная активность снижается на 50%, но потребность в движениях еще удовлетворяется. По мере перехода из класса в класс уровень двигательной активности резко снижается. При этом 82-85% дневного времени большинство учащихся находится в статическом положении. Произвольная двигательная

активность у них составляет 16–19%, а на организованные формы физического воспитания приходится лишь 1-3%.

Уроки физической культуры лишь частично пополняют недостаток движений – около 40% суточной потребности или 11% недельной. И если школьник дополнительно не будет заниматься физическими упражнениями и спортом, это может повлечь за собой задержку в развитии моторики.

В процессе физического воспитания в школах для глухих детей, необходимо использовать устную речь. Включение речевого материала в содержании уроков физической культуры положительно влияет на накопление и осмысление словарного запаса, связанного с формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков на развитие интеллекта глухого ребенка.

При организации и проведении всех видов физических упражнений, в том числе и подвижных игр, учитель постоянно находится в поле зрения всех учащихся для того, чтобы они могли видеть сигналы, движения и речь учителя. Речевой материал дается во время изучения и совершенствования упражнений и включает в себя словарь и фразеологию.

Важное значение имеет организация двигательной активности в режиме дня. В исследованиях Н.Т. Лебедевой показано, что у школьников, особенно у младших, наблюдается практически ежечасная потребность в движениях. Проведение кратковременных физических упражнений в форме физкультурных минут и игр на переменах позволяет в определенной мере удовлетворить эту потребность.

Значительное повышение двигательной активности в утренние часы, в середине дня и к вечеру совпадает со снижением умственной работоспособности и удовлетворяется гимнастикой до учебных занятий, а также более продолжительными занятиями физическими упражнениями: активным отдыхом в середине учебного дня, занятиями в кружках, секциях, активными прогулками на воздухе.

Виды физкультурно-оздоровительной работы – гимнастика до учебных занятий, физкультурные минутки на общеобразовательных уроках, физические упражнения и игры на переменах, спортивный час – равномерно распределяются в течение учебной недели и вместе с уроками физической культуры составляют ежедневный стабильный двигательный режим, обязательный для всех школьников.

При проведении занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня можно выделить два направления: оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровья активный отдых, восстановление или поддержание на оптимальном уровне умственной работоспособности, повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиям учебной программы .

Подвижные игры позволяют совершенствовать технику основных движений в более сложных условиях. Выбираются те игры, которые способствуют развитию чувства равновесия, двигательной координации,

зрительной ориентации, внимания, скорости движения, навыков бега, метания, прыжков, лазания, перелезания.

Гимнастика до занятий в школе-интернате организует учащихся в начале учебного дня, повышает работоспособность учеников на первых уроках, предупреждает искривление осанки, она является составной частью физкультурно-оздоровительной работы школы. Ее цель – оптимизация уровня возбудимости и функциональной подвижности центральной нервной системы, воздействие на все органы и системы организма. Наряду с этим гимнастика до занятий способствует организованному началу учебного дня.

Цель физкультурных минуток и физкультурных пауз – вернуть уставшему ребенку работоспособность, внимание, снять мышечное и умственное утомление, предупредить нарушение осанки.

Большое внимание проведению физкультминуток уделяется в начальных классах, где на каждом уроке при появлении признаков утомления необходимо проводить данное мероприятие. Время начала физкультминутки определяется педагогом, ведущим урок. В течение урока в младших классах учителя проводят 2–3 паузы.

Требования при проведении физкультминуток следующие: упражнения не должны быть трудными для изучения; упражнения должны быть комбинированными; упражнения должны легко дозироваться, не вызывать утомления, не включать упражнения, требующие сильного напряжения на силовую выносливость; в основном используют общеразвивающие упражнения; при подборе упражнений учитывать эффект наложения; правильно чередовать упражнения для различных мышечных групп; после упражнений для рук, лучше использовать упражнения для ног, однообразные упражнения вызывают утомление местного характера; если даются два упражнения для одной и той же группы мышц, то второе упражнение или вторая часть сложного упражнения должна быть для мышц антагонистом; необходимо чередовать характер физических усилий; целесообразно менять упражнения в комплексах не все сразу, а постепенно заменяя одно – два изученных и усвоенных новыми, придерживаясь основной схемы в течение 2–4 месяцев; желательно использовать метод слитного проведения.

Подбор упражнений для физической паузы осуществляют исходя из типовых рекомендаций, продолжительность 5–10 минут, 7–9 упражнений, количество повторений 5–8 раз.

Физические упражнения и подвижные игры на удлиненных переменах проводятся в качестве активного отдыха с целью снижения утомления, возникшего в результате учебной деятельности и повышения умственной работоспособности. Они содействуют формированию положительного отношения к организованной коллективной деятельности, повышению объема умений и навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Этот вид активного отдыха проводится на большой перемене. Для успешного проведения физических упражнений и игр необходимо учитывать возрастные особенности детей и подростков. Так, для учащихся 1–2 классов используются групповые и простейшие командные подвижные игры, в 3–4

классах проводятся командные игры и эстафеты, эффективными являются сюжетные игры. Важно помнить, что младшие школьники охотнее принимают участие в играх с небольшим количеством участников. При большом количестве занимающихся интерес к упражнениям и играм у них быстро затухает.

Игры и физические упражнения на переменах следует проводить на открытом воздухе. Игры подбираются простые или ранее известные, средней и малой интенсивности. Рекомендуется использовать командные игры, подходящие к спортивным. Этот вид активного отдыха проводится под руководством учителей или воспитателей.

Утренняя гимнастика относится к самостоятельным занятиям физическими упражнениями. Утренняя гимнастика – одно из основных средств оздоровления и повышения работоспособности. Выполнение этой формы должно быть сознательным и реально осуществимо.

Утренняя гимнастика ценное средство для повышения работоспособности так, как после сна организм находится в пониженной работоспособности, осуществляется в результате усиления проприорецептивной импульсации с мышцами конечностей, другие органы одновременно нормализуется соотношение силы возбуждения и торможения.

Задачи утренней гимнастики: ликвидировать застойные явления; размять суставы и мышцы; активизировать деятельность сердечной и других систем. Утренняя гимнастика обеспечивает настройку организма на работу и создание условий дня быстрого вработывания, изменения деятельности органов кровообращения и дыхания.

Лечебная физкультура является неотъемлемой частью внеурочных форм физического воспитания. Организуется для школьников подготовительной медицинской группы или имеющих отклонения в состоянии здоровья.

Основная задача ЛФК – укрепление здоровья занимающихся, повышение их физической кондиции с целью перевода в основную группу. Занятия проводят, врач или учитель физкультуры, имеющий соответствующий сертификат. Занятия проводятся в спортивном зале, на свежем воздухе, главная задача – улучшение физического здоровья.

Так как дети большую часть времени проводят в одном и том же помещении, для них обязательной и важной формой активного отдыха являются прогулки, которые можно классифицировать по следующим видам.

Игровая прогулка включает содержание игр, место их проведения, дозировка определяется исходя из видов игры. Дети сами могут выбирать игры, назначать из своего коллектива руководителей, помощников, капитанов.

Прогулка с трудовыми заданиями включает выполнение различных хозяйственных работ: оборудование спортивных площадок, посадку деревьев и полив растений.

Спортивная прогулка включает простейшие соревнования школьников в беге, прыжках, метаниях.

Прогулка-экскурсия включает элементы познавательного характера: ознакомление с историческими памятниками, наблюдение за природой и др.

Прогулка перед сном улучшает самочувствие и способствует здоровому отдыху.

Основной задачей *спортивных кружков и секций* является приобщение учащихся к регулярным занятиям физическими упражнениями, внедрение физкультуры и спорта в повседневную жизнь, повышение уровня физической подготовленности.

Вышеописанные подходы к организации спортивно-оздоровительной работы отражаются в модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности нашей школы.

Данная модель легла в основу экспериментальной программы спортивно-оздоровительной работы в школе-интернате № 36 глухих детей.

Цель: максимально возможное развитие жизнеспособности неслышающего воспитанника, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, с помощью средств и методов физической культуры и спорта, поддержание у него высокого психофизического состояния и предоставление возможности каждому глухому ребенку реализовать свои творческие способности и достичь высоких спортивных результатов.

Задачи:

- *воспитательные:* воспитание потребности и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями; сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, укрепления здоровья; воспитание личностных качеств, содействие развитию психических процессов;

- *образовательные:* формирование и совершенствование двигательных умений и навыков; формирование необходимых знаний в области физической культуры и спорта.

- *коррекционные:* коррекция телосложения, осанки, опорно-двигательного аппарата; двигательных действий, физических и психомоторных качеств, психического состояния и поведения;

- *развивающие:* развитие и компенсация физических способностей, в первую очередь координационных;

- *ценностно-ориентировочные:* свобода выбора формы двигательной активности, мотивации и удовлетворение потребностей в общении, самореализация своей индивидуальности, физических, психических и интеллектуальных способностей, интересов.

Формы:

- *урочные формы занятий:* уроки физической культуры, спортивно-тренировочные занятия в секциях, спортивных школах; школах высшего спортивного мастерства;

- *внеурочные формы занятий:* малые формы – утренняя гимнастика, физкультминутка, вводная гимнастика, подвижные перемены; «крупные формы» – самостоятельное тренировочное занятие, бег трусцой, шейпинг, оздоровительная ходьба; соревновательные формы – соревнование, контрольные прикидки, отборочные соревнования.

Методы физического воспитания:

- *специфические:*

методы строго регламентированного упражнения (обучение двигательным действиям, воспитание физических качеств); игровой метод; соревновательный; метод сенсорных ощущений (тактильных, зрительных, слуховых, вестибулярных при выполнении физических упражнений); метод круговой тренировки;

- *общепедагогические:* словесного и звукового воздействия (беседа, объяснение, указание, оценивание и т. д.); звуковые (музыкальное сопровождение, звуковые сигналы); считывание с карточек, дактильная речь; метод показа (показ, сопровождающийся объяснением и мимикой, жестами, дактильной речью; демонстрацией видеофильмов).

Этапы педагогической работы:

- Отбор и работа в группе начальной подготовки (2–3 года, сдача контрольных нормативов на занятиях тренировочной направленности).

- Работа в учебно-тренировочной группе (3–4 года).

- Работа в группе спортивного совершенствования.

- Работа в группе высшего спортивного мастерства.

Результат – формирование у не слышащих учащихся комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных знаний и навыков на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств; повышение функциональных возможностей различных органов и систем направленных на формирование у глухих учащихся спортивного мастерства и достижения ими высоких спортивных результатов.

Результаты, достигнутые при реализации Модели.

С 2005 года команда не слышащих спортсменов стала активно участвовать в соревнованиях различного уровня: от краевых до Всероссийских. В период с 2007 – 2016 гг. воспитанниками нашего учебного заведения было завоёвано 264 медали различного достоинства. На протяжении 12 лет обучающиеся становятся чемпионами Краевой спартакиады детей с ограниченными возможностями здоровья.

Приятно отметить, что наши ребята постоянно принимают участие в городских и краевых соревнованиях со слышащими спортсменами и становятся победителями: 1 место в городских соревнованиях среди общеобразовательных учреждений по пулевой стрельбе; 2 место в первенстве СКДЮСШ по лёгкой атлетике, 3 место в краевом легкоатлетическом турнире «Надежда».

А в мае 2010 г. команда воспитанников школы-интерната № 36 завоевала I место в городской легкоатлетической эстафете среди общеобразовательных учреждений города Ставрополя, посвященной Дню Победы!

В 2013 году наше образовательное учреждение участвовало во Всероссийском конкурсе «100 лучших школ России», организованном Международной академией качества и маркетинга. По итогам конкурса мы стали лауреатами в номинации «Школа года – 2013 – лидер спортивных достижений».

Двоим воспитанникам школы присвоено звание «Мастер спорта России международного класса». Они входят в состав Сурдлимпийской сборной России: Зубова Марина – лёгкая атлетика (метание молота).

Кочкаров Дмитрий – прыжки с шестом. Он не закончил обучение в нашем учебном заведении, так как в 2008 году его включили в команду сборной города Москвы. Там же он и получил основное общее образование. В июле 2013 года в Болгарии Кочкаров Д. становится Сурдлимпийским чемпионом.

Шесть воспитанников имеют звание «Мастера спорта», трое из них входят в состав Сурдлимпийской сборной России. Пять человек стали кандидатами в мастера спорта, тридцать спортсменов выполнили норматив I взрослого разряда.

Лавриненко Юлия, ученица нашего учебного заведения на Кубке России по лёгкой атлетике по спорту глухих в 2014 г в г. Саранске установила рекорд России среди юниоров по прыжкам с шестом и получила звание «Мастера спорта России», вошла в состав Сурдлимпийской сборной России.

В период с 2012 по 2013 годы воспитанница школы-интерната №36 города Ставрополя была губернаторским стипендиатом в номинации «Лучший спортсмен года». В 2013 г. Юлия стала победительницей Всероссийского дистанционного конкурса компьютерного творчества среди детей-инвалидов «Твой шанс», выиграв поездку на Паралимпийские игры в город Сочи.

В 2015 г. Лавриненко Юлия становится лауреатом премии по поддержке талантливой молодёжи установленной Указом Президента Российской Федерации от 6 апреля 2006 г. № 325 «О мерах государственной поддержке талантливой молодёжи». Сейчас наша воспитанница готовится поступать в Ульяновское училище олимпийского резерва.

В жизни наших воспитанников огромное значение имеет профессиональный спорт, который способствует не только развитию психических, эмоциональных и волевых качеств, но и становится для них будущей профессией.

В мае 2016 г. состоялся Чемпионат Европы по гандболу, который проходил в Германии. Из 16 спортсменов сборной России шесть выпускников нашей школы - Филатов Владимир, Овчаренко Максим, Скафарь Владислав, Усиков Иван, Сторожев Роман, Панов Денис. Именно наша школа дала им дорогу в большой спорт. Команда России стала вице-чемпионом, уступив сборной Хорватии. Третье место заняла команда Германии.

Наши выпускники поступают и обучаются в средне специальные и высшие учебные заведения.

Зубова Марина (МСМК) обучается в училище олимпийского резерва в г. Краснодаре, продолжает тренироваться и выступать на Всероссийских соревнованиях в составе сборной Краснодарского края.

Некрасов Андрей (МС) учится в г. Санкт-Петербург, в колледже ФКПОУ «Межрегиональный центр реабилитации лиц с проблемами слуха» по специальности адаптивная физическая культура.

Кремер Данил (первоступенчик) обучается в «Донском педагогическом колледже» (г. Ростов) по специальности физическая культура.

Дмитриев Александр, выпускник нашего учреждения Мастер спорта по лёгкой атлетике поступил в Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма г. Москва, на факультет адаптивной физической культуры, в 2014 г. перевёлся в филиал Уральского университета. В этом году получает диплом специалиста по адаптивной физической культуре.

Все ребята за время учебы проходили педагогическую практику на базе нашего учреждения. Именно наше учебное заведение помогает в выборе профессии выпускникам с нарушениями слуха и социализации их в обществе.

Необходимо отметить и наши спортивные достижения. В период с 2007 по 2016 годы воспитанниками школы-интерната № 36 на Всероссийских соревнованиях было завоёвано 259 медалей различного достоинства.

В июле 2013 г. воспитанник школы-интерната № 36 г. Ставрополя Качкаров Дмитрий стал Сурдлимпийским Чемпионом по лёгкой атлетике (прыжки с шестом).

Норматив Мастера спорта Международного класса выполнила член сурдлимпийской сборной – Зубова Марина (метание молота). Мастера спорта: Дмитриев Александр, Некрасов Андрей (бег на 200 и 400 м), Чебушев Никита (прыжки с шестом), Лавриненко Юлия (прыжки с шестом), Ткачёва Ирина (метание молота). Кандидаты в мастера спорта: Парахин Кирилл (бег на 100м), Малышева Анастасия (бег на 200м), Пономаренко Виктория (толкание ядра); Лавриненко Юлия (бег на 200 м и 400м); Курбанов Саид (400м); 30 учащихся имеют нормативы I взрослого разряда.

В 2014 г. на Кубке России в г. Саранске Лавриненко Юлия установила рекорд России среди юниоров по прыжкам с шестом.

В 2016 г. на первенстве России в г. Чебоксары Курбанов Саид прошёл отбор на Первенство Европы в составе юношеской сборной России в Германию.

2.4. Оптимизационная модель внеурочной деятельности (из опыта работы Ткаченко А. Н., учителя физической культуры МБОУ СОШ № 2 с. Арзгир Арзгирского района)

Внеурочная деятельность в МБОУ СОШ № 2 осуществляется на основе оптимизационной модели организации внеурочной деятельности и объединяет все виды деятельности школьников (кроме учебной деятельности на уроке), в которых возможно и целесообразно решение задач воспитания и социализации детей.

Оптимизационная модель внеурочной деятельности – это модель на основе оптимизации всех внутренних ресурсов школы. Она предполагает, что в ее реализации принимают участие педагогические работники школы (учителя, педагог-организатор, социальный педагог, педагог-психолог, библиотекарь).

Координирующую роль выполняет на уровне класса классный руководитель, который в соответствии со своими функциями и задачами: взаимодействует с педагогическими работниками, а также учебно-

вспомогательным персоналом школы; организует в классе образовательный процесс, оптимальный для развития положительного потенциала личности обучающихся в рамках деятельности общешкольного коллектива; организует систему отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива класса, в том числе, через органы самоуправления; организует социально значимую, творческую деятельность обучающихся.

Преимущества оптимизационной модели состоят в минимизации финансовых расходов на внеурочную деятельность, создании единого образовательного и методического пространства в образовательном учреждении, содержательном и организационном единстве всех его структурных подразделений.

Модель внеурочной деятельности в школе обеспечивает учет индивидуальных особенностей и потребностей обучающихся через организацию внеурочной деятельности которая осуществляется по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, художественно-эстетическое), в том числе через такие формы, как экскурсии, кружки, секции, «круглые столы», конференции, диспуты, школьное научное общество, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики, на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательного процесса.

За счет часов на внеурочные занятия школа реализует программу социализации обучающихся, воспитательные программы. Содержание занятий, предусмотренных в рамках внеурочной деятельности, направлено на реализацию основной образовательной программы школы. Набор внеурочных модулей формируется с учетом пожеланий обучающихся и их родителей (законных представителей).

Школа формирует такую инфраструктуру полезной занятости обучающихся во второй половине дня, которая способствовала бы обеспечению удовлетворения запросов участников образовательного процесса, в том числе личных потребностей обучающихся.

В зависимости от своих интересов и потребностей каждый обучающийся формирует свой индивидуальный образовательный внеурочный вектор. Для ребенка создается особое образовательное пространство, позволяющее развивать собственные интересы, успешно проходить социализацию на новом жизненном этапе, осваивать культурные нормы и ценности.

На основании программы внеурочной деятельности разрабатывается и утверждается план внеурочной деятельности на учебный год.

Формы работы по внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности.

Организационно-педагогическим органом управления и координации деятельности в реализации системы внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности в МБОУ СОШ № 2 с. Арзгир является *школьный спортивно-оздоровительный клуб «Быстрее, выше, сильнее».*

Свою деятельность клуб проводит на следующих уровнях:

- ученическом – с охватом различными формами физкультурно-спортивной деятельности 100% учащихся школы.
- общешкольном – с привлечением к физкультурно-спортивной деятельности 100% преподавателей и сотрудников школы, а также родителей учащихся школы, что существенно повысит работу по физическому воспитанию с учащимися школы.
- социальном – работа по физическому воспитанию с привлечением социальных партнеров: администрации и жителей местного поселения, образовательных организаций, физкультурно-спортивных организаций.

Привлечение социальных партнеров позволяет существенно разнообразить и расширить формы работы по физическому воспитанию учащихся.



В данной системе внеурочной деятельности задействованы все ученические и учебно-воспитательные объединения школы: ученическое самоуправление, учебно-методические центры, школьные методические объединения, педагогический совет.

Школьные мероприятия носят массовый характер и рассчитаны на учащихся всех возрастных групп, что позволяет привлечь к участию в общешкольных мероприятиях 100% учащихся школы.

Физкультурно-спортивная и спортивно-оздоровительная работа в школе сопровождается системой организации занятий спортивных секций и внеурочной деятельности спортивной направленности.

Спортивные секции создаются для учащихся, желающих регулярно заниматься тем или иным видом спорта. При создании спортивной секции учитываются условия, позволяющие обеспечить их успешную работу – наличие спортивной базы, а также наличие квалифицированных педагогов, которые могут проводить занятия. Учащиеся зачисляются в школьный спортивный клуб и в спортивную секцию при наличии медицинской справки и заявления о вступлении в клуб.

В рамках школьного спортивного клуба работает довольно широкий спектр спортивных секций. Работа этих секций осуществляется на основе программ, составленных в соответствии с требованиями ФГОС ООО.

Все программы согласованы на методических объединениях, согласованы с заместителем директора по воспитательной работе и утверждены приказом директора школы: баскетбол (мальчики, девочки); волейбол (мальчики, девочки); футбол (мальчики, девочки); юные олимпийцы.

Юноши под руководством педагога-специалиста посещают тренажёрный зал. Так же в школе организованы спортивно-оздоровительные занятия для детей с ограниченными возможностями здоровья, которые проводятся в специально оборудованной комнате здоровья.

Наряду со спортивными секциями в рамках внеурочной деятельности в школе создана группа по общей физической подготовке (далее – ОФП).

Физкультурно-спортивная и спортивно-оздоровительная работа сопровождается системой школьных спортивных соревнований, спартакиад, первенств. Их любят учащиеся всех классов. Соревнования стимулируют детей к систематическим, регулярным занятиям спортом и являются эффективной формой пропаганды физической культуры и спорта среди школьников.

Внутришкольные соревнования проводятся по разным видам спорта на протяжении всего учебного года: легкая атлетика, пионербол, мини-футбол, настольный теннис, волейбол, баскетбол, футбол.

Соревнования способствуют укреплению здоровья учащихся, их физическому развитию и физической подготовленности.

В рамках военно-патриотической игры «Зарница», которая проводится в школе ежегодно, учащиеся проверяют свои силы и уровень своей подготовки по стрельбе, метанию гранаты, бегу и т. д.

В программе дней здоровья и спорта предусматриваются: подвижные спортивные игры; «Веселые старты»; «А, ну-ка парни!», «А, ну-ка, девушки!»;

«Папа, Мама, я – спортивная семья!»; «Кожаный мяч»; «День рекордов школы»; «День Земли»; «Малые Олимпийские игры»; в зимних условиях – катания на санках.

Основным показателем результативности дня здоровья является массовость. Поэтому, при их проведении большое внимание уделяется занятости школьников, активному участию учащихся в запланированных видах программы.

Учащиеся, временно освобожденные от занятий физической культурой, также находятся в составе класса на местах проведения спортивных мероприятий и организуют группу активных болельщиков, что в конечном итоге положительно сказывается и находит достойное применение полученных знаний и навыков в дальнейшей жизнедеятельности учащихся.

По итогам любых спортивных соревнований команды и лучшие игроки награждаются грамотами, результаты соревнований отражаются на информационных стендах школьного спортивного клуба.

Сегодня уже можно смело говорить о том, что создание стенда «Лучшие спортсмены школы» является хорошим стимулом для учащихся любого возраста. Юные спортсмены стремятся оставить свой след в истории спортивной жизни школы, а размещение их фотографий в числе лучших – есть признание их спортивных заслуг.

Формы работы по внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности представлены не только мероприятиями соревновательной и спортивной направленности, но и творческими конкурсами, исследовательской деятельностью, викторинами, тематическими декадами и неделями, фотовыставками, работой школьного музея и школьного сайта. Это позволяет привлечь и реализовать себя в физкультурно-спортивной деятельности не только учащихся с хорошими спортивными данными, а всех учащихся школы. А это свою очередь повышает мотивацию учащихся к активному и здоровому образу жизни.

В спортивном клубе двери спортивного зала открыты учащимся школы не только в учебное время, но и ежедневно во время каникул.

В это время активную позицию занимают и классные руководители, которые организуют для ребят «Весёлые старты», Олимпийские соревнования, турниры по классам. В начальном звене пользуется популярностью конкурсная программа по типу «Папа, мама, я – спортивная семья».

Учителя школы не остаются в стороне, и спортивные соревнования «ученики – учителя» создают особый интерес к спорту и разжигают в ребятах желание держать всегда себя в форме, а пример учителя яркая тому поддержка.

День рекордов школы – одно из традиционных каникулярных мероприятий. А желание ребят «побить» спортивные рекорды, поставленные когда-то в школе, собирают в спортивном зале огромное количество ребят.

День рекордов мы делаем большим и ярким праздником, во время которого болельщики участвуют в викторине по знанию поставленных когда-то в школе рекордов, а представители каждого класса стараются эти рекорды «достичь», а иногда и поставить новые.

Система спортивных мероприятий с родителями и жителями села и района также направлена повысить мотивацию учащихся к активным занятиям спортом, а жителей села к здоровому образу жизни, что также позволит привлечь администрацию села к решению вопросов развития физической культуры и спорта и впоследствии скажется на образе жизни в районе.

Таким образом, при организации физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной работы с учащимися, школьный спортивный клуб берёт за основу проверенные временем и практикой формы работы, но в то же время, пробует новые подходы, ищет новые способы вовлечения учащихся в спортивную школьную жизнь.

2.5. Спортивно-оздоровительная деятельность школы как основа пропаганды здорового образа жизни

(из опыта работы Сотниковой О. А., учителя физической культуры МКОУ СОШ № 1 с. Грачевка Грачевского муниципального района)

Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Целесообразность и актуальность модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности заключается в том, что её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

Обучающиеся стали пассивны, сложилась тенденция к малоподвижным увлечениям из-за развития Интернета, введения информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в школьное образование.

Число детей с компьютерной зависимостью растет с геометрической прогрессией, они не мыслят своей жизни без современных гаджетов. Заветная мечта практически любого школьника – новейшая модель смартфона или планшета. А подрастающее поколение 21 века должно знать, что, в частности, последствия таких увлечений являются увеличение жировой массы тела и уменьшением мышечной.

Сегодня многое зависит от самого учителя, от его педагогического мастерства, от его желания и заинтересованности в результатах работы. «Если ты не воспитаешь себя, ты плохой учитель, но, если ты воспитаешь только себя, ты вообще не учитель», - гласит одна из профессиональных заповедей учителя.

Регулярная работа по сохранению и укреплению здоровья, пропаганда здорового образа жизни, активная спортивная жизнь школы способствует укреплению физической подготовленности обучающихся нашей школы, о чём свидетельствуют позитивные показатели здоровья и качества обученности обучающихся.

В МКОУ СОШ № 1 с. Грачевка обучается 650 чел, более 68% занимаются в спортивных секциях или детских объединениях спортивного направления.

Проделанная работа показывает, что учащиеся обладают определенным жизненным опытом, стараются воспитывать у себя волевые качества (62%), проявляют интерес к традициям школы (56%), у них формируется чувство гражданской ответственности.

Старшие школьники (32%) ищут для себя идеал, который характеризуется принципиальностью, смелостью и отвагой, готовностью отстаивать свои убеждения.

В своей модели я особым образом выделила тренажерную зону и внедрила занятия в тренажерной площадке со 2 по 6 класс, для коррекции жировой и мышечной массы. Это обеспечило у обучающихся повышение мотивации к урокам и занятиям физическими упражнениями.

Для оценки эффективности использования тренажеров в младших и средних классах мы провели опрос в школе № 1 с. Грачевка.

Результаты опроса показали, что только 15% не считают занятия на тренажерах полезными и необходимыми, остальные 85% указали, что занятия на тренажерной площадке более эффективны для развития физических качеств, укрепления здоровья, повышения эмоционального состояния учащихся.

Спортивно-оздоровительная работа Грачевской средней общеобразовательной школы направлена на пропаганду здорового образа жизни и внедрение физической культуры в жизнь каждого ученика.

Занятость учащихся МКОУ СОШ № 1 с. Грачевка в спортивных секциях и детских объединениях спортивного направления до 80% – главная цель учителей физической культуры школы. Много лет на базе школы работают секции ДЮСШ по футболу, баскетболу, волейболу.

Приветствуется сотрудничество детей различного возраста, когда старшие и опытные ученики помогают младшим. Ежегодно учащиеся занимающиеся в спортивных секциях принимают активное участие в районных и зональных соревнованиях. Поэтому наблюдается увеличение количества учащихся, принимающих участие, и количества занимаемых призовых мест. Это свидетельствует об увеличении процента учащихся в школе испытывающих интерес к спорту, здоровому образу жизни. Он достигает успехов, прежде всего за счет тонкой и точной индивидуализации педагогических воздействий, моделирования пути каждого ученика в освоении материала занятий.

Наряду со спортивными секциями в школе созданы группы по ОФП, задача которых – повышение общей физической подготовленности учащихся путем использования в занятиях с ними различных средств физической культуры и спорта, составляющих основу учебной программы по физической культуре.

К занятиям в таких группах привлекаются учащиеся, которые несколько отстают в своем физическом развитии или нуждаются в дополнительных занятиях как недостаточно подготовленные к выполнению требований учебной программы.

С 01 сентября 2016 года в нашей школе открыт школьный спортивный клуб «Вертикаль», который является структурным подразделением

образовательного учреждения, реализующим внеурочную физкультурно-оздоровительную деятельность в области «Физическая культура».

Школьный спортивный клуб «Вертикаль» СОШ 1 с. Грачевка в своей работе объединяет три направления: физкультурно-спортивное (спортивные секции), спортивно-оздоровительное (Группы ОФП), информационно-пропагандистское (отряд волонтеров-пропагандистов ЗОЖ, наркопост, детские общественные организации).

Созданы все условия для объединения усилий всех участников образовательного процесса в укреплении здоровья детей и подростков, повышении физической активности, престижа занятий спортом и активного образа жизни, развитии социально-ориентированных молодежных инициатив, организации творческого досуга и занятости школьников, включая и тех, кто не занимается спортом.

Внеклассная спортивно-массовая работа в школе сопровождается системой школьных спортивных соревнований – Спартакиад. Их любят учащиеся, они стимулируют их к систематическим, регулярным занятиям спорта. Традиционно в школе проводятся спортивные соревнования по баскетболу, волейболу, пионерболу, футболу минифутболу, настольному теннису, легкой атлетики.

Сформированы команды по видам спорта и обеспечено их участие в соревнованиях разного уровня (школьных, муниципальных, региональных). Спортивные команды школы также участвуют в муниципальных, краевых соревнованиях.

Модель внеурочной деятельности состоит из направлений, каждой из которых предполагает организацию определенного вида внеурочной деятельности и направлено на решение своих задач. Работа организована по двум направлениям: физкультурно-спортивное и спортивно-оздоровительное.

Задачи спортивно-оздоровительного направления направлены на укрепление и сохранение физического, психологического здоровья школьников; формирование у обучающихся культуры сохранения своего здоровья; отказ от вредных привычек средствами физической культуры и занятием спортом.

Форма работы в этом направлении: провожу беседы о здоровом образе жизни, тематические минутки, разработка проектов, Акции «Навстречу здоровью», «Я готов к ГТО», встречи с сотрудниками МВД, МЧС, медицинскими работниками, профилактика употребления алкоголя, консультации, работа с библиотекой, конкурсы рисунков, спартакиады, секции, спортивные праздники, дни туризма, день ходьбы, проекты «Тренажер» и «Друг Олимпиады».

Чтобы реализовать это направление используются такие ресурсы школы, как спортивный зал, многофункциональная спортивная площадка, тренажерная зона, стадион, компьютерный класс. Так же проводится работа с родителями, школами района, спортивными школами, отделом образования, СКИРО ПК и ПРО, интернет ресурсами, ФОК.

Для проведения спортивных мероприятий в нашей школе имеется все необходимое: спортивный зал, спортивный инвентарь, футбольная, волейбольная и баскетбольная площадки, тренажерная зона все это позволяет проводить интересные спортивные праздники, открытые мероприятия.

С 2015 года начали внедрять Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее – комплекс ГТО). Обучающиеся принимали активное участие в сдаче норм комплекса ГТО.

Результат: 13 золотых, 7 серебряных и 4 бронзовых знаков в пятой и четвертой ступени. Так же обучающиеся готовили доклады и презентации о положительном влиянии комплекса ГТО на организм ребенка.

Данная работа требует большого внимания учителей физической культуры и педагогического коллектива. Необходимо заинтересовать обучающихся на участие в физкультурно-спортивных и других мероприятиях. Эта работа не должна быть бесконтрольной, её следует направлять для того чтобы она стала плодотворной.

Работа по физкультурно-спортивному направлению способствует сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Учебно-воспитательный процесс организуется таким образом, чтобы он не навредил здоровью; используются методики, соответствующие возрасту и возможностям ученика; правильно организуется двигательный режим и физкультурно-оздоровительная работа; у детей формируются ценности здоровья и здорового образа жизни.

Все занятия с ранней весны и до поздней осени проводятся на свежем воздухе, на спортивной площадке или на близлежащем стадионе. Все внеурочные занятия проводятся с высокой моторной плотностью; наличие спортивного инвентаря позволяет выполнять беговые, прыжковые, силовые и игровые упражнения одновременно всем обучающимся.

В ходе каждого занятия решаются оздоровительные задачи, используя разнообразные упражнения с различной дозировкой, в том числе по профилактике плоскостопия; специальные игры для формирования правильной осанки; для отдельных мышечных групп, а также упражнения, способствующие развитию женственности.

Для оценки физической подготовленности мною разработаны разноуровневые тесты измерения выносливости, силы и скоростных способностей.

Удалось научить обучающихся использовать физические упражнения для досуга и отдыха. Спортивные мероприятия проводятся с привлечением детей, состоящих на всех видах учета, родителями и молодежью населенного пункта.

Консультационная и мотивационная деятельность в области формирования у обучающихся основ здорового образа жизни, интереса к занятиям физической культурой проводится совместно со всеми службами школы: социальным педагогом, психологом, медработниками, родителями, администрацией школы и села.

Одной из задач физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности школы является организация досуга учащихся, поэтому особое

внимание администрация школы, учителя физической культуры, педагоги и родители уделяют профилактике правонарушений, работе с детьми из неблагополучных семей.

Вовлечение учащихся в кружки и секции, профилактическая работа с подростками и семьями, беседы о вреде алкоголизма, табакокурения, наркомании являются эффективными формами воспитательной работы, приносящую положительную динамику по состоянию здоровья учащихся.

Имеют возможность реализовать себя и учащиеся имеющие медицинские противопоказания для участия в спортивных мероприятиях. Они задействованы в роли фоторепортеров. В последующем ребята представляют продукт своей деятельности: буклеты, видеопрезентации.

В ходе проведения акции «Спорт-альтернатива вредным привычкам» проводится наряду с соревнованиями и конкурс творческих работ. В 2015 году ученик 2 класса стал призером муниципального конкурса в номинации «Буклет», ученик 10 класса в номинации «Видеоролик».

В формировании всесторонне развитой личности ребенка в воспитательном процессе важное место принадлежит организации и проведению спортивных праздников. Данные мероприятия направлены на формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни, воспитание положительных нравственных качеств, семейных ценностей.

Традиционными стали спортивные праздники «Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты» и многие другие мероприятия.

Каждую четверть в нашей школе проводятся Дни Здоровья, которые несут в себе большой заряд положительной энергии, направленной на пропаганду здорового образа жизни среди подростков, значительно увеличивают двигательную активность ребенка.

Продуманной и разнообразной является и внеклассная спортивная работа с учетом медицинской группы здоровья, дети посещают дополнительные внеурочные занятия.

Анализируя итоги реализации нашей модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности, можно сделать следующие выводы:

- 65% учащихся школы занимаются в спортивных секциях.
- 95% обучающихся участвуют в физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях.
- Больше обучающихся участвует в школьных, городских соревнованиях, регистрируется на сдачу норм Комплекса «ГТО».
- Обучающиеся школы являются победителями и призерами в Спартакиаде школьников.
- Родители удовлетворены проводимыми мероприятиями, сами принимают участие и оказывают помощь в организации и проведении.
- В 2016 г. 82% учащихся 5-10 классов имеют первую группу здоровья, что на 5% больше, чем в 2014–2015 учебном году;

- За последние 3 года в период эпидемии гриппа и ОРВИ число заболевших ребят не превышало 45,7%.
- По данным социологического опроса и мониторинга по выявлению отношения к вредным привычкам, возросло негативное отношение к курению и курящих ребят в школе не оказалось.
- Всероссийские этапы олимпиады в которых участвуют мои обучающиеся:
 - вовлечено 542 (79,7%) обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, которые проводятся во внеурочное время на базе МКОУ СОШ 1 с. Грачевка в Школьном спортивном клубе «Вертикаль».
 - 3 место в районных спортивно-оздоровительных соревнованиях «Президентские состязания» среди сельских класс-команд общеобразовательных школ Грачевского района (2016 г.).
 - 1 место в районном Весеннем фестивале ГТО (2016 г.).
 - 6 место в личном зачете по ориентированию (краевой туристический слет педагогов, 2016 г.).
 - 1 место в районной олимпиаде по физической культуре (2015 г.).
 - 13 золотых, 7 серебряных и 4 бронзовых знаков в пятой и четвертой ступени при выполнении норм комплекса ГТО (2016 г.).

Таким образом, реализация вышеописанной модели способствует развитию ценностного отношения к своему здоровью, формированию у учащихся здорового образа жизни и предполагает: потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях; умение использовать полученные знания для успешного выступления на краевых, всероссийских соревнованиях; спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях; стремление обучающегося вовлечь в занятия спортом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т. д.).

Также педагоги нашей школы отмечают, что все занятия физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности способствуют развитию личности ученика его способностей, формированию таких черт характера как трудолюбие, взаимопомощь, уважение к старшим.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».
3. Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

ВОЕННО-СПОРТИВНАЯ ИГРА НА МЕСТНОСТИ

Военно-спортивных игр на местности множество и на развитие детей они оказывают разнообразное действие. В одних играх воспитываются выносливость, точность и аккуратность, в других - вырабатываются глазомер, умение ориентироваться на незнакомой местности, наблюдательность, умение маскироваться и т. д.

Важный момент при выборе, разработке и организации игры – необходимость учета возрастных особенностей, физической подготовленности, опыта участия ребят в играх на местности.

В процессе подготовки к игре, ее проведения, подведения итогов надо найти время и место для военно-патриотического воспитания.

Любая игра на местности требует предварительной подготовки: это выбор местности, подготовка руководителя игры и посредников, коллектива участвующих в игре, инвентаря.

Выбор местности – успех игры. Чтобы быстро и удачно выбрать место проведения игры, желательно составить карту местности, окружающей лагерь. На карте должны быть отражены военно-топографическая характеристика отдельных участков и их площадь.

Игру интереснее проводить на незнакомой или малознакомой местности. Можно проводить игры и на хорошо знакомой местной и, только в этих случаях следует дополнительно оборудовать на ней искусственные препятствия соорудить и замаскировать новые огневые точки «противника», изменить исходные пункты для начала игры, направление, действий.

Для проведения игры выбирают части местности, покрытые кустарником, лесом с неровным рельефом, рвами, канавами, небольшими речками ручьями. На такой местности хорошо организовывать игры, связанные с разведкой, наблюдением, маскировкой, ориентированием.

При выборе района игры руководитель особое внимание обращает на то, чтобы не было опасных мест в виде оползней, глубоких ям, сильно заболоченных участков и т. п.

Руководитель должен тщательно разработать план игры. В плане следует предусмотреть: способ доведения содержания и правил игры до участников, состав посредников: расстановку ребят в начале игры: форму, отличительные знаки для отрядов, потребность в инвентаре, игровом имуществе, меры для обеспечения ими ребят, способы использования имитационных средств, расчет времени игры, форму разбора игры, порядок подведения ее итогов. Руководить игрой на местности помогают посредники. До сведения посредников в полном объеме доводят цель игры, ее содержание и правила. Задача посредника заключается в том, чтобы строго следить за выполнением правил игры, вести точный подсчет очков, ошибок, сделанных играющими, решительно пресекать малейшую недисциплинированность, непослушание, решать споры, возникшие во время игры, быть постоянным консультантом командира отряда. Посредник

обязан всегда выступать в роли объективного судьи. Все играющие должны знать, кто назначен посредником и каковы его обязанности.

Главным звеном подготовки игры является разработка плана-конспекта на все этапы игры, особенно, если игра сложная. К конспекту прилагают схемы, топографические планы местности.

Кроме вышеуказанного необходимо провести в игровой форме соответствующую подготовку в отрядах.

Подготовка в отрядах к игре на местности

Стрелки (стрельба из пневматической винтовки) вторник, четверг каждой недели. Тир МКОУ СОШ № 9 им. Н.К. Калашникова в 16-00 ответственный учитель Хищенко Ю.В.

Санитары (медкабинет) среда в 16-00 ответственный медицинская сестра школы Соловьева Л.В.

Топографы (кабинет ОБЖ) пятница в 16-00 ответственные учитель физической культуры Хищенко Ю.В., учитель географии Н.Б. Карташова.

Связисты, разведчики (спортивный зал) понедельник в 16-00 ответственный учитель физической культуры. Хищенко Ю.В.

Штаб игры:

Начальник военной игры: директор школы Н.Г. Шаповалова.

Командир команды «белых»: учитель ОБЖ Е.Н. Козлов.

Командир команды «красных»: учитель физкультуры Ю.В. Хищенко.

Судья по стрельбе: учитель ОБЖ Е.Н. Козлов.

Связисты, разведчики: учитель физкультуры Ю.В. Хищенко.

Санитары: медсестра школы Л.В. Соловьева.

Конкурсная программа (повара, на привале, конкурс газет): учитель технологии М.В. Халюткина.

План проведения игры на местности

Тема: Построение и марш-бросок в район игры. Прорыв обороны; «противника», взятие высоты и флага с преодолением рубежей.

Цели:

1. Способствовать закреплению знаний, навыков и умений ребят в игре на местности. Тренировать играющих в совершении марша и в действиях при наступлении в составе взвода, роты.

2. Воспитывать патриотизм, дисциплинированность, выносливость, инициативу, любовь к Российской Армии.

Состав участников игры: два взвода юнармейцев (красные) и (белые) с 5 по 11 класс.

Место проведения: лесной массив села Высоцкого (рельеф местности).

Материальное обеспечение: макеты оружия, сигнальные флажки; петарды, сигнальные патроны, мишени, пневматические винтовки, канат и др.

Игра проводится в два этапа. Взвода выполняют аналогичные задачи, На всех этапах игры команды, распоряжения отдают сами юнармейцы, только при необходимости в качестве консультантов может вступать руководитель (он же является командиром роты).

Ход игры

1-й этап. Построение взводов. Команде «красных» ставится задача: найти в лесу боевое знамя и постараться его удержать от атаки «белых». При этом участники должны срывать повязки в соперников. В это время в лесу действует диверсионная группа, которая совершает диверсии на территории лагеря. Команды «белых» и «красных» должны обнаружить их лагерь и попытаться отобрать повязки.

2-й этап. Стрельба из пневматической винтовки.

3-й этап. Связисты (расшифровка текста азбука Морзе).

4-й этап. Разведка (поиск капсул с зашифрованным текстом).

5-й этап. Конкурсная программа (эстафеты, игры, конкурс поваров, художественная самодеятельность).



Команда красных. Защита знамени



Команда белых. Захват знамени





2-й этап. Стрельба из пневматической винтовки



3-й этап. Связисты (расшифровка текста азбука Морзе)



4-й этап. Разведка (поиск капсул с зашифрованным текстом)



*5-й этап. Конкурсная программа
(эстафеты, игры, конкурс поваров, на привале)*



Разборка (сборка АК-74)



«Война, войной, а обед по расписанию»



*Участники краевой игры зарница исполняют песню:
«Зарница – это игра, для кого-нибудь, но не для нас!
Подведение итогов игры и награждение победителей.*

Содержание

Введение	3
Глава 1. Планирование и организация внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.....	4
Глава 2. Лучшие практики общеобразовательных организаций Ставропольского края по организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.....	7
2.1. Организация внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности по программе «Юные туристы-краеведы» (из опыта работы Ю. В. Хищенко, учителя физической культуры МКОУ СОШ № 9 им. Ю.С. Калашникова с. Высоцкое Петровского района).....	8
2.2. Система физического развития детей во внеурочной деятельности и системе дополнительного образования (из опыта работы Петренко В. И., учителя физической культуры МКОУ СОШ № 5 с. Привольного, Красногвардейского района).....	20
2.3. Модель физкультурно-оздоровительной деятельности развития детей с нарушениями слуха (из опыта работы государственного казённого общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №36 города Ставрополя».....	41
2.4. Оптимизационная модель внеурочной деятельности (из опыта работы Ткаченко А. Н., учителя физической культуры МБОУ СОШ № 2 с. Арзгир Арзгирского района)	48
2.5. Спортивно-оздоровительная деятельность школы как основа пропаганды здорового образа жизни (из опыта работы Сотниковой О. А., учителя физической культуры МКОУ СОШ № 1 с. Грачевка Грачевского муниципального района)	53
Список литературы	59
Приложение	60

Учебное издание

**Составители:
Л. Ф. Кихтенко,
А. И. Селезнев,
С. И. Сергеев**

**ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ
ОРГАНИЗАЦИИ ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ**

Учебно-методическое пособие

Электронное издание.
Подписано в выпуск 22.11.18. Формат 60x84/16.
Гарнитура «Times New Roman Cyr».
Усл. печ. 3,84 л. Уч.-изд. 5,43 л. Заказ № 64.

ГБУ ДПО «СКИРО ПК и ПРО»
355000 г. Ставрополь, ул. Голенева, 37.