

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

**КАФЕДРА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ**

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



г. Ставрополь, 2020

ББК 74.200.55

УДК 371.72

С 232

Составитель

А.И.Селезнев, профессор кафедры физической культуры и здоровьесбережения СКИРО ПК и ПРО

С 232 Сборник «Лучшие практики организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности» / Сост.: Селезнев А.И. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2020. – 32 с.

ББК 74.200.55

УДК 37.037.1

Сборник «Лучшие практики образовательных организаций Ставропольского края по организации внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности» (далее - сборник) составлен на основе материалов В.М. Уракбаева и С.Н. Уракбаевой, Е.Д. Храмычко, Т.А. Андропова, Л.Н. Шабельниковой, С.Н. Черкасской, Е.Г. Братковиченко, О.А. Аксюковой, О.Г. Кучеренко, Л.И. Ковалевской, представленных педагогами Ставропольского края на краевой конкурс «Лучшая модель внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности».

Сборник составлен с целью распространения эффективных практик педагогических работников Ставропольского края по организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.

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

Введение

Сборник «Лучшие практики образовательных организаций Ставропольского края по организации внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности» (далее - сборник) составлен на основе материалов, представленных педагогами Ставропольского края на краевой конкурс «Лучшая модель внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности», который кафедра физической культуры и здоровьесбережения СКИРО ПК и ПРО проводит с 2016 года.

Актуальность издания обусловлена необходимостью информационного и научно-методического сопровождения деятельности образовательных организаций в области внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.

Цель публикации – распространение эффективных практик педагогических работников Ставропольского края по организации внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности.

Внеурочная деятельность физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности является важнейшей составляющей частью всего учебного воспитательного процесса школы и одной из самых массовых форм организации свободного времени учащихся.

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации Федеральных государственных образовательных стандартов общего образования (далее – ФГОС ОО) понимают образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной и направленных на достижение личностных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы.

Целью внеурочной деятельности является создание условий для проявления и развития обучающимся своих интересов на основе свободного выбора, постижения духовно-нравственных ценностей и культурных традиций [1].

На уровне начального общего образования, внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное) в таких формах, как экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, диспуты, школьные научные общества, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования, общественно полезные практики и т. д.

При организации внеурочной деятельности обучающихся образовательными организациями используются возможности дополнительного образования детей, организаций культуры и спорта. В период каникул для продолжения внеурочной деятельности могут использоваться возможности организаций отдыха детей и их оздоровления, тематических лагерных смен, летних школ, создаваемых на базе

общеобразовательных организаций и образовательных организаций дополнительного образования детей.

Для развития потенциала обучающихся, прежде всего одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья, могут разрабатываться с участием самих обучающихся и их родителей (законных представителей) индивидуальные учебные планы. Реализация индивидуальных учебных планов сопровождается поддержкой тьютора образовательной организации.

На уровне основного общего образования внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (духовно-нравственного, 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.

На уровне основного среднего образования внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (духовно-нравственное, спортивно-оздоровительное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное) в таких формах, как 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 в других формах, отличных от урочной, на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательного процесса.

Формы организации образовательного процесса, чередование урочной и внеурочной деятельности в рамках реализации основной образовательной программы определяет образовательная организация.

В соответствии с требованиями ФГОС ОО внеурочная деятельность включается в основную образовательную программу образовательной организации. Время, отводимое на внеурочную деятельность, определяется образовательной организацией самостоятельно, исходя из необходимости достижения планируемых результатов основной образовательной программы, на основании запросов обучающихся и родителей (законных представителей), а также имеющихся кадровых, материально-технических и других условий.

В сборнике представлены материалы, отражающие опыт работы в данном направлении лучших общеобразовательных организаций Ставропольского края.

1. ОПЫТ РАБОТЫ В.М. УРАКБАЕВА И С.Н. УРАКБАЕВОЙ, УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МОУ СОШ № 7 ПОС. ГОРЬКОВСКОГО НОВОАЛЕКСАНДРОВСКОГО РАЙОНА

Физическое развитие подрастающего поколения в современном обществе требует поиска новых форм и методов с привлечением к воспитанию родителей. И в этом деле широкая, глубоко продуманная пропаганда физической культуры должна занять приоритетное место в организации работы с населением по месту жительства, привлечение к этому детей, родителей, учителей школы.

С этого мы и начинали работу по созданию спортивно-оздоровительного клуба «Дружба», целью которой стало привлечение детей и взрослых к систематическим занятиям физической культурой и спортом, пропаганда здорового образа жизни с использованием инновационных форм и методов, а также оптимального использования материально-технической базы для развития спорта, сделав школу спортивным центром поселка.

На начальном этапе на основе конкурсного отбора, в котором приняли участие дети, родители, учителя был разработан устав клуба. Утвержден герб, флаг, гимн клуба, которые олицетворяют основные принципы спортивного движения горьковских спортсменов и прививают патриотизм и любовь сельских спортсменов к своей родине, основываясь на быте, традициях казачества и русского народа.

Важным звеном в популяризации спорта и физической культуры стало распространение информационного материала не только с помощью наглядных пособий, но и с использованием средств массовой информации, публикации в периодической печати и в сети интернет о достижениях клуба и перспективах развития. Администрация муниципального образования поселка курирует спортивно-массовые мероприятия клуба, уделяет большое внимание строительству спортивных объектов.

Только за последний год в поселке построен теннисный корт с современным покрытием, стадион для пляжного футбола и волейбола, введен спортивный комплекс. Посещение и просмотр спортивных состязаний, встречи с ветеранами, знаменитыми спортсменами района, края, России стало доброй традицией и играет важную роль в духовном и нравственном воспитании подрастающего поколения.

Проведение на базе клуба семинаров, открытых спортивно-массовых мероприятий, спортивных праздников, дней здоровья, направлены на популяризацию спорта среди молодежи в сельской местности, позволяет распространять опыт клуба на районном и краевом уровне, оказывать помощь молодым специалистам.

Второй этап заключается в практическом воплощении учебной и внеклассной работы, где ядром являются спортивные соревнования. В клубе работает двенадцать спортивных секций и кружков, что позволяет каждому выбрать вид спорта по своим интересам и физическим возможностям. В программе спартакиады клуба проводятся соревнования по двадцати трем

видам спорта, которые охватывают максимальное количество учащихся школы с привлечением взрослых и родителей. Наиболее популярным среди детей и жителей поселка является футбол, воспитанники клуба школы выступают за профессиональные клубы.

Значительным шагом в развитии спорта на селе стало открытие отделения легкой атлетики при ДЮСШ в школе, которое стало фундаментом физического развития подрастающего поколения, самые одаренные дети направляются на обучение в училище олимпийского резерва г. Ставрополя.

Наглядным подтверждением эффективности работы клуба служат высокие результаты по физической подготовке детей, что подтверждается достижениями по программе президентских состязаний, спартакиаде допризывной молодежи.

Богатое наследие быта и традиций Терского казачьего войска, физические упражнения и игры, казачьи спортивно-патриотические праздники стали неотъемлемой частью жизни нашей школы, где чтут быт и традиции казачества, которые основали первые поселения на берегах рек Терека и Кубани, и из поколений веков прославляют нашу землю в ратных боях и труде, завоевывая славу не только на полях брани, но и на хлебной ниве и животноводстве.

Использование казачьих игр и забав в учебном процессе и внеурочных занятиях помогают развивать такие физические качества как быстрота, сила, ловкость, координацию движений, выносливость, и в то же время воспитывать коллективизм, взаимовыручку, смелость, выявлению индивидуальности детей в том числе и лидерские качества.

Важным аспектом воспитательного процесса является привитие молодому поколению чувства патриотизма, знание истории родного края с использованием рассказов о казачестве Новоалександровского района и Ставрополья, как образовывались первые казачьи поселения, чем прославились казаки в военное и мирное время, знание о выдающихся казаках нашего региона, об истории Терского казачьего войска, а также что представляют собой терские, кубанские, хоперские казаки.

Очень популярна стала среди детей военно-спортивная игра «Код-312» посвященная 312 стрелковой дивизии, освобождавшей Новоалександровский район от немецко-фашистских захватчиков где наряду с хорошими физическими знаниями от ребят, требуется умения владения стрелковым оружием, знания о химзащите и оказание медицинской помощи, преодоление препятствий и переправ, военно-прикладные знания и умения.

Разработанные авторские программы, рецензированные СИКРО ПК и ПРО, направлены не только на то чтобы подрастающее поколение, могло реализовать физический потенциал, но и на духовное воспитание.

Программа летнего отдыха детей построена на основе программы дополнительного образования по подготовке легкоатлетов посредством казачьих игр» высоко оценена специалистами на всероссийском уровне. Опыт по возрождению физического и духовного воспитания Терского

казачьего войска мы широко распространяем на муниципальном, региональном, всероссийском уровне, работой в летнем загородном центре «Дружба», открытых уроках, семинарах форумах, различных педагогических конкурсах и фестивалях, публикациях в периодических изданиях и интернет ресурсах.

Знания и умения полученные детьми в казачьих играх и упражнениях помогают детям быстрее адаптироваться в дальнейшем к школьной программе в более старшем звене и легко освоить материал спортивных игр а также применить учебно-тренировочном процессе занятий в спортивных секциях, кружках и даже отделениях ДЮСШ при подготовке легкоатлетов, футболистов, баскетболистов, помогает успешно сдавать нормативы Всероссийского комплекса ГТО, показывать высокие результаты на муниципальном и региональном этапах Спартакиады допризывной молодёжи, Президентских состязаниях и играх, фестивалях ГТО.

В популяризации спорта, физической культуры, здорового образа жизни и непосредственно в проведении физкультурно-спортивных соревнований и праздников на протяжении многих лет оказывает помощь коллектив «Знамя труда» во главе с главным редактором Стасом Олеговичем Диденко и корреспондентом Сергеем Николаевичем Копаневым от чего спортивная жизнь детей становится праздничной, яркой и познавательной в сфере истории родного края.

Спорт и здоровый образ жизни становится неотъемлемой частью жизни детей и населения муниципального образования. Приобщение детей к здоровому образу жизни требует новых форм воспитания в современном обществе, поиска новых путей решения задач не только в учебное, но и в каникулярное время, особенно в летнее время.

Одни из таких направлений в п. Горьковском стало сотрудничество с одним из ведущих клубов мира, каким является профессиональный клуб по пляжному футболу «Локомотив» г. Москва. Встречи с ведущими спортсменами, мастер-классы, тренировки, соревнования стали неотъемлемой жизнью сельских ребят.

Это позволяет обеспечивать ребят спортивной формой и инвентарем, в перспективе учебно-тренировочные сборы на базе клуба в г. Анапе для выявления перспективных футболистов для дальнейшего обучения в Академии клуба. Доброй традицией стало проведение футбольных турниров и праздников в посёлке при непосредственном участии в организации и проведении Анатолий Иванович Жданов -депутат думы Ставропольского края, Виталий Анатольевич Погодин –президент ПФК «Локомотив» г. Москва, Игорь Анатольевич Погодин –председатель правления ПФК «Локомотив» г. Москва.

Анализируя опыт работы, можно сделать вывод, что на базе ШСК Дружба МОУ СОШ № 7 посёлка Горьковской посредством разнообразных форм внеурочной деятельности по физическому воспитанию в сочетании с русскими и казачьими играми, способствует возрождению национальных

традиций, образуют систему по развитию физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, направленной не только на сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения, но и на выявление наиболее талантливых детей, положительно влияя на их духовное и патриотическое воспитание.

2. ОПЫТ РАБОТЫ Е.Д. ХРАМЫЧКО, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МБОУ СОШ № 2 С. ДИВНОЕ АПАНАСЕНКОВСКОГО РАЙОНА

Организационно-педагогическим органом управления и координации деятельности в реализации системы внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно-оздоровительной направленности в МБОУ СОШ № 2 с. Дивное является школьный спортивно-оздоровительный клуб «Чемпион» (далее – ШСК).

Свою деятельность ШСК проводит на следующих уровнях:

1. Ученический - с охватом различными формами физкультурно-спортивной деятельности 100% учащихся школы.

2. 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.

3. 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 ШСК и в спортивную секцию при наличии медицинской справки и заявления о вступлении в клуб.

В рамках СШК работает довольно широкий спектр спортивных секций: баскетбол (мальчики, девочки); волейбол (мальчики, девочки); футбол (мальчики, девочки); юные олимпийцы. Работа этих секций осуществляется на основе программ, составленных в соответствии с требованиями ФГОС ОО. Все программы согласованы на методических объединениях, согласованы с заместителем директора по воспитательной работе и утверждены приказом директора школы.

Юноши под руководством педагога 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 группы 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.

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.

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 формируют 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 способствует повышению мотивации 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.

3. ОПЫТ РАБОТЫ Т.А. АНДРОПОВА, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МКОУ СОШ № 15 СТ.СТАРОИЗОБИЛЬНОЙ ИЗОБИЛЬНЕНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА

В рамках ФГОС выделены основные направления внеурочной деятельности, из которых одно из главных физкультурно-спортивное и оздоровительное направление.

Начиная с первого класса учащиеся нашей школы посещают секции физкультурно- оздоровительной направленности. В школе создан ШСК. Работа спортивного клуба направлена на активизацию физкультурно-спортивной работы и участие всех участников в спортивной жизни школы, выработку, потребностей в здоровом образе жизни, укрепление здоровья учащихся, воспитания у школьников и родителей активной жизненной позиции.

ШСК осуществляет свою деятельность во взаимодействии с администрацией школы, общественными организациями:

- организует для обучающихся, работников и членов их семей систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом в спортивных секциях и командах, группах оздоровительной направленности;
- проводит массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, спортивные праздники, дни здоровья, спартакиады, соревнования;
- проводит работу по физической реабилитации обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья и слабую физическую подготовленность;
- организует совместно с учителями физического воспитания ежегодное проведение смотра физической подготовленности обучающихся,

сдачу тестов по «Президентским состязаниям» и «Президентским спортивным играм» -школьные этапы и т.д.;

- проводит работу по подготовке членов ШСК к выполнению нормативов и требований всероссийского комплекса ГТО.

- совместно с медицинским персоналом организует медицинский контроль за состоянием здоровья занимающихся физической культурой, спортом.

При этом физкультурно-оздоровительная деятельность больше ориентирована на укрепление и сохранение здоровья, увеличение продолжительности творческого долголетия, организацию здорового образа жизни, а спортивная деятельность, ориентирована на физическую подготовку, активное включение учащихся в соревновательную деятельность, регулярные самостоятельные занятия в избранном виде спорта

ШСК «Олимп» работает по интересам детей в следующих направлениях:

Физкультурно-оздоровительное направление, которое предполагает в школе обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Физкультурно-оздоровительная работа включает в себя массовые соревнования, спортивные праздники, а также физкультурные мероприятия в режиме учебного дня. В МКОУ «СОШ №15» в течение учебного года проводятся спортивные праздники, турниры.

Для проведения мероприятий совет физической культуры пишет положение, в котором обязательно указываются цели и задачи, время и место проведения, программа, судейство и награждение участников состязания. Положение вывешивается на доске объявлений.

Спортивные мероприятия - самая действенный метод повышения физической подготовленности школьника. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования морально-волевых качеств и черт характера.

Спортивные соревнования являются одной из самых интересных и увлекательных форм внеклассной работы в школе. Они содействуют привлечению учащихся к систематическим занятиям спортом, повышают физическую подготовленность учащихся, сплачивают детский коллектив.

Действительно, нигде так не раскрывается ученик, как во время соревнований. Здесь, кроме удовлетворения личных интересов, ребенок, сам того не подозревая, развивает свои физические и моральные качества, учится дружить, соперничать, идти на помощь без оглядки, учится побеждать и проигрывать.

Организация и проведение школьных соревнований по различным видам спорта осуществлялось по инициативе Совета клуба, в который входят

как учителя, так и учащиеся 5 – 11 классов. Проведение физкультурно-оздоровительных и спортивных праздников, конкурсов, соревнований составляют основу воспитательной системы, начиная с пятого класса.

Стали традиционными спортивные праздники: недели и дни здоровья; акция «Нет вредным привычкам!»; акция: «Мы за здоровый образ жизни!».

Четыре раза в год проводятся Дни Здоровья. Мероприятия ко Дню Здоровья разрабатываются на заседаниях Совета клуба «Олимп» и проводятся в основном старшеклассниками.

Все спортивные праздники обязательно включают в себя торжественное поднятие флага под гимн России, показательные выступления, выступление выпускников школы, гостей праздника. Открывает праздник директор школы. В заключение праздника проходит торжественное награждение победителей.

Учащиеся школы систематически занимаются и в военно-спортивном клубе «Ирбис», созданного казачьим обществом где постигают азы рукопашного боя, стрельбы, туризма. Молодые казачата постоянные участники, призеры и победители районных соревнований.

Занятия проходят 3 раза в неделю. Военно-спортивным патриотическим клубом «Ирбис» проведены мероприятия, направленные на популяризацию занятия спортом и пропаганду здорового образа жизни.

В школе также организована работа по следующим направлениям: профилактика утомляемости школьников, охрана зрения, опорно-двигательного аппарата; работа с обучающимися и их родителями по формированию здорового образа жизни; проведение дней и уроков здоровья; спортивные мероприятия; лечебно-профилактические мероприятия по укреплению здоровья школьников; проведение общей утренней гимнастики; летнее оздоровление в школьном лагере.

Совместно с классными руководителями проводим обследование уровня двигательной активности и физической подготовленности детей. Это дает возможность спрогнозировать возможные положительные изменения этих показателей на конец учебного года.

У школьников может быть уже сформировано отношение к той или иной проблеме, нередко расходящееся с оценками и взглядами педагога. Для учащихся большое значение имеет общение со сверстниками, поэтому для них более значимым является мнение товарищей, одноклассников, а не учителей и родителей.

Школьники часто с недоверием относятся к информации, которую они получают от взрослых, считая, что их взгляды «устарели», «не соответствуют» действительности, «преувеличивают» опасность и т.д. Учитывая возрастные особенности подростков и юношей при обучении здорового образа жизни мы рекомендуем следующее:

- избегать “навязывания” учащимся готовых оценок и нормативов. Основное внимание следует уделять созданию условий, стимулирующих

активный обмен мнениями между подростками, обсуждению и анализу различных позиций;

- использовать формы и методы, обеспечивающие самим учащимся роль ведущих, организаторов работы. Например, антинаркотическая информация, представленная сверстниками, будет иметь более действенный эффект, чем сведения, полученные от педагога;

- основной акцент следует делать на наиболее значимых для школьника факторах.

Например, показываем, что ухудшение здоровья может негативно отразиться на внешности подростка, его спортивных достижениях, привести к ограничениям при выборе профессии, затруднениям во взаимоотношениях с окружающими и т.д.

Одним из результатов, достигнутых при реализации модели - это формирование у обучающихся мотивации на здоровье, на ценностное отношение к здоровью, осознание социальных норм здорового образа жизни, знание «факторов риска» для здоровья.

4. ОПЫТ РАБОТЫ Л.Н. ШАБЕЛЬНИКОВОЙ, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МКОУ СОШ № 6 С. ДЕРБЕТОВКИ АПАНАСЕНКОВСКОГО РАЙОНА

В реализации модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно - оздоровительной направленности принимают участие педагогические работники школы (учителя, заместитель директора по УВР, заместитель директора по ВР, социальный педагог, библиотекарь).

Координирующую роль на уровне класса выполняет классный руководитель, на уровне школы учитель физической культуры, который взаимодействует с педагогическими работниками, а также учебно-вспомогательным персоналом школы.

Преимущества нашей модели внеурочной деятельности физкультурно-спортивной и спортивно- оздоровительной направленности состоят в минимизации финансовых расходов на создание спортивно-оздоровительного пространства в МКОУ СОШ № 6.

Вместе с этим данная модель обеспечит учет индивидуальных особенностей и потребностей, обучающихся через организацию внеурочной деятельности, которая осуществляется по физкультурно-спортивному и спортивно-оздоровительному направлениям развития личности, в том числе через такие формы, как походы, кружки, секции, олимпиады, соревнования.

Школа самостоятельно разрабатывает и утверждает план внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и спортивно-оздоровительному направлениям

Внеурочная деятельность в МКОУ СОШ № 6 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:

- внеурочная деятельность включается в вариативную часть школы и на нее отводится 18 часов в неделю;
- школа вправе сама определять, под какие виды внеурочной деятельности отдать эти часы;
- часы, отводимые на внеурочную деятельность, используются по желанию учащихся;
- все виды внеурочной деятельности должны быть строго ориентированы на воспитательные результаты.

Модель физкультурно-оздоровительной работы в школе предполагает обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Коллектив школы организует полезную занятость учащихся во второй половине дня, которая способствовала бы обеспечению удовлетворения их личных потребностей. Дети посещают занятия по выбору в зависимости от своих интересов. Для ребенка создается особое образовательное пространство, позволяющее развивать собственные интересы, успешно проходить социализацию на новом жизненном этапе, осваивать культурные нормы и ценности.

Модель педагогически целесообразна, так как способствует более разностороннему раскрытию индивидуальных способностей ребенка, которые не всегда удаётся рассмотреть на уроке, развитию у детей интереса к различным видам деятельности, желанию активно участвовать в продуктивной, одобряемой обществом деятельности, умению самостоятельно организовать своё свободное время.

Каждый вид внеклассной деятельности: творческой, познавательной, спортивной, трудовой, игровой — обогащает опыт коллективного взаимодействия школьников в определённом аспекте, что в своей совокупности даёт большой воспитательный эффект.

Известно, что сельская школа выполняет системообразующие функции на селе, становится единственным культурным центром. Возможности сельской школы многократно возрастают, если суметь сделать так, что воспитателями будут не только педагоги, а также хозяйственные и общественные организации.

МКОУ СОШ № 6 сотрудничает с МКУ ДО ДЮСШ с. Дивное (директор Чербилов С.В.) – спортивная секция «Пауэрлифтинг», тренер – преподаватель Пономаренко А.А., Военно-спортивный патриотический клуб «Волот» (руководитель Ковтун В.П.) – секция «Рукопашный бой», тренер Мурсалов К.М., СПК им. Апанасенко (председатель Алексенко С.В.) – секция «Волейбол», тренер Машеев А.Г.

Благодаря меценату, Муртузалиеву О.М. (г. Москва) мы имеем современный спортивный зал, раздевалки с душевыми и туалетами, глава сельского муниципального образования Никитюк С. А. обеспечивает необходимым спортивным инвентарём (волейбольный мячи, инвентарь для игры в бадминтон, в/б сетка, медали), проводит районные соревнования на «Кубок Администрации» по волейболу.

В ходе реализации программы Здоровья в нашей школе была создана здоровьесберегающая образовательная среда, способствующая не только сохранению, но и развитию здоровья, обеспечивающая высокий потенциал творческого роста учащихся. Программа разработана с целью оптимального использования здоровьесберегающих технологий в процессе образования учащихся и ориентирована на охрану и укрепление их здоровья через различные формы внеурочной деятельности, получение полноценного образования. Большую роль для реализации системы работы по здоровьесбережению играет такой компонент, как социум. На современном этапе развития образования становится ясным, что заказ общества - это здоровый и успешный выпускник. Для достижения этой цели у нас налажены взаимоотношения с внешними учреждениями, образовательными центрами в области охраны здоровья.

5. ОПЫТ РАБОТЫ С.Н. ЧЕРКАССКОЙ, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МБОУ СОШ № 13 С.НАДЕЖДА ШПАКОВСКОГО РАЙОНА

Коллектив школы работает над проблемой «Формирование у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей достижения успеха». Для создания и развития условий, направленных на сохранение здоровья обучающихся, школа проводит целенаправленную и систематическую научно-методическую работу, которая включает в себя: рекомендации методических материалов и статей для педагогов по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек; разработку комплекса мер по обеспечению безопасности жизнедеятельности и здоровьесбережения; информационно-просветительские мероприятия.

Учителя школы - активные участники районных семинаров, круглых столов, организаторы методической работы. Примером могут служить:

- выступление на заседании районного методического объединения учителей физической культуры «Развивающая кинезиологическая программа»;
- выступление на заседании педагогического совета «Основные «школьные» факторы, негативно влияющие на здоровье учащихся»;
- участие в районном семинаре «Перспективы развития МБОУ «СОШ №13» в рамках реализации национальной образовательной инициативы «Наша новая школа».

Накоплен опыт работы и собрана методическая папка «Комплекс физических упражнений в урочной и внеурочной деятельности для учащихся

начальных классов», «Физкультминутки и динамические паузы», «Спортивные состязания», «Дни здоровья и праздники», «Использование здоровьесберегающих технологий на уроках в 1–11 классах».

Разработана схема анализа урока с учетом здоровьесберегающих технологий.

Разработана памятка для учителей «Рациональная организация урока».

На районном уровне обобщен и распространён опыт работы учителя физической культуры Климченко В.И. по теме «Здоровьесбережение как способ повышения качества образования».

Дополнительное образование предлагает варианты для выбора индивидуальных образовательных маршрутов учащимися во второй половине дня в соответствии с требованиями ФГОС. Одной из задач внеурочной спортивной работы является выявление одаренных детей, привлечение их для освоения программ профессиональной направленности как внутри образовательного учреждения, так и в специализированных школах города.

В воспитательной работе освоены такие новые способы организации жизнедеятельности коллективов обучающихся, как социальное проектирование, проведение специальных акций (реклама, видеоролики, агитбригады). Все это входит в систему работы по просвещению и популяризации спорта и здорового образа жизни наряду с классными часами, подготовкой массовых спортивных мероприятий.

При организации внеклассных форм работы, педагоги дополнительного образования осуществляют преемственность между учебным и воспитательным процессом и тем самым учат детей беречь свое здоровье. В их обязанности входит: организация классных часов по профилактике вредных привычек; подготовка и проведение экскурсий, туристических походов, отдыха на природе; организация динамических пауз на свежем воздухе; подготовка и проведение спортивных праздников Здоровья, предметных недель, спортивных соревнований; организация спортивных кружков и секций дополнительного образования.

Чтобы правильно организовать внеурочную деятельность школьников, особенно средних и старших классов, педагоги руководствуются основами возрастных особенностей школьников; учитывают медицинские противопоказания к различным видам спортивных нагрузок; консультируются со школьной медицинской сестрой и участковым педиатром.

Основными принципами организации внеурочной деятельности являются: учёт возрастных особенностей; преемственность с технологиями учебной деятельности; опора на ценности воспитательной системы школы; свободный выбор на основе личных интересов и склонностей ребенка; сочетание индивидуальных и коллективных форм работы.

Ориентиры в организации внеурочной деятельности: запросы родителей, законных представителей учащихся; приоритетные направления

деятельности школы; интересы и склонности педагогов; рекомендации психолога как представителя интересов и потребностей ребёнка.

В школе также реализуется программа «Школа – территория здоровья», которая включает следующие разделы: повышение медицинских знаний педагогов, персонала школы; обучение учащихся сохранению здоровья (урочные, внеурочные формы); оздоровление детей в школе; работа с родителями; праздники здоровья.

Для ее реализации используются различные формы деятельности администрации школы, педагогического коллектива, учащихся. Одной из форм обучения школьников основам здоровья является подготовка и проведение дня, недели, месячника здоровья как видов эмоционально-игровой деятельности, которые способствуют закреплению урочного материала. Они повышают уровень знаний учащихся о том, как сохранить свое здоровье, формируют соответствующие навыки.

В ходе реализации программы «Школа – территория здоровья» в нашей школе была создана здоровьесберегающая образовательная среда, способствующая не только сохранению, но и развитию здоровья, обеспечивающая высокий потенциал творческого роста учащихся.

Программа разработана с целью оптимального использования здоровьесберегающих технологий в процессе образования учащихся и ориентирована на охрану и укрепление их здоровья через различные формы внеурочной деятельности, получение полноценного образования.

Путем реализации программы раскрываются возможности образовательного учреждения в осуществлении здоровьесберегающей деятельности, в пропаганде здорового образа жизни, в формировании культуры здоровья воспитанников.

Большую роль для реализации системы работы по здоровьесбережению играет такой компонент, как социум. На современном этапе развития образования становится ясным, что заказ общества - это здоровый и успешный выпускник. Для достижения этой цели у нас налажены взаимоотношения с внешними учреждениями, образовательными центрами в области охраны здоровья.

Для формирования навыков ЗОЖ школа работает по следующим направлениям: формирование негативного отношения к вредным привычкам; разработка и проведение уроков здоровья, тематических классных часов (1-11 классы); организация внеклассной и внеурочной работы: День здоровья-1 раз в четверть, кружки, секции, спортивные праздники, военно-спортивные игры, походы.

Таким образом, в школе создана и развивается система сохранения и укрепления здоровья школьников в процессе обучения, способствующая не только решению образовательных задач, воспитанию личностных качеств и гармоничному физическому развитию, но и развитию индивидуальности учащихся через внеурочные виды деятельности.

6. ОПЫТ РАБОТЫ Е.Г. БРАТКОВИЧЕНКО, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МКОУ СОШ № 4 П. ВЕРХНЕСТЕПНОГО СТЕПНОВСКОГО РАЙОНА

Модель физкультурно-оздоровительной работы в школе предполагает обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Внеурочная работа по физическому воспитанию включает в себя также туристические походы. Туризм расширяет кругозор учащихся, закаляет их физически и морально, учит любить свой край, свою Родину, природу, приучает к самостоятельности, ответственности. Туристические походы также преследуют нравственные и воспитательные цели.

В походе дети учатся быть хорошими товарищами: не перекладывать свои заботы на плечи другого, не отказываться помочь девочке, не бросать друзей в трудной ситуации. Перед походом обсуждается и утверждается кандидатура каждого ребёнка, выявляются его интересы, склонности, умения. Это помогает правильно распределить обязанности в походе, дать конкретные индивидуальные задания.

Чёткая и правильная организация и проведение внеурочной деятельности физкультурно-спортивной направленности с учётом особенностей детей с отклонениями в развитии содействует не только коррекции и компенсации дефектов физического развития, но и в значительной степени способствует формированию здорового, спортивного стиля жизни.

На протяжении многих лет наша школа в рамках программы по спортивно-оздоровительной работе ведёт совместную внеурочную деятельность с Верхнестепновским культурно-досуговым центром, во главе с директором Корниенко Т. В.

Учащимся нашей школы были предложены следующие направления: секция по дзюдо, карате и посещение тренажерного зала. Ребята старших классов с удовольствием посещают тренажёрный зал и выполняют задания для укрепления мышц спины, рук, ног, брюшного пресса и другие. И в благодарность принимают участие в концертных программах, участвуют в районные соревнования от Верхнестепновской администрации сельского совета. Такие выездные мероприятия решают не только задачи физического воспитания, но и социальные задачи.

Как увлечь детей физкультурой, сформировать потребность и привычку самостоятельно регулярно заниматься физическими упражнениями? Как со школьной скамьи привить вкус к здоровому образу жизни? Отвечая на эти вопросы передо мной стали следующие задачи:

- формирование положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом;

- пропагандировать и поощрять желание учащихся стремиться к здоровому образу жизни.

Все мероприятия внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности строю таким образом, чтобы при высокой плотности они были эмоционально насыщены и содержали элементы игры. Большинство мероприятий стараюсь проводить на свежем воздухе.

Заинтересовать, привлечь ребят к занятиям физическими упражнениями можно лишь в том случае, если они будут видеть пусть небольшой, но зримый результат своей работы. По итогам спортивных состязаний оформляется стенд с результатами учащихся и фотографиями победителей соревнований.

В процессе физического образования и воспитания как неотъемлемой составляющей всестороннего развития личности школьника необходимо создать такие условия для его развития, в которых его физические и духовные возможности раскроются во всей полноте. Особое внимание уделяется возможностям ощущения детьми радости от активного участия в различных формах занятий физической культурой и спортом.

Ежегодно девушки нашей школы занимают призовые места на районных соревнованиях по волейболу, настольному теннису. Особое внимание уделяется учащимся с развитым чувством коллективизма, взаимовыручки, сопереживания; с желанием участвовать в соревнованиях, защищать честь школы.

Таким образом, можно сделать вывод, что через систему физкультурно-спортивной работы у воспитанников сформирован стабильный интерес к здоровому образу жизни.

За последние три года наблюдается положительная динамика, несмотря на сезонное обострение простудных заболеваний, снижения заболеваемости среди учащихся, заметно повысился уровень общей и физической подготовки. Обеспечение положительной динамики показателей здоровья на протяжении всех лет учебы – неотъемлемая часть правильной организации учебного процесса и внеурочной деятельности.

7. ОПЫТ РАБОТЫ О.А. АКСЮКОВОЙ, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ГКОУ «СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА - ИНТЕРНАТ № 36 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ»

В настоящее время в России растет численность инвалидов, их доля составляет 10% от общего числа населения страны. По данным Минздрава Российской Федерации в стране более 1200000 тысяч детей-инвалидов в возрасте до 18 лет. Это дети с нарушениями интеллекта, опорно-двигательной системы, слепые и слабовидящие, дети с патологией слуха и речи.

У детей-инвалидов проявляются комплексы, порожденные заболеванием, а это снижает их двигательную активность. Физическое

воспитание детей с нарушениями слуха - одно из важных направлений коррекционно – педагогической работы.

Совершенствование системы физического воспитания детей школьного возраста с нарушениями слуха должно осуществляться за счет улучшения взаимосвязи ее основных звеньев: занятий физической культуры и внеурочной деятельности.

Необходимо усилить акцент на воспитание положительных мотивов, интересов, привычки и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, больше внимания уделять обучению школьников умениям самостоятельно заниматься, воспитанию убеждения в значимости занятий физкультурой.

Предметом обучения физической культуре в школьном образовании является двигательная деятельность ребенка с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество, самостоятельность, речь.

Исследования физического и моторного развития глухих детей младшего школьного возраста выявили некоторые особенности, обусловленные снижением слуха и нарушением деятельности вестибулярного аппарата, возникшие в результате тяжелых заболеваний, перенесенных детьми.

Многим детям присущи нарушения мелкой моторики (движений пальцев, артикуляционного аппарата), что отражается на формировании различных видов детской деятельности.

Так как у детей нарушен контроль за движениями со стороны слухового анализатора, то при выполнении многих движений дети производят излишний шум, ногами, некоординированных и неловких движениях. Наблюдается асимметрия шагов, пошатывание корпуса, повышенная резкость движений.

Отсутствие словесного общения в процессе формирования движений является одной из причин, снижающих качество движений. Процесс обучения детей с нарушениями слуха двигательным действиям очень труден, требует колоссального терпения от педагогов, огромного труда.

Для глухих обучающихся характерны следующие нарушения в двигательной сфере: недостаточно точная координация и неуверенность в движении; относительная замедленность овладения двигательными навыками; трудность сохранения статического и динамического равновесия; низкий уровень развития ориентировки в пространстве; низкий уровень развития силовых качеств (особенно статической и силовой выносливости, а также силы основных мышечных групп сгибателей и разгибателей); замедленная скорость обратной реакции; невыраженное снятие тормозного влияния коры головного мозга.

Результаты исследований показывают, что большая часть (от 60% до 86%) глухих детей имеют те или иные нарушения в осанке (сутулость, сколиоз, плоская грудная клетка), ожирение, плоскостопие 1 и 2 степени).

Часто наблюдается неустойчивость вегетативной нервной системы, проявляющаяся в их поведении (повышенная возбудимость, импульсивность, утомляемость, неустойчивая эмоциональная сфера).

Индивидуальные психофизические особенности глухого ребенка, как правило, проявляются в младшем школьном возрасте через характерную для глухих детей «шаркающую» походку, неуклюжесть, некоторую сутуловатость и нескоординированность макромоторики.

Эти особенности проявляются как отчасти следствие регуляторной несформированности, так и поведенческих особенностей детей с нарушениями слуха. Регуляция собственных движений не слышащего школьника включает в себя вместе с собственно моторной ловкостью регуляцию силы и качества каждого отдельного движения, и скоординированность всей макромоторики в целом.

Глухих детей отличает поведенческая агрессивность, происходящая из-за трудности регуляции силы и направления движения, которую их слышащие сверстники со своих первых движений, контролируют материнским голосом и реакцией других членов семьи. Для не слышащих детей необходима система специальных занятий, позволяющая регулировать моторную рефлексивность и импульсивность. Физическое воспитание - педагогически организованный процесс развития физических качеств, обучения двигательным действиям и формирования специальных знаний.

В 2017 году педагогический совет школы-интерната № 36 г. Ставрополя, где обучаются и воспитываются дети – инвалиды по слуху, утвердил предоставленную Аксюковой О. А. программу «Здоровьесберегающая деятельность педагога в начальной школе».

Целью этой программы является сохранение и укрепление здоровья школьников с ОВЗ через физическое воспитание. При этом решаются следующие задачи: оздоровительные - сохранение и укрепление здоровья школьников, совершенствование телосложения, достижение и сохранение высокой работоспособности; образовательные - формирование и доведение до необходимого совершенства прикладных и спортивных умений и навыков, приобретение специальных знаний); воспитательные - воспитание у детей потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни и включение их в активную физкультурно-спортивную деятельность; формирование моральных и волевых качеств, содействие трудовому и эстетическому воспитанию.

Основными направлениями инновационной деятельности в области физического воспитания в нашей образовательной организации являются: систематизация медицинских, оздоровительных технологий, применяемых в современных образовательных учреждениях; обоснование дифференцированных двигательных режимов для младших школьников с

разными функциональными возможностями, состоянием здоровья и ограниченными возможностями; создание физкультурно-игровой среды в образовательном учреждении как необходимого условия реализации содержания физической культуры и культуры здоровья.

Программа «Здоровьесберегающая деятельность педагога начальной школы» включает в себя основы ЗОЖ, базирующиеся на совокупности принципов: научности, доступности, систематичности, последовательности, активности, индивидуализации, непрерывности и состоит из следующих компонентов: программы ЛФК, программы «Мы выбираем здоровый образ жизни», консультаций для родителей и педагогов.

Программа «Здоровьесберегающая деятельность педагога начальной школы» принесла школе диплом лауреата «Всероссийского конкурса «Школа здоровья-2018». Также школа награждена медалью «За отличные успехи в области здоровьесбережения участников образовательного процесса».

Здоровьесберегающие технологии во внеурочной деятельности – путь к реализации ФГОС в начальной школе. В нашей школе-интернате – это система мер по охране и укреплению здоровья обучающихся с ОВЗ, учитывающая важнейшие характеристики образовательной среды с точки зрения ее воздействия на детей. Создание на уроках и внеурочное время атмосферы эмоционально – положительного настроения дает возможность обеспечивать успешную деятельность, повысить работоспособность и снизить утомляемость не слышащих детей.

Использование здоровьесберегающих технологий, совершенствование физического состояния обучающихся через двигательную активность, полноценное питание и отдых помогают детям стать добрее, сильнее духом, поднимают их над своими слабостями, формирует гармонично развитую личность, позволяет более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие и физические способности, учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения, активнее приобщать родителей обучающихся к работе по укреплению и сохранению здоровья детей.

Здоровьесберегающие технологии направлены на обеспечение физического и психического здоровья детей; они опираются на принципы природосообразности, преемственности, вариативности, прагматичности (практической ориентации); приводят к повышению мотивации учебной деятельности; предотвращению усталости и утомляемости; приросту учебных достижений; созданию благоприятного психологического фона на уроках и условий для самовыражения.

В спортивных залах школы-интерната № 36 и учебных кабинетах созданы все гигиенические условия: достаточная освещенность, свежий воздух, комфортный температурный режим. В теплое время года физкультурные и спортивно-массовые мероприятия проводятся на свежем воздухе (стадион «Динамо»).

Педагоги школы строго соблюдают режимные моменты. Внедрение в обучение здоровьесберегающих технологий ведет к снижению показателей заболеваемости детей, улучшению психологического климата в детском коллективе. В школе созданы благоприятные условия для улучшения здоровья детей. Дошкольники занимаются физической культурой 4 раза в неделю и ЛФК по 5 раз в неделю. Остальные обучающиеся школы имеют в расписании 3 урока в неделю, и 5 раз-ЛФК.

В школе-интернате 2 спортивных зала (для уроков в средней и старшей школе; дошкольников, младшего школьного возраста и для занятий ЛФК), тренажерный зал, класс для музыкально-ритмических занятий. Спортивные и тренажерный залы и удовлетворяют требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов. Они оснащены типовым оборудованием, указанным в настоящих требованиях, в том числе специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения.

Для обучающихся созданы секции по волейболу, футболу, ритмической гимнастики, бадминтону, легкой атлетике. Занятия проводят высококвалифицированные педагоги.

Очень разнообразна медицинская часть: смотровой, стоматологический, физиотерапевтический, массажный кабинеты, соляная шахта. Также в школе имеются комната психологической разгрузки и зимний сад. Проводится тематическая работа с родителями учащихся, направленная на формирование в их семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек. Ежегодно проводится мониторинг медицинскими работниками уровня заболеваемости и уровня посещаемости.

Дети с удовольствием занимаются утренней гимнастикой, ЛФК, физкультурными занятиями, дыхательной гимнастикой, ритмикой, выполняют точечный массаж, участвуют в спортивных праздниках и развлечениях, «Днях здоровья».

Использование здоровьесберегающих технологий, систематические занятия детей физической культурой и спортом приводят к снижению заболеваемости детей начальной школы-интерната № 36 и повышению посещаемости.

8. ОПЫТ РАБОТЫ О.Г. КУЧЕРЕНКО, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ГКОУ «СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 1»

Государственное казённое общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №1» осуществляет свою деятельность в течение 77 лет, и является образовательным учреждением, предоставляющим образовательные услуги детям с нарушением интеллекта на уровне легкой и умеренно выраженной умственной отсталости, синдромом Дауна, РДА с целью коррекции отклонений в их развитии средствами воспитания, образования, трудовой

подготовки, а также социально-психологической реабилитации для последующей интеграции их в общество.

В школе-интернате обучаются 158 воспитанников, из них 95 человек имеют статус «ребенка-инвалида».

В системе внеурочной деятельности по физическому воспитанию в школе, при проведении ряда мероприятий по спортивно-оздоровительному направлению у учащихся формируется и совершенствуется нравственная сторона личности: умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе, не терять надежды на победу. Участие в соревнованиях учит чёткому подчинению дисциплине, выполнению правил, норм спортивной этики, уважению соперника, судей. Спортивные занятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Основными задачами физического воспитания во внеурочное время являются: укрепление здоровья; закаливание организма, повышение его сопротивляемости к простудным заболеваниям; развитие двигательных качеств (силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) в ходе регулярных занятий физическими упражнениями; вооружение знаниями по теории и методике занятий физической культурой, спортом, гигиене; формирование навыков и привычек регулярных самостоятельных занятий физической культурой и спортом; коррекция и компенсация нарушений физического развития; воспитание интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Одной из форм физкультурно-оздоровительной работы в коррекционной школе является спортивный час. Спортивный час – это ежедневные занятия физическими упражнениями на открытом воздухе, которые проводятся после учебного дня. Это активный отдых, который снимает утомление, вызванное учебной деятельностью, и способствует двигательной активности школьников.

Занятия, проводимые на открытом воздухе, имеют оздоровительную ценность. Содержание спортивного часа взаимосвязано с учебной программой по физической культуре. С этой целью во время проведения спортивного часа в игровой и соревновательной форме выполняются упражнения, изученные на уроках физической культуры при прохождении соответствующего раздела программы. Постоянный контакт в работе с учителем физической культуры позволяет воспитателям эффективно решать эту задачу.

Основное время спортивного часа отводится на игры. Ярко выраженная в подвижных играх деятельность различных анализаторов создаёт благоприятные возможности для тренировки функций коры головного мозга, для образования новых временных как положительных, так и отрицательных связей, увеличение подвижности нервных процессов. Особенно ценно в оздоровительном отношении круглогодичное проведение подвижных игр на

свежем воздухе: учащиеся становятся более закалёнными, усиливается приток кислорода в их организм.

Самостоятельные игры и спортивные развлечения проводятся с целью удовлетворения индивидуальных двигательных потребностей школьников, формирование навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями.

На протяжении многих лет наша школа в рамках программы по спортивно-оздоровительной работе и патриотическому воспитанию ведёт совместную внеурочную деятельность с сотрудниками Северо-Кавказского филиала ФКУ ЦЭПП МЧС России. Начальник управления неоднократно приглашал в гости ребят на территорию центра.

В эти дни для ребят школы были организованы экскурсии, которые были разбиты на два этапа: показ работы спасательной техники и спортивно-оздоровительный блок. На выставке техники ребятам показывали предметы боевой одежды и пожарно-спасательного оборудования. Дети с большим интересом слушали о нелёгкой работе спасателей. Школьники узнали много полезной информации из беседы с теми, кто занимается тушением пожаров и спасением людей.

Во второй части специалисты проводили экскурсию по отделению медико-психологической реабилитации. Целью данной экскурсии стало ознакомление ребят с деятельностью психологической службы МЧС России, в частности функционирования оборудования отделения медико-психологической реабилитации. Юлия Блащицына, психолог отделения, рассказала об истории создании психологической службы МЧС России, основных направлениях работы всего филиала и каждого отдела, познакомила со структурой экстренной психологической помощи.

Наибольший интерес у учащихся вызвала демонстрация имеющихся в филиале аппаратных методов реабилитации, а также небольшой экскурс-рассказ о возможностях их применения в психологической профилактике и коррекции функционального состояния профессиональных контингентов МЧС России по СКФО.

Каждый желающий мог на себе попробовать пройти программу тренировки на кинезотерапевтический тренажёре, проверить наличие нарушений равновесия тела, двигательной координации на аппаратном комплексе «Стабилан». В конце экскурсии ребят угощают кислородным коктейлем.

Также школьники узнали о деятельности студенческого психологического добровольческого отряда, главной задачей которого является пропаганда культуры безопасного поведения среди широких слоев населения. Сотрудники МЧС организовывали спортивные состязания по подтягиванию на перекладине, футболу.

Такие выездные мероприятия решают не только задачи физического и патриотического воспитания, но и социальные задачи.

В процессе физического образования и воспитания как неотъемлемой составляющей всестороннего развития личности школьника необходимо создать такие условия для его развития, в которых его физические и духовные возможности раскроются во всей полноте. Особое внимание уделяется возможностям ощущения детьми радости от активного участия в различных формах занятий физической культурой и спортом.

Таким образом, внеурочная деятельность с различными подвижными играми, ближний туризм, лечебная и корректирующая гимнастика – всё это обогащает школьника двигательными навыками и способствует развитию его организма. Поэтому применение для детей с ОВЗ разнообразных форм двигательной деятельности в коррекционно-воспитательном процессе, во внеурочное время не только способствует становлению отдельных функций, но и развитие детей в целом.

Путём физкультурно-оздоровительной работы в коррекционной школе у детей сформирован стабильный интерес к здоровому образу жизни, наблюдается положительная динамика снижения заболеваемости среди учащихся, заметно повысился уровень общей и физической подготовки. Учащиеся старших классов на достаточно высоком уровне овладели навыками спортивных игр, в частности волейболом, баскетболом, футболом, настольным теннисом.

Результатом систематической спортивной работы являются высокие достижения учащихся на краевом уровне. На протяжении 14 лет команда нашей школы занимает призовые места.

В октябре 2018 года проводилась XV Краевая Спартакиада воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальных (коррекционных) образовательных учреждений Ставропольского края. Команда нашей школы заняла второе место.

В ноябре 2018 года проводился Краевой турнир по настольному теннису среди учащихся специальных (коррекционных) образовательных организаций Ставропольского края. Ребята нашей школы заняли третье почётное место.

9. ОПЫТ РАБОТЫ Л.И. КОВАЛЕВСКОЙ, УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ГКОУ «СПЕЦИАЛЬНАЯ (КОРРЕКЦИОННАЯ) ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА- ИНТЕРНАТ № 11»

Государственное казённое общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №11» осуществляет свою деятельность в течение 48 лет. В учреждении обучаются и воспитываются 113 детей с диагнозом «лёгкая умственная отсталость». Из них 49 детей-инвалидов.

Физкультурно-спортивная работа сопутствует всему учебно-воспитательному процессу, пронизывает жизнь и быт нашей школы. Опыт показывает, что это комплексный, системный, длительный процесс,

включающий в себя утреннюю зарядку, обязательные физкультурные паузы на уроках, игры на большой перемене, ежедневные спортивные часы во время прогулок. Так же внеурочная деятельность организована в форме спортивных секций, дней здоровья, внутри школьных соревнований по футболу, пионерболу, баскетболу, настольному теннису, спартакиады, туристические походы.

В системе внеурочной деятельности по физическому воспитанию в школе, при проведении ряда мероприятий по спортивно-оздоровительному направлению у учащихся формируется и совершенствуется нравственная сторона личности: умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе, не терять надежды на победу.

Участие в соревнованиях учит чёткому подчинению дисциплине, выполнению правил, норм спортивной этики, уважению соперника, судей. Спортивные занятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Цель внеурочной деятельности: содействие всестороннему развитию личности на основе овладения каждым обучающимся личной физической культурой, воспитание положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности как элемента здорового образа жизни школьников.

Основные задачи: выявление интересов, склонностей, способностей, возможностей, обучающихся к различным видам деятельности; пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся; организация содержательного, познавательного - развлекательного досуга детей и подростков; расширение рамок общения с социумом.

Содержание внеурочной деятельности определяется образовательными программами. Так, для реализации внеурочной деятельности педагоги используют «Примерные программы внеурочной деятельности», «Внеурочная деятельность школьников», «Программу развития физкультурно-оздоровительной работы».

Учитель физической культуры школы имеет авторские рабочие программы по внеурочной деятельности «Флорбол», «Баскетбол», получившие положительную экспертную оценку школьного методического объединения учителей-предметников, руководителем школы.

Организационная модель внеурочной деятельности школы по физической культуре включает:

- занятия в кружках и секциях спортивной и оздоровительно-коррекционной направленности;
- малые формы физической культуры - гимнастика до занятий, физкультурные минут и физкультурные паузы, подвижные перемены, динамические часы в группах продленного дня;

- физкультурно-массовые мероприятия - спортивно-массовые соревнования, праздники, олимпиады, Дни здоровья, туристические походы, экскурсии путешествия, игры на местности;
- социально-педагогические проекты, предметные недели и месячники, посвященные проблемам здорового образа жизни, физической культуры и профилактики вредных привычек и асоциального поведения.

Организация спортивно-оздоровительной деятельности в коррекционной школе ориентирована на создание условий для расширения опыта поведения, деятельности и общения; творческой самореализации учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в комфортной развивающей среде, стимулирующей возникновение личностного интереса к различным аспектам жизнедеятельности; позитивного отношения к окружающей действительности; социального становления учащегося в процессе общения и совместной деятельности в детском сообществе, активного взаимодействия со сверстниками и педагогами.

Спортивно-оздоровительная работа является одним из ведущих направлений внеурочной деятельности детей и на сегодняшний день является особенно актуальной, т. к. способствует формированию ценностного отношения к здоровью, чувства ответственности за сохранение и укрепление здоровья, расширяет знания и навыки по гигиенической культуре, формирует умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями и использовать их в целях досуга и отдыха.

Основной целью спортивно-оздоровительной деятельности является создание организационных, материально-технических и кадровых условий, способствующих гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию личности ребёнка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) средствами спортивно-оздоровительной деятельности и физической культуры.

Школьная спартакиада реализуется в соответствии с общешкольным планом спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы, утверждённым педагогическим советом. В соответствии с планом внеурочной деятельности спортивные соревнования проводятся по каждому виду спорта между классами. Победители в обязательном порядке награждаются грамотами на общешкольных линейках. По результатам участия классов в школьной спартакиаде ведётся экран спортивной активности и достижений учащихся.

Дни здоровья, проводимые в школе, примечательны тем, что в них принимает участие максимально возможное количество участников, а также своей оптимальной формой проведения, заключающейся в прохождении учащимися спортивных этапов в соответствии с возможностями и особенностями. Организуются подобные Дни здоровья на основе плана внеклассной деятельности и отдельного плана-сценария спортивно-

оздоровительных мероприятий в течение учебного дня. Итоги Дня здоровья подводятся на общешкольной линейке с поощрением победителей и активных участников.

Ежегодно в школе проводится месячник ЗОЖ, который включает в себя разнообразные мероприятия, направленные на вовлечение учащихся в социально-полезную деятельность, формирование спортивных интересов и увлечений, укрепление физического и психического здоровья. Дата проведения месячника определяется общешкольным планом внеурочной деятельности.

Спортивные праздники способствуют широкому привлечению младших школьников к занятиям подвижными играми, различными физическими упражнениями (бег, прыжки, ползание, лазание, метания), содействуют активному отдыху учеников. Они проводятся в течение всего учебного года и организуются между командами разных классов. Спортивные праздники носят тематический характер и посвящаются началу и окончанию учебного года, встрече и проводам зимы, 23 февраля, 9 мая. Спортивные праздники проводятся как на свежем воздухе, так и в помещении школы.

Спортивный час, как форма спортивно-оздоровительной работы, проводится во второй половине учебного дня воспитателем и включает мероприятия, направленные на снижение психоэмоционального и физического напряжения учащихся. Это может быть спортивный час на улице или занятия в помещении в зависимости от погодных условий и поставленных задач.

Таким образом, представленные направления и внеурочные формы реализации программы спортивно-оздоровительной деятельности положительно сказываются на расширении двигательных возможностей, учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), способствуют формированию умений управлять своими движениями, укрепляют здоровье, улучшают настроение, что важно для детей с ограниченными возможностями здоровья. Поэтому привлечение детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к активным занятиям физической культурой в урочное и внеурочное время рассматривается нами как важное звено в комплексе учебно-воспитательной работы школы.

В процессе физического образования и воспитания как неотъемлемой составляющей всестороннего развития личности школьника необходимо создать такие условия для его развития, в которых его физические и духовные возможности раскроются во всей полноте. Особое внимание уделяется возможностям ощущения детьми радости от активного участия в различных формах занятий физической культурой и спортом.

Таким образом, внеурочная деятельность с различными подвижными играми, ближний туризм, корректирующая гимнастика – всё это обогащает школьника двигательными навыками и способствует развитию его

организма. Поэтому применение для детей с ОВЗ разнообразных форм двигательной деятельности в коррекционно-воспитательном процессе, во внеурочное время не только способствует становлению отдельных функций, но и развитию детей в целом.

Путём физкультурно-оздоровительной работы в коррекционной школе у детей сформирован стабильный интерес к здоровому образу жизни, наблюдается положительная динамика снижения заболеваемости среди учащихся, заметно повысился уровень общей и физической подготовки. Учащиеся старших классов на достаточно высоком уровне овладели навыками спортивных игр, в частности волейболом, баскетболом, футболом, настольным теннисом.

Ежегодно в октябре проводится краевая Спартакиада воспитанников с ограниченными возможностями здоровья специальных (коррекционных) образовательных учреждений Ставропольского края.

К участию в соревнованиях готовится команда в составе 10 ребят. Отбираются учащиеся, у которых сформированы координационные (ориентирование в пространстве, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм) и кондиционные (скоростно-силовые, выносливость и гибкость) способности.

Особое внимание уделяется учащимся с развитым чувством коллективизма, взаимовыручки, сопереживания; с желанием участвовать в соревнованиях, защищать честь школы.

Результатом систематической спортивной работы являются высокие достижения учащихся на краевом уровне. На протяжении 8 лет команда нашей школы занимает призовые места.

Таким образом, можно сделать вывод, что через систему физкультурно-спортивной работы у воспитанников сформирован стабильный интерес к здоровому образу жизни. За последние три года наблюдается положительная динамика, несмотря на сезонное обострение простудных заболеваний, снижения заболеваемости среди учащихся, заметно повысился уровень общей и физической подготовки.

Обеспечение положительной динамики показателей здоровья на протяжении всех лет учебы – неотъемлемая часть правильной организации учебного процесса и внеурочной деятельности.

Содержание

Введение	3
1. Опыт работы В.М. Уракбаева и С.Н. Уракбаевой, учителей физической культуры МОУ СОШ № 7 пос. Горьковского Новоалександровского района.....	4
2. Опыт работы Е.Д. Храмычко, учителя физической культуры МБОУ СОШ № 2 с. Дивное Апанасенковского района.....	8
3. Опыт работы Т.А. Андропова, учителя физической культуры МКОУ СОШ № 15 ст. Староизобильной Изобильненского городского округа.....	10
4. Опыт работы Л.Н. Шабельниковой, учителя физической культуры МКОУ СОШ № 6 с. Дербетовки Апанасенковского района.....	13
5. Опыт работы С.Н. Черкасской, учителя физической культуры МБОУ СОШ № 13 с. Надежда Шпаковского района.....	15
6. Опыт работы Е.Г. Братковиченко, учителя физической культуры МКОУ СОШ № 4 п. Верхнестепного Степновского района.....	18
7. Опыт работы О.А. Аксюковой, учителя физической культуры ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 36 города Ставрополя».....	19
8. Опыт работы О.Г. Кучеренко, учителя физической культуры ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 1».....	23
9. Опыт работы Л.И. Ковалевской, учителя физической культуры ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 11».....	26

*Подписано в выпуск 25.06.20. Формат 60x84/16.
Гарнитура «Times New Roman Cyr».
Электронное издание. Усл. печ. 1,74 л. Уч. изд. 2,66 л. Заказ № 28.*

*ГБУ ДПО «СКИРО ПК и ПРО»
355000 г. Ставрополь, ул. Лермонтова, 189А.*