Торопова Ольга Анатольевна, учитель физической культуры МКОУ Заречной СОШ

Доклад по теме «Физкультура – работа для души и тела».

Аннотация.

В данной статье представлен мой опыт работы как учителя физической культуры, педагога дополнительного образования и руководителя РМО Заволжского муниципального района. Деятельность направлена на детей и подростков от 6 до 18 лет. В нашей школе, как и в районе, идет поэтапное внедрение разработанной модели ВФСК ГТО, создана система работы учителя физической культуры на основе осуществления личностно-ориентированного подхода к обучающимся на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности.

Цель моей профессиональной деятельности: содействие всестороннему развитию личности и формированию потребностей и мотивов к сохранению собственного здоровья посредством систематических занятий физической культурой и спортом.

В аннотации я уже указывала на то, что моя работа строится на личностно-ориентированном подходе к обучающимся. Я считаю, что основная задача учителя найти к каждому ученику такой подход, который поможет ему осознать себя личностью, выявить такие его возможности, которые будут стимулировать его самостановление, самоутверждение, самореализацию, его физическое совершенствование и, как следствие, его стремление быть гармонически  развитой личностью. В этом и есть суть личностно – ориентированного подхода к обучающимся на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности или, говоря более научным языком, личностно-деятельного и компетентостного подходов, которые реализуются через определённые методические приёмы.

Изречение Уильяма Артура Уорда отражает моё педагогическое кредо и уже много лет находится в центре моего рабочего места: «Посредственный учитель – рассказывает, хороший учитель – показывает, талантливый учитель – объясняет, гениальный учитель – вдохновляет…»

В этой статье я хочу рассказать о своем проекте- программе «Физкультура для души и тела», который планирую осуществить в ближайшие годы на базе своего учреждения.

Актуальность проекта – создание комплексного волонтерского проекта, который поможет мотивировать обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, к ведению здорового и активного образа жизни через популяризацию физической культуры, спорта, олимпийского движения, здорового и активного образа жизни.

Согласно Федеральным государственным образовательным стандартам второго поколения основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием природы человека.

В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать сознание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Снижение учебной мотивации, низкий уровень здоровья школьников делает необходимым:

пересмотр и разработку новой системы организации физического воспитания, обучения и развития учащихся,

поиск, изучение и введение современных форм, направленных на формирование здорового образа жизни, культуры здоровья.

**Цель моего проекта-программы:** улучшение субъективного самочувствия, укрепление физического и психического здоровья, формирование навыков и умений правильного движения, осанки, создание условий для творческой самореализации, психологической комфортности школьников.

**Задачи:**

1. Изучить нормативно-правовые, научно-методологические основы, современные подходы к организации урочной и внеурочной деятельности по физическому воспитанию.
2. Разработать систему внедрения в образовательный процесс современных образовательных технологий в рамках урочной и внеурочной деятельности, обеспечивающую физическую культуру учащихся «без освобождения» (организация работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья, детьми группы «риска»), и её апробацию.
3. Содействовать формированию навыков самоисследования для коррекции или предупреждения эмоциональных нарушений на основе внутренних и поведенческих изменений; процессу личностного развития, реализации творческого потенциала, достижения оптимального уровня жизнедеятельности и ощущения счастья и успеха.
4. Разработать и апробировать критерии эффективности программы.
5. Содействие и помощь волонтерской организации в достижении ее целей и задач.

**Объект исследования:** формирование навыков и умений саморегуляции, снижение нервного напряжения, улучшение общего физического и психического здоровья учащихся.

**Предмет исследования:** современные образовательные технологии на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности по предмету.

**Замысел:** понимая необходимость пересмотра традиционных технологий обучения, направленных на формирование здорового образа жизни, культуры здоровья, мною разрабатывается система и программа по осуществлению нового подхода к урокам физической культуры и организации внеурочной деятельности по предмету. Без особых материально-технических затрат, появляется возможность решать задачи по сохранению и укреплению физического и психического здоровья, формированию физической культуры с учетом индивидуальных особенностей, состояния здоровья и мотивации детей.

**Гипотеза:** предполагается, что создание системы внедрения современных образовательных технологий в образовательный процесс школы, позволит улучшить психическое и физическое здоровье, эмоциональное благополучие учащихся, повысит уровень работоспособности и мотивации, обеспечит для каждого ученика «физкультуру без освобождения»

**Научная новизна исследования** состоит в изучении новых подходов, внедрении их в образовательный процесс, разработке и апробировании системы, проекта-программы физического воспитания в рамках урочной и внеурочной деятельности обучающихся 1 - 11 классов на основе средств, технологий, методов развивающей направленности и экспери­ментальном обосновании её эффективности в современном образователь­ном процессе.

Понимая необходимость пересмотра традиционных технологий обучения, обеспечивающих формирование здорового образа жизни, культуры здоровья, мною разрабатывается проект - программы по определению нового подхода к урокам физической культуры и внеурочной деятельности по предмету.

В своей программе я предлагаю в содержание вариативной части комплексной программы по физической культуре 1- 11 классов (В.И.Лях, А.А.Зданевич) включить такие разделы как: «Шахматы», «Настольный теннис», «Эстетическая гимнастика», «Черлидинг » (табл.1).

Ценность этой программы заключается в том, что без больших материально-технических затрат, появляется возможность решать задачи по сохранению и укреплению физического и психического здоровья школьников средствами формирования физической культуры с учетом индивидуальных особенностей, состояния здоровья и мотивации детей.

**Модули программы «Физкультура для души и тела»**

| Модуль | Цель программного модуля |
| --- | --- |
| «Шахматы»  (3 – 11 классы) | Цель программы – развитие логического мышления, памяти.  Ключевым преимуществом шахмат является то, что игра обучает игрока думать на перспективу и использовать необходимые для достижения цели ресурсы максимальным образом. |
| «Эстетическая гимнастика»  (1 – 7 классы) | Цель программы: создание благоприятных условий для личностного развития, творческой активности средствами эстетической гимнастики.  Положительное влияние музыки проявляется в улучшении двигательной реакции, развитии музыкальных способностей, накоплении знаний. Занятия эстетической гимнастикой призваны помочь ребёнку осознать свою индивидуальность, неповторимость, научиться видеть красоту вокруг себя и в себе. |
| «Настольный теннис»  (4 – 11 классы) | Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них понятий ценности здоровья и здорового образа жизни, по средствам спортивной игры в настольный теннис, обучение правилам проведения соревнований.  Настольный теннис значительно проще и доступнее большинства других спортивных игр. Особую значимость имеет рекреативная и коммуникабельная функция игры. |
| «Черлидинг»  (3 – 8 классы) | Цель программы: обучение обучающихся двигательным действиям танцевальной направленности, побуждение к проявлению творчества и лидерских качеств.  Актуальность занятий черлидингом определяется тем, что все соревнования сопровождаются дополнительными средствами агитации, каким и является данный вид спорта. Привлечение учащихся к занятиям творческими видами двигательной активности является дополнительным средством оздоровления детей и учащейся молодежи. |

Специ­фиче­ская сфера современных здоровьесберегающих технологий диктует своеобразие зако­но­мерностей планирования тренировочного процесса. Основные принципы, на которых базируется данные технологии, использующиеся в моей программе, следующие: принцип доступности, принцип индивидуализации, принцип «не навреди», принцип красоты и эстетической целесообразности, принцип целостности процесса обучения.

Особенностью данной программы я считаю направленность на реализа­цию принципа вариативности, дающего возможность подбирать и планиро­вать содержание учебного материала в соответствии с мастерством учителя, материально-технической оснащенностью учеб­ного процесса, интересов учащихся.

В целом, спланированная таким образом работа физического воспитания школьников играет большую педагогическую роль, воспи­тывает здоровый дух, помогает добиваться успехов в учебной деятельности, быть готовыми к преодолению трудностей. Способствует удовлетворению потребности школьников в физическом совершенстве, общем гармоническом, интеллектуальном, духовном и нравственном развитии.

Литература:

1. Милованова Н. Г. Теория и практика подготовки педагогов к работе с дезадаптированными детьми [Электронный ресурс] / Н. Г. Милованова. Режим доступа: http://www.togirro.ru/assets/files/Vestnik/2009/2.pdf

2. Одаренные дети [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.den-za-dnem.ru/school.php?item=122

3. Особенности реализации образовательных программ в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://narodirossii.ru/?p=6635

4. Третьякова Н.В. Интерактивные образовательные технологии как средство реализации компетентностного подхода и условие здоровьесбережения в образовательном процессе / Н. В. Третьякова // Валеопедагогические проблемы здоровьеформирования подростков, молодежи, населения: сб. материалов 10-й межд. науч.-практ. конф. Российской Федерации, www.gto.anonii.ru, 2015.