

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
Коченёвская средняя общеобразовательная школа №2

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКА**  
(обобщение педагогического опыта)

**Клейменов С.В.**  
*учитель физической культуры высшей квалификационной  
категории МКОУ Коченёвской СОШ №2*

Физическое воспитание подрастающего поколения является органической частью системы воспитания и образования детей и служит в целях всестороннего развития физических и духовных сил школьников, их подготовки к жизни, труду, защите родины.

Под развитием физической культуры и спорта понимается совокупность мер политического, социально-экономического, научного и организационно-управленческого характера, направленных на увеличение числа граждан, занимающихся физической культурой и спортом, на сохранение и повышение физической подготовленности, физического воспитания и образования каждого человека.

Осуществление этих мер будет способствовать:

- укреплению здоровья и снижению заболеваемости населения;
- проведению рационального досуга;
- эффективному использованию средств физической культуры и спорта по предупреждению наркомании, алкоголизма, табакокурения, правонарушений среди молодежи;
- поддержанию высокой работоспособности и творческого долголетия людей.

Формы физического воспитания детей многообразны. Учитель обязан каждую из них использовать с возможно большой эффективностью. Поэтому приходится *быть* и методистом, и организатором, и руководителем, и хозяйственником, и строителем. Учитель должен не только хорошо провести уроки, но и организовать для детей во внеурочное время занятия в секциях

общей физической подготовки и в спортивных секциях, обеспечить выступление школьных команд в различных внешкольных соревнованиях, организовать соревнования внутри школы (причём таким образом, чтобы в них могли принять участие как можно больше детей). Непосредственной обязанностью учителя является пропаганда физической культуры, при этом он должен ориентироваться не только на школьников, но также и на родителей и педагогов.

Много внимания сегодня уделяется проблеме повышения двигательной активности обучающихся. Введение в практику работы школы гимнастики до занятий в известной степени способствует решению этой задачи.

Наш педагогический коллектив с большой ответственностью и пониманием отнесся к решению внедрить ежедневную гимнастику до занятий среди школьников. Вопросы их организации обсуждались на педагогических советах, на заседаниях школьного методического объединения.

Ответственным этапом при организации культурно-оздоровительных мероприятий была подготовка инструкторов и физоргов. Для них учителя физкультуры провели цикл семинарских занятий, на которых ребята ознакомились с теоретическими сведениями по этому вопросу и овладели необходимыми практическими навыками.

В программу подготовки входили темы: «Утренняя гимнастика и её влияние на организм», «Основы методики проведения гимнастики до занятий», «Требования к организации и проведению гимнастики до занятий», «Составление комплексов упражнений утренней гимнастики и особенности ее проведения в различных классах».

Учащиеся-активисты и учителя провели большую разъяснительную работу среди основной массы школьников.

В школе проводятся подвижные перемены. Для их проведения школа имеет хорошие условия: пришкольный стадион с 300-метровой беговой дорожкой, гимнастический городок, разделенный на зоны и оборудованный соответствующими нестандартными снарядами.

Впервые за многие годы в нашей школе работают четыре учителя физической культуры, что дает возможность более качественно организовать внеклассную работу.

Ежедневно проводятся занятия в секциях легкой атлетики, баскетбола, футбола, волейбола, лыжных гонок.

Еженедельно в школе среди классов проводятся спортивные соревнования «Старты надежд», «Дни здоровья». Все эти спортивные мероприятия способствуют поддержанию у детей хорошей спортивной формы, что даёт возможность хорошо выступать в районных мероприятиях. В настоящее время учащиеся нашей школы входят в тройку сильнейших в спартакиаде школьников Кочневского района.

Регулярно уроки физической культуры проводятся на воздухе (70 % уроков). Это способствует снижению заболеваемости среди обучающихся.

Для решения проблем вовлечения в активные занятия физической культурой учащихся и молодежи особое внимание обращаем на проведение детьми досуга. Поскольку сфера досуга может быть заполнена самыми разнообразными занятиями (не всегда полезными для здоровья человека), формируем в качестве приоритетной формы досуговой деятельности активный отдых.

Социальная практика показывает, что физическая культура и спорт являются эффективным средством профилактики асоциального поведения.