

Организация спортивно-массовой работы в школе как важный фактор повышения уровня физической подготовленности обучающихся.

Архипов Александр Васильевич, Заслуженный учитель школы Российской Федерации.

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Лицей №3 имени Петра Аркадьевича Столыпина г. Ртищево Саратовской области», город Ртищево, Саратовской области, Российская Федерация.

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры.

Проблема сохранения здоровья – одна из наиболее актуальных проблем нашего времени. Поэтому одной из главных задач, которую я ставлю перед собой, и которая стоит перед лицеем является укрепление здоровья и правильное физическое развитие учащихся. С этой целью используются различные формы: урок физической культуры, физкультминутки, спортивные секции, подвижные игры, спортивные праздники, дни здоровья и спорта и т.д.

Итак, урок физической культуры. Цель предмета научить, воспитать, взрастить ученика, подготовить его к жизненным нагрузкам. На протяжении всех учебных лет мы решаем образовательные, воспитательные, оздоровительные задачи, строго соблюдая принципы физического воспитания – постепенность, систематичность, доступность, разносторонность. И чем лучше решаются эти задачи, тем выше качество преподавания нашего предмета, эффективнее работа вне урока, тем виднее положительные, практические результаты. Но для этого необходимо постоянное, неослабевающее внимание учителя, прежде всего к ученикам. Ради их ответного внимания к физической культуре – предмету, который закладывает основы здорового образа жизни.

Система физического воспитания в полной мере не выполняет те функции, которые возложены на нее. Это отчетливо видно в неспособности указанной системы остановить процесс ухудшения здоровья школьников. Данные различных исследований указывают на значительное снижение числа абсолютно здоровых детей, рост числа хронических заболеваний, увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов. Какие меры предлагались?

Увеличить количество уроков физической культуры, повысить качество их проведения, внедрить инновационные методики физического воспитания, обеспечить совершенствование профессионального уровня учителей физической культуры. Однако не затрагивается главная ключевая проблема – это моральная мотивация учащихся к занятиям физической культурой и спортом.

Исторически сложилось, что учебная программа, уроки физической культуры базируются на обучении видам спорта:

- легкой атлетике;
- гимнастике;
- лыжному спорту;
- спортивным играм (в основном – баскетболу и волейболу)

и пришли к убеждению, что нужно изменить подход к уроку и не ставить, как сейчас, во главу угла обучение видам спорта и тем более не оценивать учащихся на уроке за определенное количество результативных бросков мяча в баскетбольную корзину или за красиво оттянутые носки ног при прыжке через козла.

Предлагаются два узловых момента в этом вопросе:

1. Развитие физических качеств остается приоритетным и надо использовать все имеющиеся лучшие методики, в том числе из разных видов спорта способствующие осуществлению этой задаче, чтобы ребенок пропорционально развивался, был сильным, выносливым, ловким и тому подобное.
2. Сейчас в век информатизации наши дети много сидят – на учебных занятиях в школе, дома, при выполнении домашних заданий, играя на компьютере, просматривая, почти все телевизионные передачи, причем, не отрываясь от стула. И крайне важно повысить суммарную двигательную активность детей. Поэтому предлагается сделать одним из критериев оценки наших учащихся их физическое здоровье, связанное с объемом двигательной активности, исходя из их возраста.

Необходимо немного развернуть урок физической культуры, не нарушая его основополагающих ценностей – воспитания, образования и овладения важнейшими навыками и умениями. К тому же вообще нельзя ставить на уроках задачу обучения видам спорта, хотя бы потому, что подавляющая масса школьников да и многие учителя по ряду своих данных не готовы к достижению этой задачи. Так зачем же обманывать себя и других, надо просто исходить из имеющих реалий.

Достижение высоких результатов возможно только тогда когда к этому есть сильные стимулы. А это значит, разработка действенной стратегии мотивации должна стать основой формирования современной национальной системы физического воспитания и чтобы повысить ее эффективность необходимо создать у учителя интерес. Определенные предпосылки для изменения ситуации есть. Условием использования механизмов мотивации, эффективной деятельности является возможность измерения и оценки ее результатов. В сфере физического воспитания эту возможность открывает использование тестов для оценки уровня физической подготовленности учащихся. Тестирование физической подготовленности учащихся по данной программе проводится ежегодно по одним и тем же тестовым упражнениям в начале и в конце учебного года. Таким образом, обеспечивается возможность анализа динамики физических качеств каждого школьника в течение года и за несколько лет. Использование единых тестовых упражнений позволяет осуществлять сравнение результатов в рамках параллели классов. Результат

каждого школьника может быть сопоставлен с минимальным, максимальным и средним результатами, показанными учащимися определенной параллели классов. При этом возможно сравнение, как по всему комплексу тестовых заданий, так и по отдельным упражнениям.

На протяжении многих лет я работаю над методической темой «Диагностика учебного процесса». И пришел к выводу, что без глубокого анализа учебного процесса дальнейшая педагогическая деятельность является мало эффективной. Для этого, мной разработана система проведения анализа работы по физической культуре за учебный год в сравнении с предыдущими учебными годами.

Анализ позволяет планировать дальнейшую работу не только в целом, но и по разделам учебной программы. Я считаю, что диагностика и глубокий анализ работы является залогом успеха лицея в спорте и улучшения здоровья учащихся.

Но полностью и качественно решить 3 основные задачи школьного физического воспитания: образовательную, воспитательную, оздоровительную только за счёт 3 уроков физической культуры крайне сложно, а порой и невозможно. Поэтому в лицее используются резервы физкультурно-оздоровительных мероприятий, внеклассная, внешкольная и физкультурно-спортивная работа с целью:

- сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- совершенствования процесса физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни;
- дополнительного образования детей в области физической культуры и спорта;
- формирования навыков и развития мотивации учащихся к выбору здорового образа жизни.

Ежегодно в лицее утверждается план спортивно массовых мероприятий, который включает около 20 спортивно-массовых мероприятий, охватывающих всех участников образовательного процесса, в том числе и родителей.

В учебном году мы проводим несколько спортивно массовых мероприятий, например, таких как турнир по футболу, спортивный праздник «Радуга здоровья», в котором участвуют родители вместе с детьми, кросс «Золотая осень», «День здоровья – прыжки в высоту», первенство лицея по баскетболу, Первенство лицея по гиревому спорту, «Лицейские Олимпийские Игры».

Подробнее хотелось бы остановиться на большом спортивно массовом мероприятии – Лицейских Олимпийских Играх, которые были посвящены Олимпийским Играм в Сочи 2014 и способствовали патриотическому воспитанию подрастающего поколения, совершенствованию системы Олимпийского образования, стимулированию изучения учащимися основных Олимпийских знаний.

Большому спортивному мероприятию предшествовала большая работа. Это заседание Оргкомитета по проведению мероприятия, составление и

утверждение Программы соревнований, конкурс «Эмблем и талисманов Лицейских Олимпийских игр».

На основании работ детей были изготовлены талисманы и сшит Лицейский Олимпийский флаг.

21 октября в большом спортивном зале, в День лица, состоялось открытие Лицейских Олимпийских Игр 2014 года. В торжественной обстановке был проведен парад участников соревнований, вынос и поднятие флага Лицейских Олимпийских Игр, торжественно прозвучали Клятвы участников и организаторов соревнований:

- от имени спортсменов (Фролов А. 11 класс),
- от имени судей соревнований (Горелов И. П.).

Завершил праздничную церемонию флешмоб «Я живу в России».

В период с 22 по 25 октября в лицее прошли Лицейские Олимпийские Игры. Знание истории Олимпийского движения, олимпийских ценностей, традиций, талисманов – очень важны. А знание достижений своего народа на Олимпийских играх, служат отличным примером для реализации целей не только в спорте, но и в жизни. Через них формируется нравственный мир человека.

Лицейские Олимпийские Игры это большое культурное и спортивно-массовое мероприятие, в котором приняли участие 170 учащихся.

4 дня соревновались ребята 4-11 классов. Каждый класс представлял на играх сборную в составе 5 девочек и 5 мальчиков. Страсти во время соревнований кипели олимпийские, и олимпийским же был основной принцип: главное – не победа, а участие. Но, как и во всех соревнованиях, победителей ждали заслуженные награды.

Кульминацией большого спортивного праздника стало Закрытие Лицейских Олимпийских Игр, которое дало возможность выразить эмоции, чувства, и настроения, осознать свою значимость, продемонстрировать силу духа и чувство собственного достоинства. Итоги командных соревнований, соревнований в подтягивании на перекладине, беге на 30 метров, отжимании, эстафете 10 по 100 м вызвали бурю эмоций. Медали на груди юных спортсменов, грамоты, талисманы Лицейских Олимпийских Игр стали наградой в честной спортивной борьбе.

Завершился праздник товарищеской встречей по волейболу среди учащихся МОУ СОШ №4 и «Лицея №3 им. П. А. Столыпина».

Спортивный праздник способствовал не только физическому развитию детей, но и их нравственному воспитанию, умению корректно вести себя с соперником, сопереживать за товарищей по команде, радоваться удачам и огорчаться промахам, формированию положительных эмоций, и объединению взрослых и детей общими целями.

Лицейские Олимпийские Игры это прекрасная форма пропаганды физической культуры, которая создает предпосылки для привлечения школьников к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом.

Таким образом, физкультурно-оздоровительная и спортивно массовая деятельность в лицее нацелена на формирование у учащихся, родителей,

педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества учащихся лица оздоровительными мероприятиями.

Сложившаяся система физического воспитания в лицее позволяет:

- сохранять успеваемость по предмету более 85%;
- повысить динамику роста физической подготовленности учащихся;
- интерес учащихся к занятиям физической культурой и мотивацию к соблюдению здорового образа жизни;
- повысить динамику состояния здоровья учащихся;
- успешно выступать на региональных, муниципальных соревнованиях, занимать призовые места в течение многих лет в Спартакиаде и Президентских состязаниях.

Результатом многолетней совместной работы учителей физической культуры, педагогического коллектива лицея, обучающихся и родителей стало:

- завоевание более 500 грамот и 150 кубков;
- более 450 обучающихся стали чемпионами и призерами региональных и муниципальных соревнований.