Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №7» г. Белгорода

**Выступление**

**в региональной научно- практической конференции**

**«От уроков здоровья к урокам жизни» в рамках проекта**

**«Разработка и апробация региональной модели обучения здоровью»**

**Тема :** « Организация физкультурно-оздоровительной деятельности.

Спортивно-массовые мероприятия в школе».

**Название выступления:** «Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Средства и формы для формирования здорового образа жизни обучающихся в школе».

Подготовила:

учитель физической культуры

МБОУ СОШ № 7 г. Белгорода

Золотарева А.М.

Белгород, 2020г.

**Тема :** « Организация физкультурно-оздоровительной деятельности. Спортивно-массовые мероприятия в школе».

**Название выступления:** «Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Средства и формы для формирования здорового образа жизни обучающихся в школе».

Хочется начать свое выступление с того, что с этой представленной презентацией и выступлением, наша школа приняла участие в Муниципальном конкурсе на лучшее ОУ «Школа содействующая укреплению здоровья» в номинации « Организация спортивно – массовой и физкультурно – оздоровительной работы в школе». В итоге наша школа стала победителем конкурса

(1 место), и мы хотим поделиться опытом работы по данному направлению, поведать о достижениях нашей школы ,показать все методы, средства и формы формирования здорового образа жизни обучающихся в школе.Итак, 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.

Задачи, которые стоят перед нашей школой в условиях увеличения интеллектуальных нагрузок на обучающихся, уменьшением объема двигательной активности в связи с меняющимися потребностями подрастающего поколения: 1. Сохранение и укрепление здоровья учащихся; 2. Создание в школе условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта; 3. Проведение мероприятий по укреплению здоровья, профилактике асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры и спорта.В современных условиях проблема здоровья детей приобретает глобальный характер. Учащихся необходимо научить правильно и целесообразно выбирать средства и формы для формирования здорового образа жизни.

Качественно организованная, системная внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа решает эти важнейшие задачи.

Формы организации физкультурно – оздоровительной деятельности: - урок физической культуры; - физкультминутки; - подвижные перемены; - сдача норм комплекса ГТО В течении года;

- викторины, лекции, беседы;

- соревнования, праздники, акции ЗОЖ, школьные традиции;

- тестирование (основы знаний);

- уровень ФП ;

- инструктаж Т.Б. Походы выходного дня;

- внеурочная деятельность, кружки, секции;

- зарядка с чемпионом;

- дни здоровья, внутришкольные соревнования;

Слайд (на слайде фото мероприятий)Формы организации этой деятельности вы также видите на слайдах С этой целью используются различные формы организации физкультурно – оздоровительной деятельности: урок физической культуры, физкультминутки, спортивные секции, подвижные перемены, час здоровья, спортивные праздники, дни здоровья и спорта и Сдача норм комплекса ГТО В течении года: Викторины, лекции, беседы; Соревнования, праздники, акции ЗОЖ, школьные традиции; Тестирование ;Уровень ФП ; Инструктаж Т.Б. Походы выходного дня ;Внеурочная деятельность, кружки, секции; Зарядка с чемпионом; внутришкольные соревнования;СлайдВнеклассная спортивно-массовая, физкультурно-оздоровительная работа в школе ведется четко согласно плана физкультурно-оздоровительной работы на учебный год, плана-графика проведения внутришкольных соревнований:

- в сентябре в 1-11 классах ежегодно проводятся выборы физоргов классов, выборы в Совет школьного клуба «Олимпия»,оформляется стенд по организации спортивно-массовой, физкультурно-оздоровительной работе (на стенде размещена таблица контрольных нормативов, сетка городской спартакиады, расписание секций, план-график дней здоровья, график внутришкольных соревнований и др). В мониторингепоказано участие обучающихся 1-11 классов в спортивных мероприятиях за 5 лет .Динамика на протяжении многих лет не меняется, кроме того, наблюдается, что наибольший % обучающиеся принимает активное участие во внутришкольных соревнованиях.Мониторинг внутришкольных соревнований, дней здоровья за 5 лет

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Год | 1-е полугодие | 2-е полугодие | За год |
| 2015 -2016 год | 70,1% | 68% | 69,05% |
| 2016- 2017 год | 71,3% | 69,5% | 69.9% |
| 2017- 2018 год | 73,9 % | 72,7 % | 71,8% |
| 2018- 2019 год | 71% | 76,5% | 73,7% |
| 2019- 2020 год | 72.2% | 72% | 72,1% |

СЛАЙД

С целью привлечения учащихся школы, педагогов, к систематическим занятиям физической культурой и спортом, укрепления их здоровья и формирования здорового образа жизни в школе был создан ШСК «Олимпия», который имеет свою эмблему и девиз: «Спорт- это я! Спорт –это мы! .Спорт –это будущее нашей страны!»

Совет физкультуры, то есть члены клуба, ведут спортивно- оздоровительную деятельность, оказывают огромную помощь в проведении соревнований, дней здоровья, осуществляют контроль утренней зарядки, ведут пропаганду ЗОЖ, ГТО, оказывают огромную помощь в проведении праздников «А, ну-ка, парни»!, «Папа, мама, я- спортивная семья»!, «Я- выбираю спорт , как альтернативу пагубным привычкам», «Президентские состязания», «Президентские спортивные игры» ,шахматно-шашечные турниры, выступая в роли судей.

СЛАЙД

Особое внимание учителя физической культуры уделяют совершенствованию уровня физической подготовленности учащихся средствами физического воспитания. Два раза в год учащиеся сдают тесты по 6 видам, ведутся протоколы, проводятся мониторинги.

СЛАЙД

Мощным стимулом для развития спортаявляется система ГТО. В школе ведётся совместная работа учителей физ. Культуры и классных руководителей по пропаганде и приобщению сдачи норм комплекса ГТО. На протяжении многих лет учащиеся принимают участие в сдаче норм комплекса ГТО, ведетсяучет сдачи нормативов, данные отправляются в Центр тестирования ГТО, нами проводится мониторинг сдачи норм комплекса ГТО. Количество значкистов по годам вы можете видеть на экране.

Мониторинг ГТО за 5 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Год | Золото | Серебро | Бронза | Кол-во общее значкистов | Всего принялоучастие |
| 1 | 2015-2016 год | 19 | 80 | 67 | 166 | 289 |
| 2 | 2016-2017 год | 27 | 98 | 96 | 221 | 282 |
| 3 | 2017-2018 год | 6 | 15 | 62 | 83 +30 (113) | 262 |
| 4 | 2018-2019 год | 19 | 2 | 1 | 22 | 269 |
| 5 | 2019-2020 год | 18 | 26 | 16 | 60 | 269 |

То-есть за последние три года показатель принявших участие в сдаче норм комплекса ГТО не меняется, показатель в результативности значкистов увеличен в сравнении с прошлым годом на 38 значкиста.Слайд (достижения детей в соревнованиях)Совместная работа классных руководителей и учителей физической культуры по организации ЗОЖ обучающихся наглядно была реализована в организации, участия обучающихся в городской 62-й Спартакиаде школьников. Сборная школы успешно выступает в городских соревнованиях по волейболу, баскетболу, футболу, лёгкой атлетике, в гандболе, в хоккее с шайбой, в стартах надежд, гимнастике, в шахматах.За последние два года обучающиеся заняли призовые места в соревнованиях:

1. III место в зачет 62 спартакиады школьников по лапте среди девушек;
2. II место в зачет62 спартакиады школьников по лапте среди юношей;
3. II место в зачет 62 спартакиады школьников по гандболу среди юношей;
4. III место в зачет 62 спартакиады школьников по гандболу среди девушек;
5. III место в зачет 62 спартакиады школьников по шахматам сборная команда;
6. III место в этапе Первенства Белгородской области по хоккею с шайбой среди юношей 2005-2006 г;
7. III место в соревнованиях «президентские состязания» среди 5-х классов ;

Среди общеобразовательных учреждений города Белгорода, наша школа заняла 6 место среди 15 команд 2 группы. Ежегодно в таких мероприятиях задействуется до 467 обучающихся, что составляет 53% от общего контингента).

Количество учащихся принявших участие во внутришкольных соревнованиях за учебный год – 575 учащихся;

Количество учащихся принявших участие в муниципальных соревнованиях за учебный год – 467 учащихся;Слайд (на слайде фрагменты уроков)

Задача учебного предмета физическая культура: формирование навыков ЗОЖ через систему физкультурно-оздоровительных мероприятий. Основной формой является урок физической культуры. Полностью и качественно решить задачу двигательной активности позволяют 3 урока физ. культуры.

Слайд (на слайде фрагменты уроков)

Уделяется внимание методике и технологии современного урока, обсуждаются новинки в методике проведения уроков, внеклассных мероприятий, здоровье сберегающих технологий. . В центре внимания ставятся вопросы физического воспитания, здоровья детей и подростков, техники безопасности во время занятий физической культурой. Слайд (на слайде фрагменты уроков)

Работа на уроке заключается в разработке программ, комплексных упражнений необходимых для физического воспитания и развития учащихся, а также методов, направленных на формирование здорового образа жизни. Уроки физической культуры – основное звено в цепочке оздоровления учащихся в школе. Они содействуют укреплению здоровья, правильному физическому развитию и закаливанию организма, а также умственной и физической работоспособности, формированию правильной осанки.

Слайд (на слайде фрагменты уроков)

Здоровый образ жизни на уроках физкультуры включает в себя следующие основные элементы: нагрузка и отдых, оптимальный двигательный режим, личную гигиену, закаливание, развитие двигательных способностей, соблюдение правил поведения. Слайд (на слайде фрагменты уроков)

Оптимальный двигательный режим у нас на уроках - важнейшее условие здорового образа жизни. Его основу составляют систематические занятия физическими упражнениями, уроки на свежем воздухе по нормам СанПин, игры, соревнования, эстафеты, контроль ЧСС в процессе урока и после нагрузок, дыхательная гимнастика, корригирующая гимнастика на осанку, профилактику плоскостопия, корригирующая гимнастика на зрение, самоконтроль за состоянием своего организма.Слайд В школе ведётся совместная работа учителей физ. культуры и медицинского работника по отслеживанию состояния здоровья обучающихся. Составляются графики и диаграммы состояния здоровья учащихся (по физкультурным группам здоровья), проводится их анализ, учитывается охват учащихся занимающихся спортом, проводится анкетирование учащихся.

|  |  |
| --- | --- |
| Группа здоровья | 2019 - 2020  учебный год |
| Всего обучающихся | 878 |
| Основная группаздоровья | 498 |
| Подготовительная группа | 360 |
| Специальная медицинская группа | 5 |
| Освобожденные по медицинским показаниям, надомники | 19 |

Слайд В нашей школе существует давняя добрая спортивная традиция проведения праздника «Папа, мама, я – спортивная семья»! Данное мероприятие имеет огромное значение для укрепления взаимоотношений в семье, здоровья подрастающего поколения, его физического развития и физической подготовки, воспитывает силу воли, пример к ЗОЖ, а атмосфера праздника наполняет позитивные эмоции детей, воспитывает волю и выносливость. Семья выполняет функции, которые во многом определяют сохранение и укрепление здоровья ребенка и общества. Именно в семье родители приобщают своих детей к нравственным ценностям и нормам поведения, к жизни в обществе, взаимодействию с другими людьми, передают трудовые навыки. В семье решается досуговая функция, обеспечивающая гармоничное развитие человека.СлайдЕщё одна спортивная традиция в нашей школе - это ежегодное проведение спортивного конкурса «А, ну-ка, парни»! с целью пропаганды здорового образа жизни, развития интереса к физической культуре и спорту, воспитания ценностностного отношения к здоровью, совершенствованию физических и волевых качеств к труду и защите Отечества. В прошлом учебном году соревнованиях приняли участие юноши 9-х, 2-х,3-х, 4-х,7-х, 8-х, классов основной и подготовительной группы здоровья. СлайдВ нашей школе существует такая традиция, как проведение зарядки с чемпионом.В январе 2020 года мы пригласили Волосовцева Дмитрия Игоревича, который имеет титул Мастера спорта России по гиревому спорту, является 2-х кратным Чемпионом и рекордсменом России, Победителем Первенства России, бронзовым призёром Чемпионата России, 2-х кратным серебряным призёром кубка Европы, Победителем первенства Европы, Победителем WAKSCGrandPrixseriesв городе Санкт Петербург, победителем первенства Мира, 2-х кратным победителем SNPROEXPOFACEOFFRUSSIA. Детям всегда интересен такой формат проведения зарядки, в прошлом году учащиеся 3,4,9 классов взяли у Дмитрия автограф, сделали фотографии на память.СлайдС целью увеличения численности обучающихся, регулярно занимающихся физической культурой и спортом, привития навыков здорового образа жизни был создан второй школьный клуб «шахматно-шашечный клуб БЕЛАЯ ЛАДЬЯ». Регулярно в течение года проводятся шахматно - шашечные турниры «Белая Ладья», а также ведется внеурочная деятельность по шахматам и шашкам среди 6-7-8 классов.СлайдОчень хочется отметить, что общая занятость обучающихся, занимающихся в спортивных секциях в 2019-2020 учебном году составила 76% , что подтверждает эффективность организации работы во внеурочное время и привития любви к здоровому образу жизни и спорту.По результатам анализа наблюдается значительный рост занятости обучающихся в спортивных секциях в учреждениях города. Осуществляем мы это вместе со структурными подразделениями: СДЮСШ №6, МБУДО ДЮСШ №1, (гандбол), МБУДО ДЮСШ№7, МБУДО ДЮЦ «РОВЕСНИК», МБОУ ДЮСШ «Олимп»Ребята с удовольствием посещают секции: КУДО, БОКС, большой теннис, гандбол, л/а, мини-футбол,СлайдНа современном этапе развития общества повысилось внимание к здоровому образу жизни и среди учителей нашей школы. Педагоги в последнее время проявляют глубокий интерес к проблеме здоровья, воспитания ответственного отношения к своему здоровью, к здоровью окружающих и здоровью будущих поколений. Важным условием успешной работы по сохранению здоровья является то, что «здоровый образ жизни» должен стать стилем жизни!!!. Учителя нашей школы принимают активное участие в городской спартакиаде педагогических работников, участвуют в тур.слете, соревновагиях по волейболу, настольному теннису, пулевой стрельбе, сдают нормы комплекса ГТО. СлайдВот так у нас в школе была организована и проведена физкультурно– оздоровительная деятельность в рамках Всероссийской Акции «Спорт-альтернатива пагубным привычкам» «Здоровый фитнес», где приняло участие 34% учителей нашей школы. Учителя нашей школы сделали вывод, что занятия физическими упражнениями и ведение здорового образа жизни является фундаментом для укрепления здоровья!Слайд, достижения в конкурсах, копии грамот)Опыт работы учителей физической культуры по данному направлению деятельности ежегодно представляется на городских конкурсах физкультурно - оздоровительной направленности и имеет высокую результативность. Каждый год мы принимаем участие в муниципальном этапе смотра-конкурса на лучшую постановку спортивно – массовой и физкультурно – оздоровительной работы, начиная с 2016 учебного годы ежегодно мы являлись призерами конкурса. В 2017 году стали победителем ,в 2019-2020 учебном году в номинации«Физкультурно-оздоровительная и спортивно- массовая работа» наша школа опять стала Победителем, а в региональном этапе мы заняли 2 место.СлайдТакже мы принимали ежегодно участие в муниципальном этапе XIV Всероссийской акции « Спорт- альтернатива пагубным привычкам» в номинации «Физкультурно-оздоровительная работа» По итогам конкурса мы являемся призерами ( 2 место) В 2018-2019 учебном году мы приняли участие в муниципальном этапе смотра конкурса на развитие массового спорта среди ШСК в номинации «Лучший городской школьный спортивный клуб», итоги конкурса призер 2018 – 2019гг.Участие в муниципальном конкурсе на лучшее ОУ, развивающее физическую культуру и спорт «Олимпиада начинается в школе» номинация «Лучшая городская общеобразовательная организация итоги конкурса призер 2018 – 2019 г Спортивную гордость нашей школы составляют обучающиеся спортсмены: разрядники, мастера спорта, кандидаты в мастера спорта, подающие своими достижения и результатами пример будущему подрастающему поколению.Заканчивая свое выступление, хочу сказать словами Петра Кузьмича Анохина:Слайд«В массовом развитии физической культуры и спорта я вижу один из лучших вариантов в битве за здоровье человека, его творческую активность и долголетие».