

МОДЕЛЬ СПОРТИВНОЙ ДОСУГОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Ирина Калмыкова,
*заместитель директора
по воспитательной работе
школы № 14 г. Новочеркаска*

В школе остро стоит проблема сохранения здоровья учащихся. И хотя образовательная функция школы по-прежнему остаётся ведущей, важным фактором в оценке степени и качества обученности становится состояние здоровья школьника.

- *гармоничная связь между обучением и здоровьем*
- *модель спортивного досуга учащихся*

Более 40% российских семей не имеют возможности купить своему ребёнку путёвку в санаторий. Особенно трудно живут сегодня многодетные и малообеспеченные семьи. Государственные пособия не решают их материальных проблем, неполноценное питание усугубляет и без того слабое состояние здоровья детей в таких семьях. Организация спортивного досуга учащихся в школе — пусть небольшая, но всё же помощь нашим детям и их семьям в сохранении здоровья учащихся, отвлечения несовершеннолетних от «дурного» влияния улицы.

Установление гармоничной связи между обучением и здоровьем обеспечивает качественный сдвиг в повышении эффективности учебного процесса. Перед школой остро стоит задача: создать условия для сохранения здоровья учащихся. Речь идёт не только о механизме здоровьесберегающей среды общеобразовательного учреждения, но и о развитии спортивной досуговой деятельности учащихся, а также о пропаганде здорового образа жизни.

Одна из важнейших составляющих физического воспитания в школе — внеклассная спортивная и физкультурно-оздоровительная работа. Внеклассная работа строится на основе самостоятельного выбора учащихся. В системе этой работы в школе организуются различные физкультурные кружки и секции, проводятся игры, соревнования, экскурсии, туристические походы, спортивные праздники и т.д.

К руководству внеурочной работой по физическому воспитанию привлекаются родители, старшеклассники, члены спортивных обществ. Внеклассная работа по физическому воспитанию проводится в тесном контакте с учителями физической культуры, медицинским работником, учащимися.

Участие детей в общегородских играх «Орлёнок», «Юный пожарный» даёт возможность не только развивать физические качества личности, но и вести военно-патриотическое воспитание.

Немаловажное значение для развития спортивной досуговой деятельности школьников оказывают детские спортивно-юношеские секции нашего города, где занимаются 40% учащихся нашей школы. Не следует упускать из вида и значение физкультурных минуток на уроках, особенно в начальной школе и в среднем звене. Их основная цель — снять напряжение, накопившееся утомление, сохранить хорошую осанку. Во время большой перемены, если позволяют погодные условия, учащиеся играют на

пришкольной площадке под контролем не только классных руководителей, но и учащихся старших классов. Активность ребят во время перемен проявляется в самых разнообразных видах: игры, хоровое пение, прыжки со скакалкой, мячом, ходьба по бревну. В помещении можно проводить коллективные подвижные игры.

Физическое воспитание учащихся во внеурочное время не может быть полноценным без помощи семьи. Это и утренняя гимнастика дома, соблюдение режима дня, закаливание организма, сбалансированное питание, правильно организованный труд и отдых, контроль за посадкой детей во время выполнения домашних заданий, а также походкой и осанкой ребёнка. У нас сложилась хорошая традиция участвовать в соревнованиях «Папа, мама, я — спортивная семья», «Спорт против наркотиков». Семье легче организовать совместные походы, что не только укрепляет здоровье, но и создаёт наиболее благоприятные условия для общения детей и взрослых, их воспитания. Семья приучает ребёнка к выполнению обязанностей по самообслуживанию и бытовому труду. Упражняясь ежедневно, совершая регулярные физические упражнения, ребёнок совершенствуется. Особое внимание учащимся уделяется в школе во время каникул. Для них организуются всевозможные мероприятия, проводятся экскурсии и походы, работает летний оздоровительный лагерь.

Физическое воспитание во внеурочное время тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием школьника и активно содействует всестороннему развитию детей; учит чётко подчиняться дисциплине, выполнять правила, нормы спортивной этики, уважать соперника, судей, развивает умение бороться до победы, не завидовать победителям, не теряться при поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивные занятия различного вида помогают закалять

волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Перед нашей школой была поставлена задача — создать свою модель спортивной досуговой деятельности школьников, которая бы целенаправленно реализовывалась, включала в работу и микросоциум школы, и семьи учащихся, и школьный ученический совет, в котором важная роль отводилась бы детской инициативе в организации спортивного досуга. Воспитание у учащихся здорового образа жизни, а также его сохранение и развитие, согласованность в действиях, соответствие между желаемым и возможным определяют целостность этого проекта.

Обоснование модели спортивного досуга учащихся

Актуальность создания модели подтверждают показатели:

- физиологически зрелыми рождаются не более 14% детей;
- 25–30% детей, пришедших в первый класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания;
- 90–92% выпускников средних школ находятся в «третьем состоянии», т.е. они ещё не знают, что больны; только 8–10% выпускников можно считать действительно здоровыми.

Кризисные явления в обществе способствовали изменению мотивации образовательной деятельности у детей разного возраста, замедлили их физическое и личностное развитие, вызвали отклонения в социальном поведении. Наша модель спортивного досуга объединяет несколько направлений воздействия на ребёнка: оздоровительную, психологическую и воспитательную. Каждая из них по своему важна для развития личности.

Цели и задачи создания модели спортивного досуга

Цели:

- сохранение и укрепление здоровья учащихся;

- дополнительное образование детей в области физической культуры и спорта;
- формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

- Воспитательная — воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью, понимание ценностей и важности поддержания организма в здоровом состоянии.
- Обучающая — обучение детей нормам здорового образа жизни (включая саморегуляции таких качеств, как выносливость, энергичность, уравновешенность и др.), развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков.
- Оздоровительная — укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространённых заболеваний, совершенствование внимательности, сосредоточенности, памяти.

Способы решения задач

Педагогические:

- во внеурочное время: при сохранении традиционных для класса занятий, игр и увлечений увеличивать долю экскурсий, походов, привлекать к участию в работе органы школьного ученического самоуправления, разнообразить кружковую, секционную деятельность спортивной направленности;
- в урочное время: исключать из традиционного урока элементы, нарушающие физическое здоровье учащихся, т.е. проводить физминутки, профилактику нарушения осанки и зрения и т.д.

Психологические:

- индивидуальные консультации;
- тематические беседы;
- игры, тренинги;
- консультации для родителей и педагогов.

План мероприятий на четверть по спортивно-досуговой деятельности во внеурочное время

До уроков	На малых переменах	На переменах больших	После уроков	В течение учебной четверти
Физзарядка с упражнениями на активизацию ЦНС, внимания, тренировку воли, вестибулярного аппарата	Подвижные игры («Колечко», кегли, «Классики», «Резиночки» и др.); игры настольные интеллектуальные (шашки, шахматы, конструктор, раскрашивание)	Экспресс-соревнования по футболу, волейболу (на школьном дворе), борьбе (спортивные маты в холле), настольному теннису	Спортивные секции (футбол, волейбол, борьба и др.), кружки (шашки, шахматы)	Туристические походы, экскурсии выходного дня, спортивные соревнования на природе, конкурсы, выставки, смотры по различной тематике

Физиологические:

- соблюдение режима труда и отдыха;
- подбор упражнений индивидуального комплекса утренней гимнастики с учётом особенностей развития организма;
- познание возможностей своего организма посредством участия в спортивных соревнованиях, туристических походах, экскурсиях выходного дня и др.;
- физические приёмы тренировки воли, освоение приёмов релаксации, физиологической саморегуляции в быту и др.

Ожидаемые результаты:

- Осознанное отношение детей и их родителей к своему состоянию здоровья как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
- Введение оптимального режима труда и отдыха детей.
- Повышение уровня физического, психического и социального здоровья детей.
- В результате реализации этого проекта у выпускников школы будет сформирована потребность быть здоровым, вести здоровый образ жизни; способность управлять своим здоровьем и формировать его.

Нормативно-правовая база организации спортивного досуга

1. Конвенция ООН о правах ребёнка. Ч. 1 ст. 29 и 31.
2. ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Гл. 1 ст. 1,4; гл. 2. ст. 5; гл. 3 ст. 14; гл. 6 ст. 34.
3. Закон РФ «Об образовании». Гл. 5 ст. 50 и 51.
4. Концепция развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2005 года (распоряжение Правительства от 29.10.2002 г., № 1507-Р).
5. Междисциплинарная программа «Здоровье» для средних образовательных учреждений.
6. «О новых санитарных правилах организации отдыха детей в каникулах».
7. Концепция развития физической культуры, спорта и туризма в Ростовской области на период до 2002—2005 гг.
8. О приобретении и использовании спортивного инвентаря для организации досуга детей и подростков» — приказ МО и ПО РО от 26.07.2005 г. № 1673.
9. «Об организации работы по развитию спортивного досуга школьников в 2005/06 учебном году» — приказ Управления образования Администрации г. Новочеркаска от 05.08.2005 г. № 328. **НО**