Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Коротковская общеобразовательная школа Корочанского района Белгородской области"

Методическая рекомендация по внеклассной работе

**Тема: «**Здоровьесберегающее образовательное пространство

в физкультурно-оздоровительной работе»

Выполнил:

Учитель физической культуры

Фесенко Алексей Сергеевич

2013

«Здоровьесберегающее образовательное пространство в физкультурно-оздоровительной работе

«Физическая культура» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном обращении к своему здоровью и физической кондиционности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Физкультурно-оздоровительная деятельность характеризуется целенаправленным развитием и совершенствованием духовных и природных сил человека и выступает как условие и результат формирования физической культуры личности.

Деятельность школы по формированию здоровьесберегающего образовательного пространства осуществляется на основе следующих принципов:

1. преемственности учебной и воспитательной деятельности, направленной на обучение средствам и методам использования возможностей своего организма для поддержания здоровья, сохранения и его укрепления;
2. целенаправленного формирования мотивации на здоровый образ жизни;
3. субъектного подхода, признающего личные интересы обучаемого, особенности его физического, психического, социального и духовного развития;
4. интеграции компонентов (направлений) здровьесберегающего образовательного пространства;
5. компетентного использования педагогическим коллективом обоснованных психолого-педагогической теорией и практикой подходов, методов и приемов;
6. гибкости и динамичности, которые позволяют перестроить, ввести новые компоненты, расширяющие здоровьесберегающее образовательное пространство в соответствии с изменяющимися потребностями и особенностями личности;

Таким образом, социальный заказ для учителя физической культуры сегодня - не только формирование двигательных навыков у учащихся, но и оздоровление детей, предупреждение роста заболеваемости детей в условиях школьного обучения. Вовлечение в различные формы занятий физической культуры основной массы учащихся и педагогов оказывает самое плодотворное влияние на их здоровье.

И тут на первое место выходит организация внеклассной спортивно-оздоровительной работы, где почти все зависит от нас, учителей физкультуры. Главная цель внеклассной работы в школе – организация досуга школьников, несущего оздоровительный эффект.

Существенным направлением внеклассной работы является организация и проведение спортивно-массовых мероприятий в школе. К ним относятся спортивные праздники, соревнований, вечеров, «дней здоровья» и т.д. В каждой школе выработана своя система внеклассной спортивной работы.

Физкультурные праздники обычно посвящаются каким-либо знаменательным датам.

На соревнованиях завязывается крепкая дружба между родителями и детьми, а так же между  семьями. На протяжении всего мероприятия участники соревнуются в силе, ловкости, быстроте и других качествах. Все задания подбираются таким образом, чтобы каждый  спортсмен мог выполнить их без подготовки, но сначала немного подумав. С первого конкурса и до последнего не умолкают  голоса и аплодисменты болельщиков, поддерживающих свои любимые команды. Время на таких мероприятиях пролетает быстро, жюри подводит итоги и награждает всех, ведь проигравших в этот день нет.

Традицией в нашей школе стало проводить в феврале месячник по военно-патриотическому воспитанию.

Итог месячника – праздник «А, ну-ка, парни!», игра «Зарница», «Веселые старты».

На протяжении всего учебного года в школе проводится школьная Спартакиада – соревнования между классами по различным видам спорта.

В соревнованиях принимают участие все учащиеся, кроме освобождённых от занятий физкультурой на весь учебный год (так как место класса зависит от двух факторов: показанных результатов и % участия от общего количества учащихся в классе). В конце года подводим итоги Спартакиады, и самый спортивный класс награждается почётной грамотой.

С самых первых дней существования человечества, между людьми, разворачивалась борьба за право быть первым. Это право достигалось при помощи силы, ловкости, быстроты, иногда хитрости, а также других качеств.

В нашей школе тоже идёт борьба, но борьба честная и спортивная. Смысл этой борьбы заключается в том, чтобы установить рекорд школы в силовых, беговых, прыжковых и других заданиях и упражнениях, как на уроках физической культуры, так и на соревнованиях. Рекорды достигаются путём длительных и изнурительных тренировок.

За счет этой борьбы преследуются следующие цели:

* заинтересовать учеников в выполнении домашних заданий,
* привлечь ребят к самостоятельным занятиям в свободное от учёбы время,
* создать соревновательную атмосферу между учениками разного возраста и пола,
* поддерживать себя в хорошей физической форме,
* вести здоровый образ жизни, а также быть первым и лучшим в спорте.

Особое внимание уделяем работе спортивных секций по различным видам спорта. На секциях осуществляем техническую и тактическую подготовку к школьным и районным соревнованиям, укрепление ОФП.

Спортивные игры воспитывают и нравственные качества: коллективизм, иммунитет против индивидуализма и эгоизма, самоотверженность и взаимовыручку, сдержанность скромность в победе, достоинство в поражении. Общение удовлетворяет духовную потребность в другом человеке, в освоении опыта товарищей, формирует общественное мнение, объединяет детей в полезном использовании свободного времени. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования волевых черт характера.

Огромное воспитательное значение имеет то обстоятельство, что на секцию приходят и родители ребят, которые этим пропагандируют ЗОЖ.

Мужчины села традиционно посещают волейбольную секцию и в играх вместе с ними повышают свое мастерство и дети. Постоянная связь школы и родителей учащихся, включение их в развитие у детей устойчивого интереса к занятиям физкультурой и спортом. Родители своим личным примером вовлекают детей в прекрасный мир движений. Укрепляются традиции общения детей и родителей, традиции совместного проживания значимых событий, совместной деятельности и совместной радости

Спортивные соревнования – яркое, эмоциональное зрелище. Удовольствие от спортивных зрелищ возникает вследствие соучастия в них зрителя, которого привлекает высокий уровень развития двигательных качеств, смелые и решительные действия участников, их высокие достижения.

Традиционны спортивные соревнования для детей на празднике «Проводы зимы». Также нравятся детям катание с горы на санках и лыжах.

Важным направлением внеклассной работы по физическому воспитанию является использование естественных сил природы (солнца, воздуха и воды) для укрепления здоровья учащихся. С этой целью в школе проводятся экскурсии на природу, организуются туристические походы.

В походах дети приобретают первоначальные навыки по туризму (ориентирование на местности, организация места отдыха, приготовление пищи и т.д.). С удовольствием ребята принимают участие в соревнованиях, посвященных Дню туризма.

Основная задача–это воспитание сознательного отношения учащихся к своему здоровью, постоянное его укрепление, раскрытие и развитие индивидуальных двигательных способностей, умений и навыков.