**ФГБОУ ВПО «Армавирская государственная педагогическая академия» кафедра теории, истории педагогики и образовательной практики.**

**Научная творческая работа «Здоровое поколение – будущее страны».**

Подготовили:

Титович Кристина

Олениченко Ирина

Хачатрян Лариса

АГПА ИПИМиФ

ВМ-МО-3-1

Научный руководитель:

к.п.н., доцент

Живогляд М.В.

На сегодняшний день в нашей стране активно пропагандируется здоровый образ жизни, но организация и кадры, ответственные за это, не подобраны.

 Анализ официальных результатов исследований, посвященных вопросам воспитания физической культуры у школьников, показал, что школьники практически не имеют навыков самостоятельных занятий физическими упражнениями. У многих из них отсутствуют должные знания и умения планирования и ведения здорового стиля жизни.

В своей работе мы предлагаем с малыми финансовыми затратами обеспечить привлечение молодежи к занятию спортом для их физического развития и ликвидации имеющихся физических отклонений в здоровье.

В результате специальных исследований установлено, что 60% выпускников школ имеют различные нарушения осанки, у 40% из них зарегистрированы отклонения в состоянии сердечно- сосудистой системы, 20% учащихся имеют избыточный вес, 50% - отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата. У 20% мальчиков и у 50% девочек школьного возраста отмечается низкая двигательная активность.

*Цель нашей работы* – показать школьникам пользу здорового образа жизни вместо приобретения вредных привычек от избытка свободного времени.

Среди всех причин несформированности физической культуры у молодежи важнейшей является отсутствие потребности в физкультурной деятельности. Отсутствие интереса у школьников к урокам по физической культуре снижает их двигательную активность. Это приводит к низкой осмысленности ими своих действий, отсутствию инициативности и самостоятельного выполнения учебного материала. Традиционные формы занятий физической культурой в образовательных учреждениях и самодеятельные формы занятий ею не позволяют в должной мере сформировать у занимающихся потребность в занятиях физическими упражнениями и сформировать физическую культуру в целом.

*Проблема* – воспитание физической культуры школьников.

В системе физического воспитания школьников применяются разнообразные формы организации занятий физическими упражнениями.

1. Урок физической культуры. Основной формой занятий физическими упражнениями в школе является урок физической культуры. По сравнению с другими формами физического воспитания урок физической культуры имеет ряд преимущества, так как он:

а) является самой массовой формой организованных, систематических и обязательных занятий школьников;

б) проводится на базе научно обоснованной государственной программы, рассчитанной на длительные сроки обучения;

в) осуществляется под руководством педагога при учете возрастно-половых и индивидуальных особенностей школьников;

г) содействует всестороннему и гармоничному физическому совершенствованию всех учащихся вне зависимости от их двигательных способностей, спортивных результатов, распределения на медицинские группы и т. д.

Уроки физической культуры в общеобразовательной школе проводятся 2 раза в неделю по 40—45 мин каждый. Их основное содержание — двигательная деятельность.

2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня. В процессе проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий решаются следующие задачи: активизация двигательного режима в течение учебного дня и внедрение физической культуры в повседневный быт школьников; поддержание оптимального уровня работоспособности в учебной деятельности; укрепление здоровья и совершенствование культуры движений; содействие улучшению физического развития и двигательной подготовленности учащихся; овладение навыками самостоятельных занятий физической культурой. К физкультурно-оздоровительным мероприятиям относят несколько разновидностей занятий.

Одной из причин низкого уровня посещаемости уроков физкультуры является наличие нормативов, в которые не все школьники могут уложиться.

В своем проекте мы предлагаем отменить или максимально снизить нормативы на уроках физической культуры, проводить лекции, беседы, интерактивные уроки с демонстрацией документальных и художественных фильмов, рассчитанных на ребят разного возраста.

К сожалению, в учебных заведениях эта работа носит компанейский характер. Чаще всего, мероприятие стараются приурочить к определенным датам: Дню борьбы с наркоманией, Дню борьбы с ВИЧ, СПИДом и др.

Помимо бесед и введения теоретической осведомленности школьников нужно все применять и на практике. Поэтому мы предлагаем ввести малые уроки физической культуры на больших переменах в школах.

Считаем разумным, проводить эти занятия для желающих, но так, чтобы это нравилось ребятам и участников становилось все больше. Для этого мы считаем необходимым подобрать не «заезженные» упражнения зарядки, не просто игры в мяч, а упражнения на внимание, а так же обязательно проводить рефлексию, ведь мы не можем заставить детей любить то, что они делают, поэтому совершенствовать все упражнения придется самим.

Урок физической культуры обладает особенностями, обусловленными возрастными возможностями учащихся разных классов, содержанием учебных программ, комплексностью решения педагогических задач, местом каждого урока в ряду других общеобразовательных уроков и в режиме учебного дня. Все это указывает на необходимость соблюдения ряда требований к его организации и проведению. К основным из них относятся следующие.

1. Четкость постановки целей и задач. Урок решает оздоровительные, образовательные и воспитательные задачи. В ходе организации учебной деятельности на уроке преподаватель обеспечивает не только овладение двигательными умениями и навыками, развитие основных физических качеств, усвоение обязательного минимума знаний по физической культуре, но и содействует воспитанию личностных качеств учащихся. Формулировки задач урока, как правило, предельно конкретны, лаконичны, учитывают состав учащихся, их возраст, физическое развитие и подготовленность, обеспечивают преемственность предыдущих занятий с последующими и с возможно большей определенностью отражают планируемые конечные результаты. Оптимальное количество задач, решаемых на одном уроке, — не более 2-3-х.

2. Соответствие состава учебного материала учебной программе и характеру поставленных задач. Внепрограммный материал может использоваться лишь с целью индивидуализации обучения.

3. Целесообразный отбор средств и методов обучения с учетом дидактической цели и задачи урока. Ни одна дидактическая цель или задача не может быть успешно решена без заранее обдуманного отбора учебного материала с учетом конкретных особенностей темы, с одной стороны, и достигнутого уровня подготовленности, возрастно-половых особенностей учащихся, с другой.

4. Тесная связь уроков с предыдущими и последующими. Каждый урок имеет преемственную связь по направленности педагогических задач, содержанию учебного материала, объемам и интенсивности нагрузок с последующими и предыдущими уроками.

5. Сочетание фронтальной, групповой и индивидуальной работы. Учебный процесс становится эффективным только при условии учета индивидуальных особенностей занимающихся и учебного материала.

6. Постоянное видоизменение содержания урока, методики его организации и проведения. Разнообразие содержания, методики и процессуального обеспечения урока способствует формированию интереса у учащихся к занятиям физическими упражнениями и побуждает их к активной деятельности.

7. Обеспечение травмобезопасности урока. Повышенная травмоопасность урока физической культуры обусловлена тем, что его специфическим содержанием является разнообразная двигательная деятельность на гимнастических снарядах, со снарядами и без снарядов. Неправильная организация учебно-воспитательного процесса может привести к различным травмам учащихся. Хорошо продуманная организация урока, приемы и способы помощи и страховки, особое внимание, уделяемое упражнениям с повышенной травмоопасностью, позволяют исключить травмы на уроках.

8. Постоянный контроль за ходом и результатами учебной деятельности учащихся. На каждом уроке обеспечивается оперативное управление деятельностью учащихся. Оно осуществляется на основе анализа и оценки выполнения учебных заданий и реакции организма на нагрузки с учетом субъективных ощущений занимающихся.

Возникает вопрос – кто же будет все это проводить? Нужно ли дополнительное финансирование? Да, конечно, за «спасибо» мало кто согласиться тратить свое свободное время, поэтому дополнительная оплата будет необходима! Участвовать и руководить этими занятиями могут не только учителя физической культуры, но и учителя-предметники.

С помощью этого проекта мы поможем учителям младшей школы занять малышей на переменах, способствуя их физическому развитию; а учителям средней школы - снизить уровень курения в своих классах, да и не только курения.

Статистика показывает, что на переменах старшеклассники «отдыхают», вредя своему здоровью – курят, употребляют спиртные напитки, наркотики. Сложность заключается в том, что учителям очень сложно уделить внимание каждому ребенку во время перемен и поэтому возникает необходимость в привлечении различных форм активного отдыха учащихся в рамках их свободного времени.

На сегодняшний день, мы опробовали проведение такого рода занятий в МБОУ СОШ №5 г. Армавира в 6 «Б» классе. Результаты удивили даже нас – ребята были просто счастливы от того, что увидели не только стандартные упражнения, но и новые, которые под силу каждому из них. Дети все, без исключения, с удовольствием выполняли упражнения, предложенные одной из наших студенток, а уже на второй день активисты класса уже подобрали самостоятельно новые упражнения и попросились провести урок самостоятельно. Значит, дети заинтересовались, и наши труды не пропали зря.

Сейчас в школах запрещено показывать видео о наркоманах, алкоголиках и курильщиках, в которых видно пагубное влияние этих недугов, но тогда детям стоит показать другую сторону – нужно дать им увидеть мир здоровья, спорта и развития! Нужно им показать не большой спорт, который не только дает здоровье, но и забирает его, а пользу и роль физической культуры в жизни людей!

Практика показала, что младшее звено средней школы быстро включается в занятия на малых уроках физической культуры, но учитывая специфику старшего звена и сложности в организации и подборе упражнений, мы считаем достаточными сроки реализации нашего проекта – одна рабочая неделя – 7 дней.

Мы все хотим видеть здоровую, развитую и воспитанную молодежь, поэтому «второй дом» - школа так же должна заниматься физическим воспитанием детей, а для этого идеально подходит наш проект.