**СПОРТИВНЫЙ КОМПЛЕС «ГОРНЯК» В ШКОЛЬНОМ УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ**

Наиболее эффективным инновационным методом формирования здорового образа жизни учащихся стал региональный эксперимент «Содержания и организация занятий физической культурой в школе на основе народных, подвижных и спортивных игр».

В основу методики и организации физического воспитания участвующих в педагогическом эксперименте учащихся 6-х классов, положена концепция «тренировочных» уроков физической культуры.

Конечная цель эксперимента - повышение уровня физической подготовленности детей с применением игрового и соревновательного метода на уроке физической культуры на базе спортивного комплекса «Горняк».

В педагогическом эксперименте участвовали 6-е классы МАОУ

«СОШ №12 с УИОП» (учитель первой категории Милакова Маргарита Владимировна и учитель первой категории Черных Светлана Ульяновна) г. Губкин.

6-е классы для участия в эксперименте были выбраны не случайно. Эта возрастная группа школьников имела те или иные недостатки в показателях физической подготовленности. И к сожалению, на общешкольных городских соревнованиях занимали далеко не призовые места. Мы были уверены, что участие в эксперименте, в определенной мере компенсирует недостатки в показателях физической подготовленности школьников 6-х классов. Увеличение уровня двигательной активности путем добавления одного часа в неделю (4 часа в неделю – 140 часов в год) в процессе педагогического эксперимента (два часа в неделю в условиях школы – традиционные уроки ФК плюс два урока тренировочной направленности на базе СК «Горняк»), обеспечивало с одной стороны освоение школьниками техники и правил большего количества подвижных и спортивных игр, а с другой участия в еженедельных соревнованиях определенной направленности всех участников экспериментальных классов.

Соревновательный метод наиболее эффективен при совершенствовании действия, но не при первоначальном его разучивании; требует достаточно высокого уровня развития физических качеств, причем в их комплексном проявлении; педагоги­чески оправдывает себя при условии развитой психической устойчивости учеников к победам и неудачам.[1] Исходя из этого при подготовке к соревнованиям, много внимания уделяли развитию психической устойчивости детей к спортивным поражениям и победам. Учили их не расслабляться при первых успехах, и не страшится и паниковать при признаках поражения, а сосредотачиваться и идти к цели.

В процессе педагогического эксперимента было проведено 16 соревнований в первом полугодии и 18 во втором с участие МАОУ « СОШ №12 с УИОП», №3 и №13 г. Губкин.

Соревновательная нагрузка распределялась практически равномерно с одним соревнованием в неделю. В течение месяца соревнований было не менее трех и не более пяти. Образовательная сторона игры будет стоять на должной вы­соте, если учитель, тренер будет обращать на это должное внимание [2]. Поэтому мы не просто проводили соревнования, но в обязательном порядке после каждого из них подводили итоги, проводили церемонии награждения победителей.

Региональный эксперимент завершился в 2011 году. Знаменательно что в этом же году 6 «В» класс-команда занял третье место среди семи общеобразовательных школ г. Губкин. В 2013 году 6 «В» класс занял третье место в «Президентских состязаниях», а учащаяся 6 «В» класса Клопова Татьяна удостоилась звания «Лучший спортсмен года». Это наглядное свидетельство того, что эксперимент принес ожидаемые результаты. Поэтому у нас в городе эксперимент продолжился до 2014 года. Ведь эта методика физического воспитания, основанная на объединении традиционного урока с уроком «тренировочным», обеспечила положительное влияние на физическую подготовленность школьников средних классов. Содержание «тренировочного» урока (70 часов в год) определялось с одной стороны, Комплексной программой по физическому воспитанию (легкая атлетика, спортивные игры, гимнастика) с другой, целостным развитием физических качеств через увеличение объема средств игровой и соревновательной направленности, подобранных исходя из специфики вида спорта и возраста занимающихся.

**Литература**

1. Волков, Л. В. Физическое воспитание учащихся [Текст]:- К.: Рад.шк., 1988.
2. Бальсевич, В. К. Спортивный вектор физического воспитания в российской школе [Текст] / В.К. Бальсевич. - М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2006.- 112 с.
3. Дж.Х. Уилмор, Д.Л. Костилл. Физиология спорта и двигательной активности [Текст]: - К. Олимпийская литература, 1997