**СОВРЕМЕННЫЕ ВИДЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ**

**В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ**

**САХАЛИНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**Брызгалова Е.С., Савостин Н.М., Курнаков С.В.**

МБОУ СОШ № 8 г.Холмск Сахалинской области,

ГБОУ ДПО «Институт развития образования Сахалинской области»

Аннотация. В статье анализируются результаты использования современных видов двигательной активности в урочной и внеурочной деятельности по предмету «Физическая культура» в школе, ориентированных на образовательные запросы учащихся, родителей и общества.

The article analyzes the results of the use of modern types of physical activity on the subject of "Physical Education" school-oriented educational needs of the pupils, parents and society.

Согласно Федеральным государственным образовательным стандартам основного общего образования основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием природы человека.

В рамках школьного образования активная физкультурно-спортивная деятельность дает школьникам возможность более полно и глубоко познать себя, свои способности и недостатки, сформировать и развить не только физические кондиции, но и разнообразные психические качества, эстетическую и нравственную культуру, культуру общения и т.д. Задача современной школы – физическая культура «без освобождения», что предполагает поиск и использование таких видов двигательной активности, в которых могли бы участвовать все дети без ограничений.

Традиционные формы физкультурно-спортивной работы с детьми и молодежью уже не отвечают современным требованиям и должны быть дополнены новыми, более эффективными [2].

Для современного этапа развития физической культуры характерны интенсивные поиски и попытки внедрения в практику новых форм организации спортивных игр, двигательных действий и соревнований для детей и молодежи, обладающих высоким гуманистическим, культурным, духовно-нравственным потенциалом [1].

Снижение учебной мотивации, низкий уровень здоровья школьников делает необходимым пересмотр традиционных форм организации и содержания занятий, технологий обучения, обеспечивающих формирование здорового образа жизни, культуры здоровья, и поиск нового подхода к урокам физической культуры и внеурочной деятельности.

Одна из таких новаций – модульное преподавание физической культуры, причём, модули должны быть подобраны с учётом возможностей и желания школьников, а также региональных особенностей и материально-технических возможностей школы.

Особенность программ, построенных по модульному принципу, состоит в том, что каждый учитель может выбрать из нее подходящий модуль, т.е. тот модуль, которым он на данный момент владеет лучше и может применить в рамках части основной образовательной программы, формируемой участниками образовательного процесса [3].

Согласно ФГОС ООО, обязательная часть основной образовательной программы основного общего образования составляет 70%, а часть, формируемая участниками образовательного процесса, – 30%.

Руководствуясь выше изложенным, с 2010 года на базе МБОУ СОШ № 8 г. Холмска Сахалинской области была открыта инновационная площадка, в ходе деятельности которой для обучающихся 1-11 классов была разработана программа «Физкультура, которая лечит душу».

Цель изыскания заключалась в разработке и обосновании инновационной программы «Физкультура, которая лечит душу», способствующей созданию условий для творческой самореализации и психологической комфортности школьников в общеобразовательной школе в рамках деятельности инновационной площадки.

В соответствии с поставленной целью нами были определены следующие задачи:

1. Изучить теоретические основы организации урочной и внеурочной деятельности по физическому воспитанию, направленной на оптимизацию эмоционального состояния учащихся.

2. Разработать программу «Физкультура, которая лечит душу» для 1- 11 классов общеобразовательной школы.

3. Обосновать эффективность реализации программы «Физкультура, которая лечит душу» на основе исследования динамики эмоционального состояния и удовлетворённости образовательной деятельностью учащихся МБОУ СОШ № 8 г. Холмска.

Программа была построена по модульному принципу и состояла из шести модулей («Юнитанцы», «Художественная гимнастика», «Японский мини-волейбол», «Черлидинг», «Акробатика», «Оздоровительная аэробика (девушки)», «Тхэквондо (юноши)»). Такой подход к построению программы позволил решать задачи по сохранению и укреплению физического и психического здоровья школьников средствами физической культуры с учетом требований ФГОС ООО, региональных и индивидуальных особенностей, состояния здоровья и мотивации детей.

Рассмотрим основное содержание модулей инновационной программы «Физкультура, которая лечит душу».

1 модуль: «Юнитанцы» (1 – 4 классы). Цель: обучение учащихся двигательным действиям танцевальной направленности, воспитания ритмичности, музыкальности и выразительности движений. Юнитанцы в значительной степени обеспечивают эстетическое воспитание учащихся, развивают художественно-двигательные навыки, что способствует формированию полноценной и всесторонне развитой личности.

2 модуль: «Художественная гимнастика» (3 – 4 классы). Цель: создание благоприятных условий для личностного развития, творческой активности средствами художественной гимнастики. Положительное влияние музыки проявляется в улучшении двигательной реакции, развитии музыкальных способностей, накоплении знаний. Занятия художественной гимнастикой призваны помочь ребёнку осознать свою индивидуальность, неповторимость, научиться видеть красоту вокруг себя и в себе.

3 модуль: «Японский мини-волейбол» (5 – 7 классы). Цель: сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них понятий ценности здоровья и здорового образа жизни, обучение правилам игры и способам проведения соревнований. Японский мини-волейбол значительно проще и доступнее классического волейбола и большинства других спортивных игр. Особую значимость имеет рекреативная и коммуникационная функции игры.

4 модуль: «Черлидинг» (6 – 8 классы). Цель: обучение учащихся двигательным действиям танцевальной направленности, побуждение к проявлению творчества и лидерских качеств. Актуальность занятий черлидингом определяется тем, что все соревнования сопровождаются дополнительными средствами агитации, каким и является данный вид спорта. Привлечение учащихся к занятиям творческими видами двигательной активности является дополнительным средством оздоровления учащейся молодежи.

5 модуль: «Акробатика» (9 классы). Цель: углубленное обучение учащихся элементам акробатики, воспитание волевых качеств личности обучающихся, развитие творческих способностей детей, нравственное и физическое совершенствование. Занятия акробатикой способствуют наиболее успешному решению задач гармоничного физического развития человека и совершенствованию его двигательных способностей.

6 модуль (девушки): «Оздоровительная аэробика» (9-11 классы). Цель: повышение уровня физической подготовленности девушек 10-11 классов и интереса к занятиям нетрадиционными для школьной практики средствами физической культуры. Особенностью данной программы является направленность на реализацию принципа вариативности, дающего возможность подбирать и планировать содержание учебного материала в соответствии с возрастно-половыми особенностями и интересами учащихся.

6 модуль (юноши): «Тхэквондо» (9-11 классы). Цель: формирование физически здоровой, творческой и нравственной личности, способной к углубленному обучению теоретических и практических основ избранного вида спорта в доступной для них форме с дальнейшим их совершенствованием в современных социокультурных условиях.

В рамках инновационной деятельности по совершенствованию физкультурно-спортивной работы в 2011- 2012 учебном году мы начали реализацию практического этапа инновационной площадки в 1-11 классах МБОУ СОШ № 8 г. Холмска.

В ходе работы нами были получены следующие результаты. *Степень удовлетворённости* уроками физической культуры и внеклассными мероприятиями выявлялась с помощью анкетирования учащихся и родителей в течение трёх лет. В ходе исследования степень удовлетворённости респондентов возросла на 22 пункта с 76 % до 98 % (табл.1).

Таблица 1

Степень удовлетворённости родителей и учащихся СОШ № 8 г. Холмска уроками физической культуры и внеклассными мероприятиями

в ходе реализации инновационной программы (%)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Год | Ступень обучения | | | |
| первая | вторая | третья | Средний показатель |
| 2009-2010 | 87% | 73 % | 69 % | 76 % |
| 2010-2011 | 90 % | 82 % | 89 % | 87 % |
| 2011-2012 | 98 % | 96 % | 100 % | 98 % |

*Анкетирование «Рейтинг предметов»* осуществлялось в 2012 году во всех классах. Учащимся было предложено расставить предметы по степени «интересности» и «комфортности» пребывания на уроке. В таблице 2 представлены результаты трёх классов, по одному из каждой ступени обучения.

Таблица 2

«Рейтинг предметов» по степени «интересности» и «комфортности» пребывания на уроке учащихся МБОУ СОШ № 8 г. Холмска

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Предмет | Среднее количество баллов | | |
| 3 А класс | 7 А класс | 10 А класс |
| Английский язык | 2 | 7 | 4 |
| Математика (алгебра) | 4 | 5 | 3 |
| Музыка | 8 | 8 | - |
| Природоведение (биология) | 1 | 4 | 9 |
| Русский язык | 7 | 2 | 1 |
| Технология | 6 | 6 | 5 |
| Физика | - | - | 6 |
| **Физическая культура** | **3** | **1** | **2** |
| Химия | - | - | 8 |
| Чтение (литература) | 5 | 3 | 7 |

\* 1 – наивысший ранг.

*Охват обучающихся МБОУ СОШ № 8 внеклассными спортивными мероприятиями* (табл.3) был определён с помощью мониторинга. В ходе исследования количество учащихся, участвующих в спортивных мероприятиях различного уровня увеличилось на 24%.

Такое увеличение мы связываем с реализацией инновационной программы в образовательном процессе, в ходе которой школьники не зависимо от состояния здоровья и физических возможностей принимали участие в разработке сценариев и организации мероприятий, судействе, а также участвовали в самих спортивных мероприятиях.

Таблица 3

Охват обучающихся МБОУ СОШ № 8

внеклассными спортивными мероприятиями (%)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Год | Соревнования | | | | | |
| Школь  ные | Район  ные | Областные | Всероссийские | Международные | Средний показатель |
| 2009-2010 | 71 | 34 | 14 | 1 | - | 73 |
| 2010-2011 | 84 | 42 | 17 | 1,3 | - | 86 |
| 2011-2012 | 97 | 56 | 19 | 2 | 1,4 | 97 |

Анализ эмпирических данных и мониторинга показал:

- посещаемость уроков физкультуры повысилась до 98% (на начало исследования этот показатель составлял 93%);

- посещаемость школьных спортивных секций (волейбол, баскетбол, тхэквондо) составила 79 учащихся (на начало исследования - 27 учащихся);

- мониторинг заболеваемости выявил понижение числа часто болеющих детей, детей освобождённых от физических нагрузок. За время реализации программы количество классов, закрываемых на карантин в период эпидемий, сократилось до «0» в 2012 - 2013 учебном году;

- улучшение показателей уровня физической подготовленности школьников по результатам тестирования;

- результаты участия в спортивных состязаниях и конкурсах муниципального уровня в 2011-2012, 2012-2013 учебных годах статистически не изменились по сравнению с 2010-2011 учебным годом, что, на наш взгляд, связано с недостаточным количеством школьных спортивных сооружений. Тем не менее, количество участников региональных, всероссийских и международных соревнований возросло.

В ходе реализации инновационной программы «Физкультура, которая лечит душу» создан особый уклад школьной жизни, неотъемлемой частью которого стала урочная и внеурочная деятельность по предмету «Физическая культура», ориентированная на образовательные запросы учащихся, родителей и общества:

- принятие ребенком ценностей через его собственную деятельность, сотрудничество с учителями, родителями, сверстниками, другими значимыми для него субъектами;

- согласованность деятельности различных субъектов воспитания и социализации, при ведущей роли общеобразовательной школы.

Литература:

1. Кудрявцева, Н.В. Новые формы физкультурно-спортивных программ для детей и молодежи / Кудрявцева Н.В. // Юбилейный сборник трудов ученых РГАФК, посвященный 80-летию академии. – М., 1998. – Т. 3. – С. 77-84.

2. Назаренко, Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений / Л.Д. Назаренко. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. – 240 с.

3. Модульная программа третьего урока физической культуры для 1-11 классов общеобразовательных учреждений / Бесполов Д.В. с соавт. (рекомендована экспертным советом Министерства образования и науки Российской Федерации). – М., 2012. – 52 с.