

## **Организация внеурочной физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности в ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск**

Целью работы коллектива ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск является создание условий для укрепления здоровья учащихся, популяризация массового и профессионального спорта и приобщение к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

- повышение интереса к занятиям физической культуры и спортом;
- развитие массового спорта в образовательном учреждении;
- создание и внедрение в образовательный процесс эффективной системы физического воспитания, ориентированной на индивидуальные особенности развития детей и подростков.

Педагоги ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск ведут работу по сохранению и укреплению здоровья учащихся, применяя в своей работе здоровье-сберегающие технологии, формируют в учебно – воспитательном процессе полезные привычки на основе сознательного отношения детей к здоровому образу жизни, прививают необходимые гигиенические навыки. Регулярно проводятся физминутки для укрепления различных групп мышц и снятия утомления обучающихся, оптимально чередуются устные и письменные упражнения, объем классных и домашних работ соответствует санитарным нормам.

Администрация ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск понимает актуальность проблемы и создает максимально возможные условия для работы в этом направлении. Преподавание предмета “Физическая культура” двумя преподавателями в классе дает возможность гибко варьировать организацию форм занятий, определять нагрузку. Раздельное обучение по состоянию здоровья, позволяет охватить наибольший процент учащихся физическим воспитанием. С этих позиций учителя оценивают учащихся по двум критериям: уровню физической подготовленности и проявляемой в течение урока двигательной деятельности, учитывая показания листа здоровья, соблюдая рекомендации врача. С первой ступени обучения педагоги ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск

ориентированы на выявление потенциала ребенка и максимальное его развитие. Также на уроках физической культуры учителя уделяют серьёзное внимание профилактике заболеваний сердечно – сосудистой, дыхательных систем и опорно- двигательного аппарата, следят за соблюдением норм моторной плотности урока, выполнением правил техники безопасности при выполнении физических упражнений. Учителя физической культуры проводят уроки в соответствии с тематическим планированием, максимально используют имеющуюся материальную базу, следят за нагрузкой учащихся на уроках, ориентируясь на «Концепцию совершенствования физического воспитания в Учреждении»:

1. Гибкое варьирование в организации форм занятий в определении нагрузки.
2. Создание банка данных уровня физической подготовленности учащихся 1–11 классов (на основе тестирования 2 раза в год). Создаются графические и компьютерные варианты данных.
3. Организация внеурочных форм физического воспитания. Физкультурно-массовое объединение “Спорт – детям!” (см. схему №1).

#### Факультет “Здоровье”:

- группы ЛФК (по заболеваниям);
- группы коррекции (для детей, имеющих отставание в физическом развитии);
- группы оздоровительного плавания.

#### Факультет “Аэробика и здоровье”:

- класс начальной подготовки “Школа движений” (1–3-й класс);
- класс оздоровительной аэробики “Аэробика хорошего настроения”;
- сборные команды по спортивной, фитнес- и фанк-аэробике, черлидингу.

#### Факультет “Спортивные игры”:

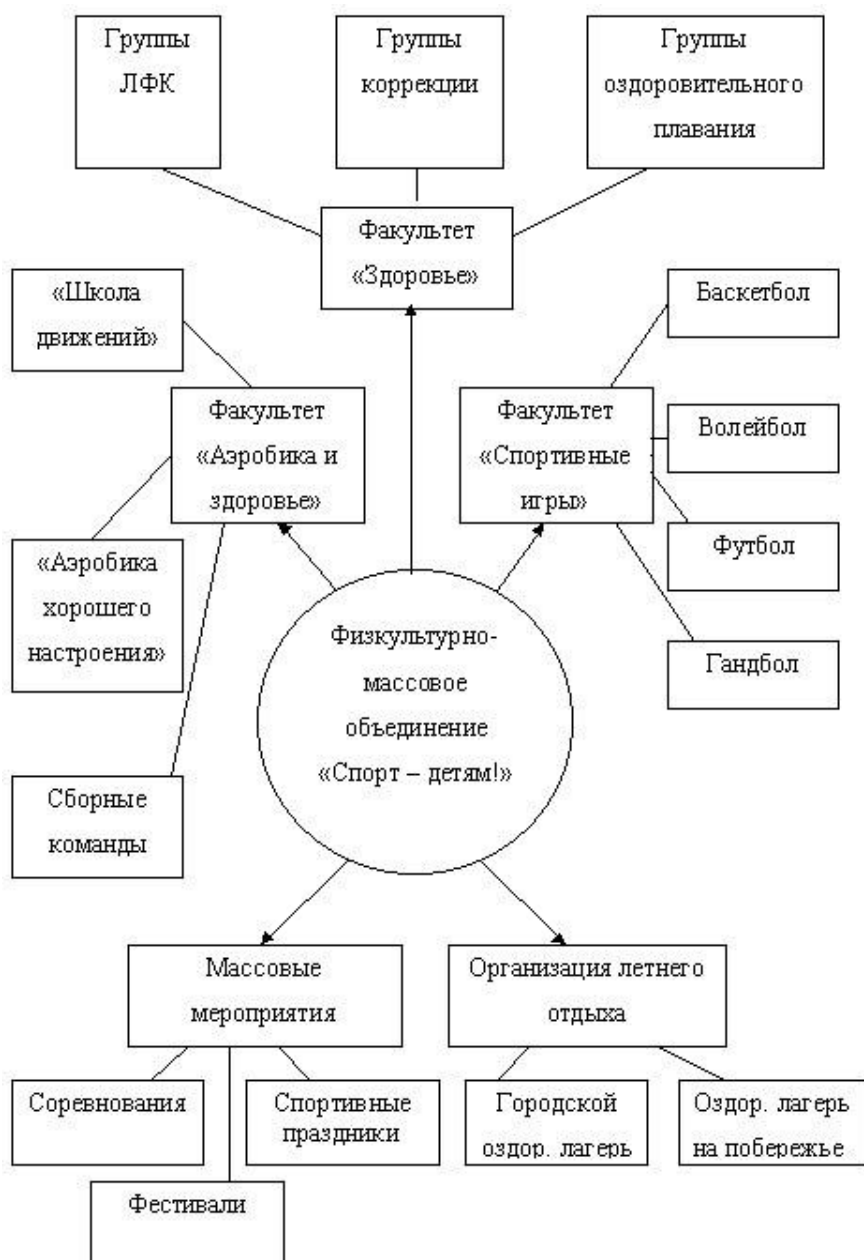
- баскетбол;
- волейбол;
- футбол;
- гандбол.

4. Организация летнего оздоровительного отдыха:

- городской оздоровительный лагерь;

5. Организация массовых мероприятий: календарь внутри школьных соревнований, спортивных праздников и фестивалей разнообразен и сбалансирован с целью добровольного участия в них максимального количества учащихся, а также организация и проведение показательных выступлений учащихся на спортивных праздниках и соревнованиях школьников

Схема №1.



Членами совета обучающихся был проведен соц. опрос среди школьников по вопросу значимости учебных предметов в формировании здорового образа жизни преимущество было отдано следующим предметам: основы безопасности жизнедеятельности, биология, физическая культура. По мнению большинства опрошенных учащихся, содержание данных предметов позволяет им наиболее глубоко осознать ценности здоровья и здорового образа жизни.

Разнообразие форм спортивно - оздоровительной работы способствует, по мнению ребят, повышению их личной ответственности за свое здоровье.

Внеурочная оздоровительная деятельность, является логическим и необходимым продолжением урочного процесса. Это одна из эффективных форм организации свободного времени обучающихся, увеличения их двигательной активности и формирования ЗОЖ. В системе работы школы: дни Здоровье, соревнования по различным видам спорта, праздники физкультурно – спортивной направленности, выход на природу, экскурсии и.т.д. Мероприятия проводятся на хорошем уровне и охватывают большого количества учащихся от 88% до 95%.

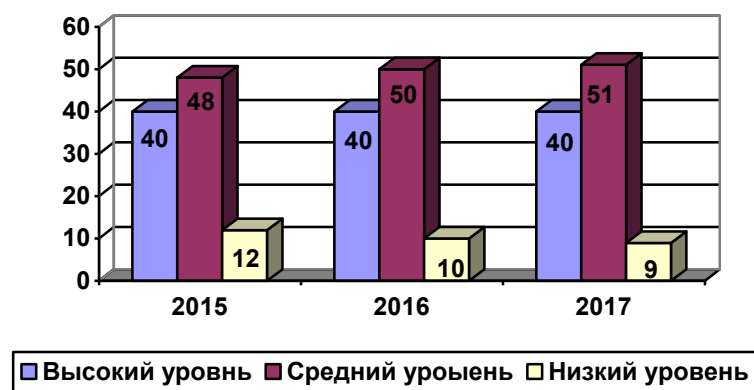
По решению совета обучающихся учреждения в ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск проводится конкурс «Самый здоровый класс», целью которого является содействовать формированию у обучающихся здорового образа жизни и интереса к занятиям физической культурой и спортом. С января по май учащимся 1-11 классов предоставляется возможность завоевать статус «Самый здоровый класс». В конкурсе учитывается:

- занятость учащихся в спортивных секциях;
- участие в спортивных соревнованиях разного уровня;
- участие в школьных мероприятиях спортивной направленности;
- количество учащихся освобождённых от уроков физкультуры;
- отсутствие пропусков уроков физкультуры без уважительной причины;
- процент заболеваемости и.т.д.

Итоги конкурса «Самый здоровый класс» подводятся в конце учебного года, лучшие классы награждаются на отчетном традиционном фестивале «Школьная весна».

Ежегодно в январе в ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск проводится мониторинг физической подготовленности обучающихся по программе «Президентские состязания». Результаты которого представлены ниже:

### **Уровень физической подготовленности учащихся**



Все мероприятия в ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск носят положительный эмоциональный характер, участвуя в них дети получают положительный эмоциональный заряд, который благоприятно сказывается не только на дальнейшей воспитательной работе, но и на состоянии ребенка в целом.

**Просветительно-воспитательная работа** с учащимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, ведется параллельно с просветительной работой с родителями. Классными руководителями используются следующие формы работы:

- классные часы и родительские лектории;
- встречи детей и родителей с медицинским работником школы, врачами центральной городской больницы и родителями имеющими медицинское образование;
- в различных формах учащиеся получают информацию о вреде табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- в школе регулярно проводятся конкурсы, отражающие вредные привычки и методы борьбы с ними,
- Оформление тематических стендов на тему здоровья.
- Размещение информации на школьном сайте
- выставка книг для чтения о здоровье в библиотеке школы
- Под руководством классных руководителей учащиеся 2-4 классов ведут дневники здоровья.

Большое внимание уделяется профориентационной работе, в результате которой обучающиеся получают информацию не только об интересных, нужных и важных профессиях, но и о том, как состояние здоровья влияет на выбор той

или иной профессии, о том, какую профессию можно выбрать, если имеешь какие –либо заболевания, как сохранить здоровье в трудных трудовых условиях.

Во внеурочную жизнь школы включены не только дети и учителя, но и родители об этом свидетельствуют семейные праздники: «Мы спортивная семья», «Все на лыжи», «Присоединяйтесь, с нами здоровей!». Так же родители оказывают непосредственную помощь и в организации спортивных мероприятий в классах, в школе, в микрорайоне. Ежегодно в период с января по апрель совместно с родителями организуются и проводятся следующие мероприятия: «Все на лыжи», «А ну-ка, парни», «А ну-ка, девушки», военно-патриотическая игра «Орлёнок» и «Зарница».

Существенный вклад в образовательный процесс, в воспитание и оздоровление учащихся вносит дополнительное образование. Занятия в спортивных группах, творческих клубах, кружках по интересам служат основой в закладке фундамента здоровья, высокого уровня физической и умственной работоспособности. Дополнительное образование обеспечивает развитие творчески активной личности ребенка, что способствует, в свою очередь, получению базового образования, а также возможности социально адаптироваться в современном обществе. В настоящее время объединения дополнительного образования (спортивные секции кружки) на базе ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск, учреждений дополнительного образования и культуры посещают 70 % учащихся.

Благодаря налаженной системе дополнительного образования кроме регулярных уроков физической культуры и часов двигательной активности ребята могут развиваться физически в спортивных секциях на базе учреждений дополнительного образования и культуры. Результатом сотрудничества, с которыми является увеличение количества учащихся занимающихся спортом до 32 %.

Охват учащихся, занятых в спортивных секциях, в 2017 году повысился с 15 до 18%. Уроки физической культуры и двигательной активности, дополнительные занятия в спортивных секциях, школьные мероприятия

физкультурно-спортивной направленности позволяют учащимся нашей школы занимать призовые места во всех видах спорта.

Следующее направление, которое успешно реализуется в ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск организация отдыха и оздоровления детей. Правильная организация каникулярного времени также способствует сохранению здоровья школьников. В каникулы продолжается работа спортивных кружков по основному графику. У каждого учащегося есть возможность принять участие в массовых мероприятиях совместно с учителями и родителями. В период летних каникул на базе школы организуется лагерь дневного пребывания детей для учащихся младших и средних классов. Здесь продолжается работа по формированию навыков здоровьесбережения, проводится турнир «Лето с футбольным мячом».

Результаты соц. опроса по определению удовлетворенности обучающихся 5- 11 классов работой, проведенной школой по формированию здорового образа жизни, свидетельствует о следующем:

- 35 % классных коллективов показали высокий уровень удовлетворенности;
- 55% - средний уровень;
- 10 % - низкий уровень.

#### **Выводы:**

- благодаря действию системы оздоровительных занятий учащихся ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск удастся сформировать у детей и подростков осознанную потребность в сохранении и укреплении здоровья, а также практическом использовании умений и навыков, полученных на занятиях в физкультурно-оздоровительном объединении “Спорт-детям!”, в повседневной жизни;
- обеспечение высокого охвата школьников регулярными физкультурными занятиями во время и после уроков;
- увеличение массовости и рост конкуренции за право выступать в сборных командах ГБОУ СОШ № 8 г.о.Октябрьск обеспечили устойчивые успехи на спортивных соревнованиях окружного и областного уровней;

- реализация личностно-ориентированного подхода, при котором каждый учащийся ощущает внимание лично к нему, получает возможность для свободного творчества, создается атмосфера уважения к внеучебной деятельности школьников, делает физическую культуру любимой и значимой для школьников разного возраста образовательной областью.
- удастся создать предпосылки для решения многих задач, стоящих перед администрацией и педагогическим коллективом, реализуя федеральную целевую программу.