

Министерство физической культуры и спорта Свердловской области
ФГАОУ ВО «Уральский федеральный университет
имени первого Президента России Б.Н. Ельцина»
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»
ГАУ СО «РЦФКС КАРАТЭ»

Актуальные вопросы развития школьного спорта

Всероссийская научно-практическая конференция
22 ноября 2022 г., Екатеринбург

Екатеринбург

2022

УДК 796.035

ББК 75.47

А43

Редакционная коллегия:

Рапопорт Л.А. – доктор педагогических наук, профессор, министр физической культуры и спорта Свердловской области

Гришин А.В. – кандидат педагогических наук, профессор

Терентьев А.Е. – кандидат педагогических наук, доцент

Томилова С.В. – кандидат педагогических наук, доцент

Плугарева И.К.

Актуальные вопросы развития школьного спорта: Материалы

А 43 Всероссийской научно-практической конференции. – Екатеринбург, 2022.
– 101 с.

ISBN 978-5-7186-2051-1

Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции, посвященной актуальным вопросам развития школьного спорта. В ходе конференции рассматривались ключевые проблемы развития школьного спорта, стоящие перед системами образования, физической культуры и спорта, а также пути их решения. В сборнике представлен существующий опыт организации работы школьных спортивных клубов, школьных спортивных лиг, реализации инновационных проектов физкультурно-спортивной и военно-патриотической направленности.

Сборник предназначен для специалистов сферы физической культуры и спорта, преподавателей вузов, учителей, тренеров, аспирантов, студентов и всех интересующихся вопросами развития физической культуры.

УДК 796.03

ББК 75.47

А43

© Министерство физической культуры и спорта
Свердловской области, 2022

© ГАУ СО «РЦФКС КАРАТЭ», 2022

© ФГБОУ ВО «УрГПУ», 2022

СОДЕРЖАНИЕ

<i>ПРЕДИСЛОВИЕ</i>	7
<i>Арутюнян Виктория Ашотовна Исмаилова Татьяна Юрьевна ШКОЛЬНЫЙ СПОРТ ЗА РУБЕЖОМ: ЧЕМУ УЧИТЬСЯ?</i>	8
<i>Бредихина Любовь Владимировна ПРОЕКТ «ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» КАК СРЕДСТВА СОЦИАЛИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ».</i> 16	
<i>Бухарова Дина Хасановна Прокопьева Ирина Алексеевна Бухаров Евгений Александрович ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ</i>	35
<i>Бызова Олеся Павловна РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ УЧАЩИХСЯ СРЕДСТВАМИ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА</i>	45
<i>Вотчинников Олег Юрьевич Наставникова Татьяна Александровна ФОРМИРОВАНИЕ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЪЕДИНЕНИЯ «РУКОПАШНЫЙ БОЙ» ЧЕРЕЗ ОСМЫСЛЕНИЕ ДУХОВНЫХ И ИСТОРИЧЕСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ ТРАДИЦИЙ</i>	49
<i>Гоменюк Наталья Геннадьевна РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ</i>	56
<i>Гулмамадова Татьяна Павловна ШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ КЛУБЫ И ШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ЛИГИ – ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ И ОПЫТ РЕГИОНОВ</i>	63
<i>Демидов Владимир Вальтерович РУССКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ТРАДИЦИИ В ФОРМИРОВАНИИ РОССИЙСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ</i>	76

- Дмитриева Елена Борисовна
 ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ
 ПОСРЕДСТВОМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ
 ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШСК «МУСТАНГ» И СОВРЕМЕННЫХ
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ..... 80
- Евдокимова Олеся Владимировна
 ЙОГА КАК УНИКАЛЬНАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА. ВЛИЯНИЕ
 ЙОГИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ
 ПОДРОСТКОВ..... 90
- Жомин Константин Михайлович
 Ващенко Эльвира Александровна
 Локтев Клим Игоревич
 Седнев Александр Владимирович
 ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У
 ДЕВУШЕК 12-13 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ В ШКОЛЬНОМ
 СПОРТИВНОМ КЛУБЕ..... 97
- Захарова Мария Сергеевна
 ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА В
 УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ МАЛОКОМПЛЕКТНОЙ ШКОЛЫ 106
- Зубцов Николай Антонович
 ШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ КЛУБЫ КАК ИНСТРУМЕНТ ОТБОРА
 СПОРТИВНО-ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ГАРМОНИЗАЦИИ
 ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ
 КУЛЬТУРЫ И СПОРТА 113
- Иванова Светлана Юрьевна
 Шушакова Алёна Валерьевна
 ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ 119
- Ковалева Дарья Николаевна
 Архипова Светлана Витальевна
 ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ
 ЧАСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА 127

- Кузнецова Мария Александровна*
Клостер Людмила Ивановна
 ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-
 МАССОВОЙ РАБОТЫ В ГКОУ «КОТОВСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ» 131
- Лухманов Андрей Викторович*
 ОПЫТ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ В ШКОЛЬНОМ СПОРТИВНОМ КЛУБЕ 139
- Мезенцева Инна Владимировна*
 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ - ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ
 ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ..... 143
- Молчанова Лидия Васильевна*
 СПОРТИВНО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ВОЕННО –
 ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ 148
- Никитин Никита Геннадиевич*
Саулина Екатерина Васильевна
 СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ
 ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ..... 158
- Пилепенко Ольга Николаевна*
 СОЦИАЛИЗАЦИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ ЧЕРЕЗ ВНЕУРОЧНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ
 СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ..... 163
- Сосницкая Ирина Александровна*
Меньшикова Мария Александровна
Лебедев Михаил Александрович
 ОРГАНИЗАЦИЯ ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ НА БАЗЕ
 МБОУ «СКАЛЬНИНСКАЯ СОШ» СП «ПОЛОВИНСКАЯ ООШ» ГОРОДА
 ЧУСОВОГО..... 170
- Фатхутдинова Альбина Альбертовна*
 ПЕРСПЕКТИВЫ ВКЛЮЧЕНИЯ РАКЕТЛОНА В УЧЕБНУЮ ПРОГРАММУ
 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 177

- Чернова Светлана Андреевна*
**СОЗДАНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ
 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
 КУЛЬТУРЫ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ В УСЛОВИЯХ
 ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ МБУ
 «ШКОЛА №31» Г.О. ТОЛЬЯТТИ)..... 183**
- Шеменева Екатерина Александровна*
**РАЗВИТИЕ ШКОЛЬНОГО СПОРТА В РАМКАХ СТРАТЕГИИ–2030 НА
 ПРИМЕРЕ ГИМНАСТИКИ..... 190**
- Шик Денис Владимирович*
Злобина Любовь Александровна
Самыкин Валентин Андреевич
**МОНИТОРИНГ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ КАК ОДНА ИЗ ФОРМ
 СИСТЕМ ОЦЕНКИ И ПРОГНОЗИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
 ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, С УЧЕТОМ ИХ
 ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ 197**

ПРЕДИСЛОВИЕ

Настоящий сборник публикуется по итогам работы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной рассмотрению актуальных вопросов развития школьного спорта, которая прошла 22 ноября 2022 года в городе Екатеринбурге.

В конференции приняли участие более 900 специалистов в области физической культуры и спорта из различных регионов Российской Федерации, в том числе Москвы, Санкт-Петербурга, Республики Татарстан, Калининградской области, Самарской области, Хабаровского края, Свердловской области и др.

В рамках конференции рассматривались вопросы создания и организации деятельности школьных спортивных клубов и школьных спортивных лиг, физкультурно-оздоровительной работы с обучающимися, военно-патриотического воспитания, внедрения инновационных практик в педагогический процесс.

Содержание публикуемых статей отражает исключительно авторскую точку зрения, которая может не совпадать с мнением редакционной коллегии.

Материалы сборника будут интересны преподавателям, специалистам в сфере физической культуры и спорта, образования, а также всем интересующимся вопросами развития школьного спорта.

УДК 796.03

Арутюнян Виктория Ашотовна*ведущий консультант,
управление физической культуры и спорта
Липецкая обл., г. Липецк
E-mail: mdrx1@mail.ru***Исмайлова Татьяна Юрьевна***кандидат экономических наук,
доцент кафедры «Менеджмент и общегуманитарные дисциплины»,
Липецкий филиал Финуниверситета,
Липецкая обл., г. Липецк
E-mail: TYIsmajlova@fa.ru*

ШКОЛЬНЫЙ СПОРТ ЗА РУБЕЖОМ: ЧЕМУ УЧИТЬСЯ?

Arutyunyan Victoria Ashotovna*Leading Consultant,
Department of Physical Culture and Sports
Lipetsk region, Lipetsk
E-mail: mdrx1@mail.ru***Ismailova Tatiana Yurievna***PhD of Economic Sciences,
Associate Professor of the Department of Management and General Humanitarian Disciplines,
Lipetsk branch of the Financial University,
Lipetsk region, Lipetsk
E-mail: TYIsmajlova@fa.ru*

SCHOOL SPORTS ABROAD: WHAT TO LEARN?

Аннотация. В статье рассматриваются варианты организации занятий в рамках развития школьного спорта иностранных государств. Анализируются успешные теоретические материалы и практики для дальнейшей адаптации и применения полезного опыта в Российской Федерации. Изучается возможность разработки программы, аналогичной «Разговорам о важном», с акцентом на физическое воспитание. Поскольку выбранная проблематика является многогранной по характеру, можно сделать вывод о её актуальности в настоящее время. Проведённое исследование позволило заключить: некоторые зарубежные практики могут пользоваться спросом в образовательной системе России.

Abstract. The article discusses the options for organizing classes within the framework of the development of school sports of foreign countries. Successful theoretical materials and practices for further adaptation and application of useful experience in the Russian Federation are analyzed. The possibility of developing a program similar to «Conversations about Important Things» with an emphasis on physical education is being studied. Since the chosen problem is multifaceted in nature,

it can be concluded that it is currently relevant. The conducted research allowed us to conclude that some foreign practices may be in demand in the educational system of Russia.

Ключевые слова: *среднее образование, школьный спорт, физическая культура и спорт, зарубежный опыт, «разговоры о важном».*

Keywords: secondary education, school sports, physical culture and sports, foreign experience, «conversations about important things».

Физическое воспитание является одной из составляющих системы воспитания гармонично развитой личности. Это было очевидно ещё в период зарождения первых учебных заведений. Уже тогда существовала практика обмена опытом не только между школами, но и между странами. Например, в Древней Греции дети занимались гимнастикой и пятиборьем, проходили процедуру закаливания. Со временем в большинстве античных государств стали применять эти методики. То же можно сказать о средневековой модели воспитания в духе рыцарства – обучение детей комплексу физических навыков и умений, которое распространилось на все христианские страны Европы. Основой общего образования в мире стала классно-урочная система Я.А. Коменского, которая сменила, по сути, индивидуальное обучение, очень распространённое в некоторых странах вплоть до XIX столетия. Согласно обоснованной Коменским системе, в число занятий для детей входили игры, физические упражнения, изучение основ здорового образа жизни. Урок по структуре напоминал комбинированный урок XXI века: начало – повторение пройденного, продолжение – объяснение материала, конец – упражнения, непосредственное освоение материала. За всем этим следовала пауза, в течение которой дети отдыхали или меняли вид деятельности – умственную активность на физическую. Эта система оказалась очень удобной, особенно в «итоговом варианте», дополненной идеями Франсуа Рабле, Джона Локка, Константина Дмитриевича Ушинского. Самым главным элементом, который сделал классно-урочную систему более гибкой и адаптированной к реалиям того времени, стало

– благодаря И.Г. Песталоцци – включение физического воспитания в программу обучения в начальной школе. С тех пор систему обучения, включая создание условий для физического развития детей, нельзя считать локальной, применимой только в конкретном государстве. В связи с этим имеет смысл рассмотреть зарубежный опыт организации и проведения занятий физической культурой и спортом в школах.

Исследование предполагало использование системного подхода в качестве ориентира, поскольку именно этот вариант позволяет проанализировать составляющие, характеристики, признаки социальных систем. С помощью метода абстракции мы выделили элементы традиционного для России понятия «физическая культура» в системе физического воспитания за границей. Посредством обобщения мы упорядочили опыт организации физического воспитания в других странах. Метод аналогии позволил изобрести новую модель подачи информации и организации физического воспитания на уроках в школе – программу, похожую на концепцию недавно появившихся «разговоров о важном».

Теоретическая часть исследования состояла в изучении опыта физического воспитания как составляющей школьной программы в государствах, которые находятся на разных континентах.

Некоторые системы образования предполагают включение в учебные планы, помимо физической культуры, ещё и здоровье, и безопасность (Финляндия, Япония), и знакомство с окружающей средой (скандинавские страны). В Германии, Швеции, Польше, Австралии и некоторых других странах обязательным предметом является плавание. В США, кроме основной программы, существует факультативная (72 часа), которая не повторяет традиционные уроки: мальчики во время занятий играют в водное поло, а девочки изучают элементы синхронного плавания. Практически аналогичная программа в Швеции и Дании: дети дважды в месяц посещают уроки плавания, а в случае отставания от основной программы летом проходят дополнительное обучение в специализированных школах. По этому примеру можно сделать

вывод, что решение задачи физического воспитания детей позволяет использовать максимальный потенциал и общего, и дополнительного образования.

Рассмотрим другие направления. В странах Запада физическая культура на начальном уровне образования – это система разнонаправленных видов активности, включая бег, игры с мячом, гимнастику, аэробику, ритмику, лазание по канату. В программе есть и теоретические занятия, на которых школьники изучают основы здоровьесбережения, тайм-менеджмента, правильного питания, личной гигиены. Уроки в классах чередуются с активными играми на открытом воздухе.

Уроки физкультуры имеют целью не только укреплять здоровье детей, но и формировать личность. В начальных школах Великобритании программа включает скорее не спортивные занятия, а упражнения, направленные на развитие (соревнования, игры). Уже в течение нескольких столетий школьники привыкают к физическим нагрузкам, закаливанию, основам умеренного сбалансированного питания, что воспитывает в них волю и характер. Соответственно, школьный спорт с течением лет переходит из детского в молодёжный и остаётся важной частью образовательной программы.

В Нидерландах младшеклассники учатся соблюдению личной гигиены, правильному питанию, техникам выполнения физических упражнений. С родителями, когда те отдают детей в школу, проводят ознакомительные беседы – в частности, о допустимых и рекомендуемых перекусах.

Большинство средних школ западных государств имеет в наличии спортзалы, открытые площадки, бассейны, стадионы, чтобы ученики могли выбирать виды спорта и физической активности по интересам: борьба, игровые виды спорта, плавание, гимнастика. Таким образом, акцент делается на индивидуальной образовательной траектории, персонализации обучения.

Проанализируем опыт стран Востока на примере Японии. Дети в школах обучаются правилам этикета, личной гигиены, аккуратности и опрятности, ответственности за здоровье. Первоклассникам выдаются 12-страничные

учебники по питанию. Обязательный напиток в обеденный перерыв – молоко. В средней школе преподают 8-10 видов спорта, причём по каждому виду преподаёт отдельный учитель с медицинской квалификацией. Если ребёнок с первого класса имеет проблемы со здоровьем, то учитель физкультуры сопровождает его на протяжении всего периода обучения, предлагает индивидуальные физические упражнения, правила питания и образа жизни в целом. Хотя физическая культура входит в перечень обязательных предметов в средней школе, ученики могут выбрать ещё и факультатив [1, С. 85].

Вновь вернёмся на Запад и рассмотрим интересную практику Франции – «снежные школы». В системе дополнительного образования предусмотрены программы для воспитания стойкости и выносливости. Так, дети ежегодно проводят 2-4 недели в горах, где осваивают зимние виды спорта. Занятость такого рода доступна в каникулярное время. Аналогичная практика используется в Швейцарии: ученики школ, которые находятся в горах, посещают сезонные «уроки» горнолыжного спорта. При этом в большинстве школ есть ещё и теннисные корты, и бассейны. Если школа находится не в горах, действует практика недельного выезда на местность, где можно осваивать горные лыжи и сноуборд.

Всё большее участие в физическом воспитании детей в процессе освоения образовательных программ принимает семья. Например, во Франции детские спортивные кружки организуют родители. В Японии дети и родители вместе делают уборку в классе или проводят соревнования.

Соединённые Штаты Америки – страна, в которой максимум внимания уделяется движениям и программам подготовки детей ко взрослой жизни. К примеру, движение «Test yourself» было создано для подростков, желающих бросить себе вызов. Ученики проходят необходимые тренировки и затем отправляются в отдалённую местность с трудными для обычной жизни условиями. У подростков в распоряжении минимальное количество инвентаря и вещей, так что от правильного использования этих вещей зависит степень комфорта.

В школах государств Африки и Азии не всегда присутствуют необходимые условия для физического воспитания детей. Программа, как правило, ограничивается подвижными играми на открытом воздухе. Популярными являются народные виды спорта: лазание по дереву, стрельба из лука, верховая езда). Многие народы Африки сохраняют традицию инициации и направляют мальчиков по факту достижения ими определённого возраста на интенсивные курсы физической подготовки в специальном лагере. В конце курса учеников ждут экзамены на силу, ловкость и выносливость. Те, кто справляется со всеми испытаниями, принимаются в общину взрослых как равные.

Также необходимо отметить, что в развитых государствах внимание уделяется, прежде всего, рациональной планировке всех зданий школы, режиму труда и отдыха, питания и разных видов активности. Инфраструктура высокого уровня включает современные архитектурные решения, наличие одноместных парт, качественное освещение, многообразие кабинетов, наличие спортивных залов, бассейнов, открытых площадок для занятий. На Западе также распространена практика аренды сооружений, находящихся в муниципальной собственности.

Итак, за рубежом школьный спорт имеет богатую историю развития и развивается активно, с использованием разных методов и форматов деятельности, направленной на физическое воспитание детей и подростков. Следует, однако, отметить, что не все инструменты развития школьного спорта можно применить в странах с менее развитой инфраструктурой и большим количеством детей младшего, среднего, старшего школьного возраста. Так, частные школы в России обычно платные, не каждая семья может себе позволить такой вид обучения ребёнка. В государственных школах бывает недостаточно как элементов инфраструктуры, так и составляющих индивидуальной образовательной траектории: меры, направленные на развитие детей, включая физическое развитие, носят обобщённый, унифицированный характер. Разделение детей по группам здоровья на уроках физической культуры иногда выражается только в том, что часть учеников делают все упражнения по

программе основной группы, а часть (подготовительная группа, специальная группа) не занимаются вовсе. Существуют проблемы организации регулярных выездов, например, на природу, не всегда в свободном доступе находятся «сторонние» объекты инфраструктуры.

Из этого можно заключить, что для трансформации школьного спорта в больших масштабах требуется изменение законодательства с чётким определением структур, ответственных за создание школьных спортивных клубов и проведение школьных спортивных лиг. В существующих условиях имеет смысл укреплять теоретическую базу и прививать школьникам основы здорового образа жизни, правильного питания, создавать условия для выбора какого-либо вида физической активности. Обязательны практические занятия: соотношение теории и практики может быть выбрано индивидуально с учётом особенностей школ и возрастных групп детей. Самый доступный вариант – физическое воспитание во время «разговоров о важном». Новый предмет в 2022 году появился во всех российских общеобразовательных учреждениях. Это получасовой классный час, на котором учителя и ученики обсуждают темы патриотизма, гражданского воспитания, исторические события, экологию, вопросы нравственности и так далее [2]. Программу единых классных часов, на наш взгляд, можно дополнить «разговорами о нужном», то есть об основах здорового образа жизни. Имеет смысл создать такую же универсальную программу, включающую методические материалы для учителей, обучающие материалы и «шпаргалки» для детей и их родителей. Практическая деятельность учеников в рамках «разговоров о нужном» может осуществляться в следующих направлениях:

- составление и корректировка режима дня;
- составление меню;
- утренняя зарядка;
- посещение спортивных соревнований в качестве зрителей;
- встречи со «значимыми взрослыми», например, родителями детей, связавшими жизнь со спортом, или спортсменами региона;

- разработка и защита учениками проектов развития школьного спорта;
- в качестве внеклассных мероприятий – выезды, например, в верёвочные городки или на организованные своими силами соревнования, с тем чтобы инициатива по выбору направления и вида деятельности была проявлена детьми;
- беседы в формате прогулок.

Все эти варианты не являются затратными и позволяют внести вклад в развитие, как минимум, теоретической и методической составляющих школьного спорта. Чем больше в этом будут заинтересованы родители и дети, тем больше будет вероятность успешной реализации программ по разным видам спорта. Поскольку в странах Запада и Востока физическая культура и спорт зачастую воспринимаются не как часть образовательного процесса, а как форма проведения досуга, именно этот вариант взаимодействия в рамках развития школьного спорта рекомендуется использовать в России.

Список литературы

1. Столяров В. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. – М.: Литрес, 2020. – 314 с.
2. Цикл внеурочных занятий «Разговоры о важном» [Электронный ресурс]. – URL: <https://razgovor.edsoo.ru/>

© Арутюнян В.А., Исмаилова Т.Ю.

УДК 796.03

Бредихина Любовь Владимировна
 учитель физической культуры,
 государственное бюджетное
 общеобразовательное учреждение
 Самарской области
 средняя общеобразовательная школа № 10
 «Образовательный центр ЛИК»
 городского округа Отрадный
 Самарская обл., г. Отрадный,
 E- mail: Lyuba0367@mail.ru

**ПРОЕКТ «ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО
 СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП»
 КАК СРЕДСТВА СОЦИАЛИЗАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ»**

Bredikhina Lyubov Vladimirovna
 physical education teacher,
 state budgetary
 educational institution
 Samara region
 secondary school No. 10
 «Educational center LIK»
 of the city district of Otradny
 Samara region, Otradny,
 E- mail: Lyuba0367@mail.ru

**THE PROJECT «ORGANIZATION OF THE ACTIVITIES OF THE
 OLYMP SCHOOL SPORTS CLUB»
 AS A MEANS OF SOCIALIZATION OF STUDENTS»**

Аннотация. Статья посвящена организации сотрудничества родителей и школы в деле обучения, воспитания и социализации обучающихся на основе единой педагогической позиции. Сегодня все яснее становится понимание роли семьи в формировании, поддержании и развитии познавательных интересов ребенка, а также ценностного отношения к здоровью. Поэтому работа с семьей становится важнейшим компонентом учебно-воспитательного процесса.

Abstract. The article is devoted to the organization of cooperation between parents and schools in the education, upbringing and socialization of students on the basis of a unified pedagogical

position. Today, the understanding of the role of the family in the formation, maintenance and development of the cognitive interests of the child, as well as the value attitude to health, is becoming clearer. Therefore, working with the family becomes an essential component of the educational process.

Ключевые слова: *здоровье, обучающиеся, родители, семья, школа, сотрудничество.*

Keywords: health, students, parents, family, school, cooperation.

С первых дней пребывания в школе у обучающихся формируется отношение к школе, образованию в целом, педагогам и сверстникам, вырабатываются основы их социального, гражданского поведения, характер их трудовой, общественной, творческой деятельности. В данном педагогическом проекте учтены принципиально новые условия жизнедеятельности современного ребенка.

Одним из направлений развития государства и объединения многонационального общества является патриотическое воспитание подрастающего поколения [1]. Это направление в системе образования способствует формированию у подрастающего поколения патриотического сознания, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

В соответствии с требованиями ФГОС система воспитания предлагает сравнительно новые формы работы с обучающимися. Например, активное участие в работе спортивных клубов, акции по благоустройству спортивных сооружений, дистанционные предметные конкурсы, олимпиады, викторины, участие в научно-практических конференциях, спортивных соревнованиях, фестивалях, совместных с родителями коллективных творческих делах, проектах, создание презентаций, образовательных видеофильмов и т.д. Были выявлены *следующие противоречия*, которые позволили сформулировать актуальность проблемы в осуществлении физического воспитания обучающихся и образовательных ресурсов:

1. между возросшими требованиями к уровню физической подготовленности обучающихся и использованием непродуктивных образовательных методик и технологий для их реализации;

2. между потребностью в знаниях о здоровом образе жизни детей, культуре здоровья, и невозможностью педагогического коллектива в традиционных условиях удовлетворить эту потребность.

Современный период в российской истории и образовании - время смены ценностных ориентиров, когда нарушается духовное единство общества, меняются жизненные приоритеты молодежи, происходит разрушение ценностей старшего поколения, а также деформация традиционных для страны моральных норм и нравственных установок. Такие изменения в масштабе государства привели к утрате в среде молодого поколения не только моральных ориентиров, но и негативно сказалось на развитии всего общества. На первое место в нашем обществе вышла идеология потребления, когда культ денег и уровней культуры расходятся. Рост потребностей сопровождается утратой таких ценностей, как добро, справедливость, патриотизм, гражданственность. Особую актуальность приобретают вопросы гражданской идентичности и ценностных ориентиров личности.

В последние годы наблюдаются также и некоторые положительные тенденции. К их числу следует отнести повышение внимания со стороны государственных лидеров, представителей интеллигенции к проблемам повышения национального единства России, состояния ее духовной культуры и воспитания молодого поколения. В большинстве субъектов Российской Федерации, в том числе в Самарской области, образованы и работают региональные координационные советы и центры гражданско-патриотического воспитания [3]. Приняты и реализуются долгосрочные ведомственные и региональные программы, нормативные правовые акты, а также созданы условия для организационного, информационного, научного и методического обеспечения социализации обучающихся. Так, в Самарской области принята «Концепция патриотического воспитания граждан Самарской области».

Ведущая педагогическая идея проекта заключатся в воспитании средствами органа ученического самоуправления ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» граждан России, для которых базовые национальные ценности (здоровье, патриотизм, семья, труд и творчество, наука, природа) являются ценностными основой мышления, образа жизни и гражданской позиции [2]. Инструментом решения задач государственно-образовательной политики в сфере гражданско-патриотического воспитания выступает Федеральный *государственный образовательный стандарт*, методологическую основу которого представляет *«Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России»*, отражающая нравственно-ценностные ориентиры и механизмы формирования патриота – гражданина России. В нем особо подчеркивается важность воспитательных акцентов: «создание условий для развития здоровой, духовно-нравственной, творческой, активно и заинтересованно познающей мир личности, социально активной, уважающей закон и правопорядок, соизмеряющей свои поступки с нравственными ценностями, осознающей свои обязанности перед семьёй, обществом, Отечеством».

Анализ проблем воспитания в обществе в целом и в школе, в которой я являюсь руководителем ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП», явился причиной разработки воспитательного проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» как средства социализации обучающихся (ШСК)».

Целью проекта является содействие школе и семье в укреплении здоровья и всестороннего развития обучающихся, их подготовки к труду и защите Родины через деятельность ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) с обучающимися, родителями, педагогическим коллективом, социальными партнёрами.

Перед собой поставила следующие **задачи**:

1. Способствовать созданию благоприятных условий для выработки и проявления детьми высокой гражданской и нравственной позиции, инициативности.

2. Формирование у воспитанников и их родителей интереса к совместной досуговой деятельности путем вовлечения в занятия физической культурой.

3. Формирование позитивных базовых национальных ценностей через взаимодействие с социальными субъектами в открытой общественной среде.

4. Создание коллектива единомышленников (обучающиеся, председатель ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП», Совет ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП», семья,).

5. Воспитание у обучающихся бережного отношения к своему здоровью, мотивации на здоровый образ жизни

6. Развитие инициативы и творчества школьников через организацию социально значимой деятельности.

7. Способствовать привлечению обучающихся к систематическим занятиям в спортивных секциях при школе, в дополнительных образовательных учреждениях.

Ожидаемые результаты изменения качества воспитательного процесса

Проект предусматривает приобщение обучающихся к физической культуре и спорту, базовым национальным ценностям российского общества, общечеловеческим ценностям благодаря сотрудничеству с социальными партнёрами в контексте формирования гражданской идентичности и обеспечивает:

1. Формирование у обучающихся активной деятельностной позиции;
2. Возрождение традиций здорового образа жизни в семейном воспитании;
3. Развитие сотрудничества с социальными партнёрами и социальными агентами;

4. Осознание принятия социальных ролей, соответствующих подростковому возрасту: лидер, ведомый, партнёр, инициатор, референтный в определённых вопросах, руководитель, организатор, помощник, собеседник, слушатель;

5. Приобретение интереса к подвижным, спортивным играм, занятиям в спортивных секциях, участию в спортивных соревнованиях, туристических походах, военизированных играх;

6. Достижение обучающимися личностных результатов:

- обучающиеся освоят ценности здоровья своего народа, народов России как одно из направлений общероссийской гражданской идентичности;
- у обучающихся сформируются представления о факторах, негативно влияющих на здоровье человека; способах их компенсации, избегания, преодоления.

Принципы проекта

1. Принцип единства образовательной и воспитательной среды – развитие основных потребностей ребенка в поддержании его здоровья и жизнеспособности.

2. Принцип проблемности должен будить любознательность ученика, желание самостоятельно дойти до истины, обогатить себя новыми знаниями;

3. Принцип социальной активности, который создает обучающимся условия для самостоятельного выбора и принятия решений, формирует способность противостоять внешнему давлению и отстаивать свое мнение, свою жизненную позицию;

4. Принцип взаимодействия личности и коллектива, предусматривающий равноправные отношения в коллективе, право ребенка на собственное мнение и аргументацию своих поступков и действий.

Содержательные линии проекта

Образовательная – содержит объём знаний, закономерностей, характеризующих здоровый образ жизни и, в частности, физическую культуру и спорт.

Ценностная – предполагает ориентацию на ценности здорового образа жизни, на их изучение, сохранение.

Творческая – предусматривает развитие спортивных достижений, творческих способностей обучающихся, исследовательских умений.

Участники проекта

- Обучающиеся ГБОУ СОШ № 10 «ОЦ ЛИК» г. о. Отрадный 1 – 11 классов, родители (законные представители) обучающихся 1-11 классов,
- педагоги,
- социальные партнеры: ЦДОД, музей, клуб «Юность», «Досуговый центр», МБУ «Дом молодежных организаций», СП ДОД гимназия «ОЦ «Гармония», МАУ СОК, МУЧ «СК «Шанс», МУЧ «Нефтяник».

Сроки реализации проекта: 2018-2023 г.г.

Средства реализации проекта

Формы активных воспитательных мероприятий:

- Деловые игры, конкурсы, викторины;
- Исследовательская деятельность; коллективные творческие дела;
- Экскурсии, поездки, походы;
- Спортивные соревнования, военно-спортивные игры;
- Трудовые дела: акции, тренинги общения.

Условия реализации проекта

Руководитель проекта	Бредихина Любовь Владимировна – учитель физической культуры , высшая категория, ГБОУ СОШ № 10 «ОЦ ЛИК» г.о.Отрадный
Социальные партнеры	ЦДОД, клуб «Юность», «Досуговый центр», Детская школа искусств, ДК «Россия», библиотека, ДМО, учителя физкультуры, учителя начальных классов ГБОУ СОШ № 10 «ОЦ ЛИК», ГБОУ СОШ № 8, ГБОУ СОШ № 6, гимназия «Гармония». «, СП ДОД гимназия « ОЦ « Гармония», МАУ СОК, МУЧ «СК «Шанс», МУЧ «Нефтяник».
Материально-техническое обеспечение	Спортивный зал, мультимедийный кабинет, мультимедийная установка, интерактивная доска, программа «Proklass».
Научно-методическое обеспечение	1. Волейбол / Под ред. А. В. Беляева, М.В.Савина. – М.2.Волейбол: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. – М., 1982 2. Железняк Ю. Д.. К мастерству в волейболе. – М., 1978.

	<p>3. Железняк Ю. Д., Кунянский В. А. У истоков мастерства. - М., 1998.</p> <p>4. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. – М., 1988.</p>
Информационное обеспечение	<p>1. school10_otr@samara.edu.ru (школьный сайт)</p> <p>2. Социальная сеть работников образования nsportal.ru <http://nsportal.ru/bredikhina> ></p> <p>3. multiurok.ru>vidurok/blog/modiel-vospitatiei...</p> <p>4. Школьная газета «Десяточка».</p> <p>5. Городская газета «Вестник Отрадного».</p> <p>6. Городская газета «Рабочая трибуна».</p>

Механизм реализации проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся»

Мероприятия	Взаимодействие участников	Использование ИКТ	Прогнозируемые результаты
<i>Просветительское направление</i>			
Создание структуры ученического самоуправления.	Классные руководители, руководитель проекта, ШСК	используют различные приёмы поиска информации в Интернете	Сознательное понимание своей принадлежности к социальным общностям (ШСК), определение своего места и роли.
Разработка системы занятий и маршрута для участников.	Классные руководители, руководитель проекта, ШСК		Первоначальные навыки практической деятельности в составе социокультурных групп общественной направленности.
Обсуждение цели и задач проекта	Администрация, классные руководители, руководитель проекта, ШСК	используют возможности электронной почты для информационного обмена	Умение вести дискуссию, диалог и достигать взаимопонимания.
<i>Диагностическое направление</i>			
Диагностика сформированности мотивации обучающихся к участию в общественно полезной деятельности психолога школы (методика)	Участники проекта, ШСК	используют различные приёмы поиска информации в Интернете	Ознакомление с исследовательским методом, позволяющим получить информацию из словесных сообщений обучающихся.

Л.В. Байбородовой)			
Диагностика и тестирование физической подготовленности.	Участники проекта, ШСК		Апробирование исследовательского метода, позволяющим получить информацию путём анализа результатов и способов выполнения специальных заданий.
Медицинское направление			
Конкурс стихов »Как быть здоровым».	Участники проекта, ШСК	используют различные приёмы поиска информации в	Опыт реализации в различных видах творческой деятельности.
Беседа с мед. работником «Болезни грязных рук».	Участники проекта, ШСК	Интернете	Формирование личного опыта здоровьесберегающей деятельности.
Трудовое направление			
КТД Высаживание елочек на аллее «Первоклассников».	Классные руководители, участники проекта, родители, ШСК		Ценностное отношение к качеству окружающей среды.
КТД Участие в проекте по восстановлению дворовой хоккейной площадки.	Классные руководители, участники проекта, родители, ШСК		Начальный опыт участия в общественно значимых делах.
Спортивно-оздоровительное направление			
КТД «День здоровья». (Игровая программа на свежем воздухе).	Классные руководители, участники проекта, родители, учителя физкультуры, ШСК	используют программы звукозаписи и микрофон	Начальный опыт участия в пропаганде экологически целесообразного поведения, здорового образа жизни.

КТД Семейный праздник «Здоровому всё здорово».	Классные руководители, участники проекта, родители, ШСК		Формирование опыта участия в общественно значимых делах с заботой о личном здоровье.
Проведение соревнований волейболу	ШСК, участники проекта		
<i>Диагностическое направление</i>			
Мониторинг состояния здоровья детей.	Участники проекта, ШСК	осуществляют фиксацию хода и результатов деятельности	Ознакомление с системой диагностических исследований.

Модель взаимодействия с семьями обучающихся

Образовательное пространство школы - эта та сфера, где идёт формирование личностных качеств и творческих способностей обучающихся. Школьные годы ребёнка должны быть привлекательными для родителей с точки зрения формирования интеллектуально-творческих способностей ребенка, включая потребность в ЗОЖ.

Практическая задача, стоящая перед участниками педагогического проекта, – организация сотрудничества семьи и школы в формировании ценностей подрастающего поколения и ЗОЖ; оказание психолого-педагогической поддержки семьям, выработка системы рекомендаций для родителей по воспитанию, развитию, обучению детей, включая физическое воспитание.

Все начинается с дома, с семьи, и хорошо, если образ жизни семьи и школы совпадает. Поэтому **совместно** с родителями мы формируем у детей чувство гордости, ответственности перед своим сообществом, своим Отечеством.

Совместная педагогическая деятельность семьи и школы:

- участие в коллективно-творческих делах;
- совместные проекты;
- привлечение родителей к подготовке и проведению праздников, мероприятий;

- организация и проведение семейных встреч, конкурсов и викторин;
- участие родителей в конкурсах, акциях, проводимых в школе.

Просветительская работа с родителями (законными представителями)

лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье детей, и т. п.;

организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней экологической культуры и здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

Изучение и пропаганда лучших национальных и семейных традиций проходит также через совместные мероприятия детей и родителей. Познание родного края и страны – через организацию походов и экскурсий.

Модель организации работы органов самоуправления

Ученическое самоуправление в общеобразовательной школе включает в себя распределение должностей с правами и обязанностями, развивает самоконтроль, мотивирует учеников на активную жизненную позицию [5].

Высшим органом ученического самоуправления в школе является ученическое собрание, на которое собираются представители (легионеры) по два человека от 1-11 классов. Ученическое собрание собирается не реже одного раза в четверть. В период между собраниями высшим исполнительным органом ученического самоуправления является Совет физической культуры.

В состав совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) входят:

- представители от каждого класса;
- командиры классов.

Совет ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) созывается 1 раз в месяц:

- организует выполнение решений собраний;
- отстаивает права и интересы обучающихся школы;

- составляет и принимает план работы проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся», вносит в него необходимые изменения;
- утверждает награды и поощрения за участие в проекте;
- пропагандирует деятельность детской организации, здоровый образ жизни;
- координирует и контролирует деятельность классных ученических советов; контролирует работу проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся»

Председатель Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) избирается членами Совета Физической культуры и наделяется следующими *полномочиями*:

- руководит работой Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК);
- является представителем проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся»
- является ведущим сборов и собраний.

В отсутствие председателя его функции выполняет заместитель.

В ШСК существует следующее распределение обязанностей:

Высшим органом самоуправления является общее собрание Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК). Во главе ШСК стоит орган **ученического самоуправления** – **Совет легионеров**, который возглавляет председатель Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК).

Службы Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП»

(ШСК)

Службы Совета ШКОЛЬНОГО	Обязанности
-------------------------	-------------

СПОРТИВНОГО КЛУБА» ОЛИМП»	
Председатель Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА» ОЛИМП» (ШСК)	Осуществляет руководящую роль в организации и является уполномоченным по защите прав обучающихся, помогает руководителю проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся» в организации.
Лига «Всё обо всём»	Помогает председателю Совета ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) проводить информационно-агитационную работу с легионерами и обучающимися школы. Обновляет информационный стенд «ЗОЖ». Ведение летописи мероприятий, создание и оформление сборника исследовательских и творческих работ «В здоровом теле-здоровый дух!».
Лига «Знание - сила»	Проводит обучение физкультурного актива – легионеров. Проводит подготовку участников в научно-практических конференциях, образовательных проектах, презентациях, обучает судей на соревнованиях.
Лига «Терпение и труд всё перетрут»	Проводит мероприятия по обновлению спортивного инвентаря, мелкому ремонту в спортивных сооружениях школы. Оказывает помощь престарелым, ветеранам войны и инвалидам. Помогает в уборке квартир, приусадебных участков.
Лига «Мы - спортивная семья»	Осуществляет процесс подготовки и проведения внеклассных мероприятий, работает над составлением сценариев совместно с родителями и участниками проекта.
Лига «Делай с нами, делай лучше нас»	Проводит подготовку к спортивным соревнованиям, и судейство на спортивных мероприятиях. Проводит контроль над проведением гимнастики перед уроками. На уроках проводит физкультминутки. Проводит мероприятия, направленные на реализацию программы «Здоровый образ жизни» в школе.
Лига «Да здравствует наш суд!»	Следит за психологическим здоровьем учащихся: разбирает ссоры, споры и драки. Следит за порядком. Проводит контроль над судейством в различных состязаниях.

Один раз месяц в ШСК проводится «Анализ и планирование» работы. Во время заседания ребята отчитываются о проделанной за 1 месяц работы и планируют на будущее.

Критерии эффективности деятельности ШСК

Мониторинг представляет собой систему диагностических исследований, направленных на комплексную оценку результатов эффективности реализации проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся».

В качестве основных показателей и объектов исследования эффективности реализации проекта выступают:

1. Особенности развития личностной, социальной, здоровьесберегающей культуры обучающихся;
2. Особенности детско-родительских отношений и степень включённости родителей (законных представителей) и социальных партнёров в совместную с обучающимися деятельность.

Принципы организации мониторинга

Основные принципы организации мониторинга эффективности реализации проекта:

- принцип системности - изучение планируемых результатов развития детей как элементов общего процесса воспитания и социализации обучающихся;
- принцип личностно-социально-деятельностного подхода ориентирует исследование эффективности реализации проекта на процесс воспитания и социализации детей в единстве основных социальных факторов их развития — социальной среды, воспитания, деятельности личности, её внутренней активности;

Методологический инструментарий

Методологический инструментарий мониторинга предусматривает использование следующих методов:

Тестирование (метод тестов) — исследовательский метод, позволяющий выявить степень соответствия планируемых и реально достигаемых результатов путём анализа результатов.

Опрос — получение информации, заключённой в словесных сообщениях обучающихся. Для оценки эффективности реализации проекта используются следующие виды опроса:

- анкетирование — метод получения информации на основании ответов на подготовленные вопросы анкеты;

• беседа — метод исследования, заключающийся в проведении тематически направленного диалога между исследователем и обучающимися с целью получения сведений.

Психолого-педагогическое наблюдение — описательный психолого-педагогический метод исследования, заключающийся в восприятии и фиксации особенностей развития и воспитания. В рамках мониторинга предусматривается использование следующих видов наблюдения:

Критерии эффективности реализации проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся», отражающие изменения качества воспитательного процесса.

Критериями эффективности реализации проекта является динамика (положительная динамика, устойчивость (стабильность) показателей достижений участников проекта и их социализации:

1. Динамика развития личностной, социальной, трудовой (профессиональной) и здоровьесберегающей культуры детей;

2. Динамика успешности детей, принимающих участие в интеллектуальных и творческих конкурсах, олимпиадах, соревнованиях, фестивалях, конференциях, занимающих призовые места различных уровней;

3. Динамика успешности детей, вовлеченных в поисковой, научно – исследовательской, проектной деятельности;

4. Увеличение числа обучающихся, привлечённых к реализации социальных проектов, акций, к участию в органах ученического самоуправления, в волонтерском движении;

5. Динамика (характер изменения) социальной, психолого-педагогической и нравственной атмосферы внутри коллектива (ШСК).

6. Динамика детско-родительских отношений и степени включённости родителей (законных представителей) в совместную с детьми деятельность.

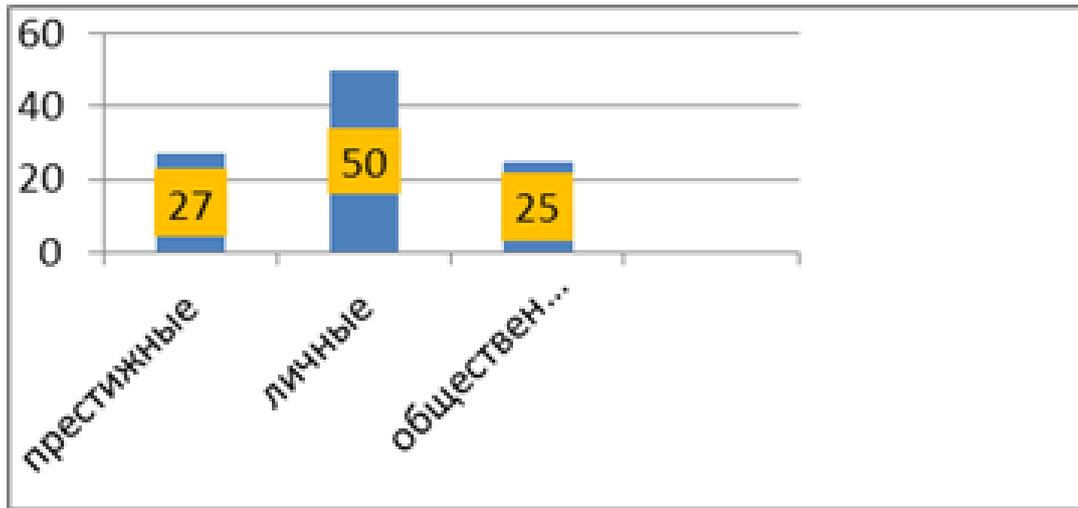
На протяжении реализации проекта, использовались методики диагностики, представленные в таблице:

Критерии предмета мониторинга	Показатели	Методики
<i>Детский коллектив</i>		
Сформированность детского коллектива	-благоприятный психологический микроклимат -уровень развития коллективных взаимоотношений; - развитость самоуправления;	1) Социометрия. 2) Индекс групповой сплоченности. 3) Методика А.Н. Лутошкина «Какой у нас коллектив». 4) Методика определения уровня развития самоуправления (По Рожкову). 5) Методика «Самочувствие. Активность. Настроение»
Сформированность мотивации обучающихся к участию в общественно полезной деятельности	- включенность обучающихся во внеурочную деятельность	Методика «Выявление мотивов, обучающихся в делах классного и общественного коллективов» Методика Л.В. Байбородовой
Сформированность коммуникативной культуры обучающихся	- коммуникабельность; - взаимодействие со сверстниками, родителями, педагогами	1. Методика выявления организаторских и коммуникативных склонностей (по В.В. Синявскому и В.А. Фидоришину.), 1) Тест Лири «Кинетический рисунок семьи», 2) Цветовой тест Люшера

Методика Л.В. Байбородовой позволила проследить изменение ведущих мотивов поведения и деятельности и динамику (характер изменения) социальной и нравственной атмосферы внутри коллектива (ШСК). К окончанию реализации проекта у ШСК ведущими мотивами обучающихся стали личные и общественные.

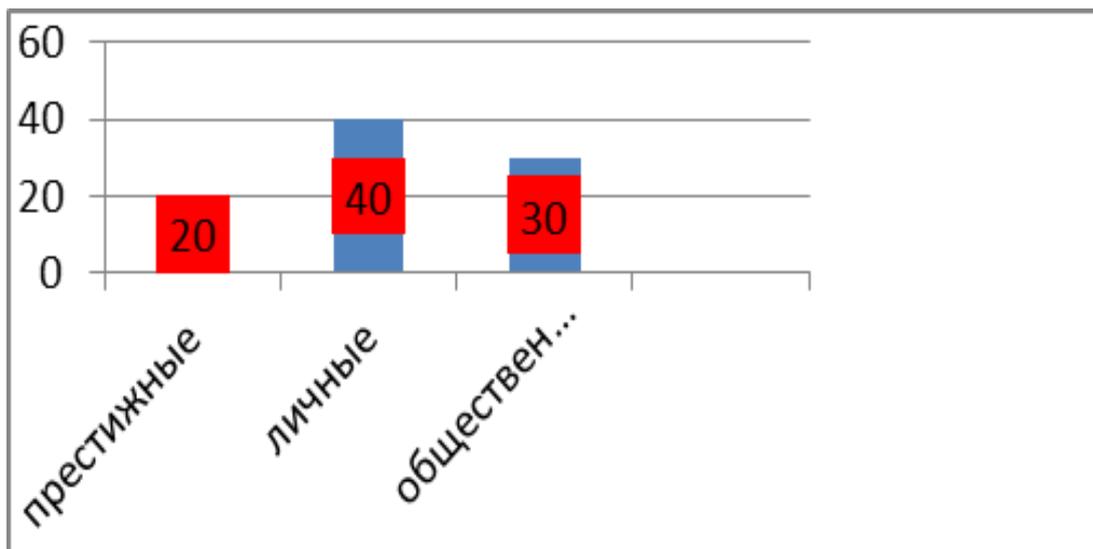
Результат 1.

Выявление ведущих мотивов поведения и деятельности ШСК за 1 год работы (по методике Л.В. Байбородовой) показывает первая *диаграмма:*



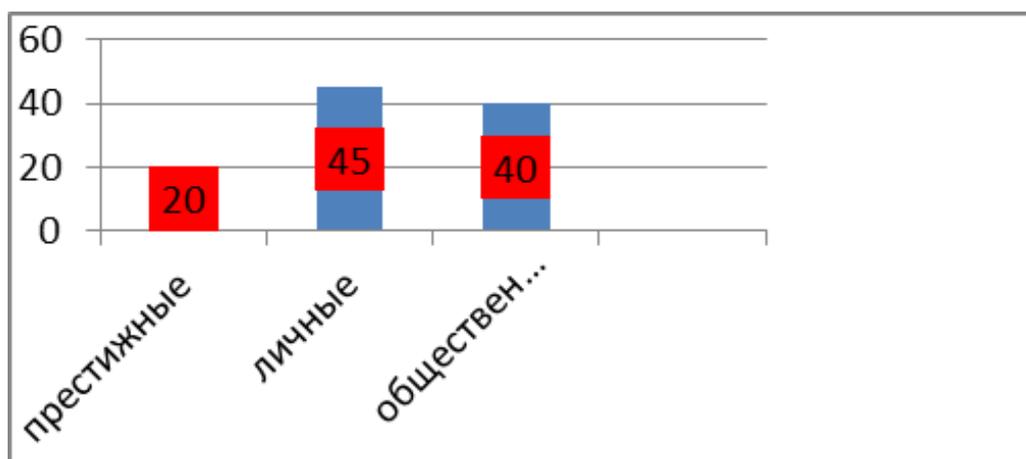
Результат 2.

Выявление ведущих мотивов поведения и деятельности ШСК за 2 года работы (по методике Л.В. Байбородовой) показывает вторая *диаграмма*:



Результат 3.

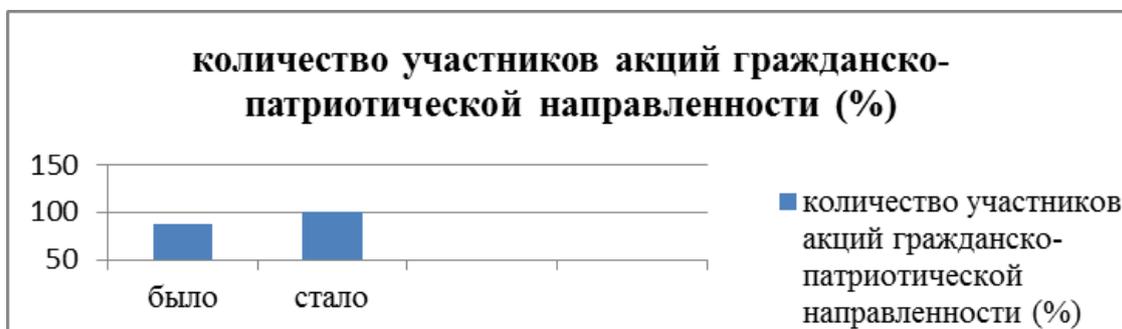
Выявление ведущих мотивов поведения и деятельности ШСК за 4 года работы (по методике Л.В. Байбородовой) показывает третья *диаграмма*:



Это позволило моим воспитанникам самостоятельно действовать в общественной жизни. Legionеры ШСК принимали участие в различных акциях, например, городской акции «Весенняя неделя добра». К окончанию 4-го года работы уровень нравственной воспитанности обучающихся вырос.

Результат 4.

Активность участия в акциях гражданско-патриотической направленности ШСК за годы реализации проекта 1-4 годов работы в проекте



Подведение итогов:

Мониторинг эффективности реализации проекта «Организация деятельности ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «ОЛИМП» (ШСК) как средства социализации обучающихся» позволяет говорить о том, что выстроенная мною система воспитательной работы отвечает целям и задачам патриотического и гражданского воспитания подрастающего поколения. Результаты диагностики свидетельствуют об оптимальном уровне сформированности гражданских и патриотических качеств личности каждого

школьника, и коллектива в целом, активной деятельной позиции. (справки прилагаются).

Список литературы

1. Наумов С.Ю., Чернышкина Н.Я. Гражданское и патриотическое воспитание молодёжи: учеб. пособие/.- Саратов.2007.-172с
2. Плетенева О.В., Ионова Л.Ф. интеграция учреждений дополнительного и общего образования детей. – Нижний Новгород, 2012. 60 с.
3. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года утв. расп. Правительства РФ от 24 ноября 2020 г. № 3081-р

© Бредихина Л.В.

УДК 796.03

Бухарова Дина Хасановна*магистрант, ИФКСиМП**Уральский Федеральный университет, г. Екатеринбург,**E-mail: buharova.dina@yandex.ru***Прокопьева Ирина Алексеевна***магистрант, ИФКСиМП**Уральский Федеральный Университет, г. Екатеринбург,**E-mail: flc-irinamelehova@yandex.ru***Бухаров Евгений Александрович***студент, ИФКСиМП**Уральский Федеральный университет, г. Екатеринбург,**E-mail: buxarov_00@bk.ru*

ВОСПИТАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ

Bukharova Dina Khasanovna*Master's student, IFKSiMP**Ural Federal University, Yekaterinburg,**E-mail: buharova.dina@yandex.ru***Prokopyeva Irina Alekseevna***Master's student, IFKSiMP**Ural Federal University, Yekaterinburg,**E-mail: flc-irinamelehova@yandex.ru***Bukharov Evgeny Aleksandrovich***student, IFKSiMP**Ural Federal University, Yekaterinburg,**E-mail: buxarov_00@bk.ru*

PERSONAL EDUCATION IN THE PROCESS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ACTIVITIES OF SCHOOLCHILDREN

Аннотация. Формирование личностных качеств начинается со школьного периода. В связи с этим особое внимание придается вопросам воспитания в процессе обучения. Особое место в школьном обучении и воспитании занимают физическая культура и спорт. Организованная физкультурно-спортивная деятельность прививает школьникам положительные поведенческие черты.

Abstract. The formation of personal qualities begins with the school period. In this regard, special attention is paid to the issues of education in the learning process. Physical culture and sports occupy a special place in school education and upbringing. Organized physical culture and sports activities instill positive behavioral traits in schoolchildren.

Ключевые слова: физическое воспитание, гармоничное развитие личности, активный досуг, физкультурно-спортивная работа.

Keywords: physical education, harmonious development of personality, active leisure, physical culture and sports work.

Приоритетным направлением проводимой модернизации в сфере общего образования является повышение эффективности и качества преподавания физической культуры, призванной обеспечить укрепление и сохранение здоровья школьников, а также способствовать развитию личности детей.

Физкультурно-спортивная деятельность школьников формирует и развивает многие личностные качества детей, в большинстве случаев закладывается фундамент таких качеств на всю предстоящую взрослую жизнь.

Какие качества человека формируются в школьный период? Какая роль отводится такому воспитанию в решении стратегических задач страны?

Физическое воспитание школьников как часть общего воспитания, направленная на всесторонне-гармоничное развитие физических способностей детей в педагогическом процессе, в конечном итоге способствует формированию физической культуры личности школьников.

Физическая культура личности – это достигнутый уровень физического совершенства человека и степень использования им приобретенных в процессе занятий физическими упражнениями специальных знаний, умений, навыков, а также двигательных качеств в повседневной жизни.

Физическую культуру личности характеризуют:

- интерес и мотивация к занятиям физическими упражнениями;
- состояние здоровья;
- систематические занятия физическими упражнениями для решения тех или иных задач физического совершенствования;
- объем специальных физкультурных знаний, позволяющий с пользой применять их на практике;
- объем усвоенных двигательных умений и навыков;

- разносторонняя базовая физическая подготовленность;
- овладение гигиеническими навыками и приобретение привычек здорового образа жизни;
- владение организационно-методическими умениями проведения самостоятельных физкультурных занятий.

Систематическая осознанная физкультурная деятельность человека – есть высшая форма личной физической культуры.

Основной формой физического воспитания в школе является обязательный учебный предмет «Физическая культура», содержание которого направлено на укрепление здоровья, повышение физического потенциала, работоспособности обучающихся, формирование у них жизненных, социальных и профессиональных мотиваций.

Дополнительно к учебным занятиям по физическому воспитанию, предусмотренных учебными планами образовательных учреждений, важную роль в оздоровлении школьников, повышении их физического статуса играет эффективная организация физкультурно-спортивной работы.

Физкультурно-спортивная работа со школьниками предполагает проведение дополнительных занятий по физической культуре и спорту во внеурочное время в виде физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.

Физкультурно-оздоровительная работа – это целенаправленное использование физических упражнений для обеспечения оздоровительного эффекта. Очевидно, что физкультурно-оздоровительная работа является базой, своего рода основой для всестороннего физического развития учащихся, сохранения и укрепления здоровья, формирования разнообразных двигательных навыков, что, несомненно, приводит к объективным предпосылкам для гармоничного развития личности, так как всестороннее развитие детей без активного спорта и досуга фактически невозможно.

Под спортивно-массовой работой понимается система действий, направленных на развитие личностных ресурсов, формирование позитивных

стрессоустойчивых форм поведения, установок на здоровый образ жизни у школьников путем привлечения школьников к организованной спортивной занятости и участию в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня [3].

Из вышеизложенного определяем, физкультурно-спортивная работа со школьниками, включающая в себя физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность, ориентирована на формирование у учащихся осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества учащихся оздоровительными мероприятиями.

Физкультурно-спортивная деятельность со школьниками представляет огромную значимость как в учебном, так и в воспитательном процессе. Данное направление было актуально всегда. И выходит на новый уровень важности в современном обществе, где мало двигательной активности, мало личного общения между детьми, между школой и семьей, возрастает озлобленность населения и т.п.

Физкультурно-спортивная работа со школьниками предполагает:

создание в школе условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья учащихся средствами физической культуры и спорта;

обеспечение взаимодействия учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры, удовлетворения потребностей учащихся в занятиях физическими упражнениями, спортом;

формирование физической культуры личности учащегося с учетом его индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации;

дальнейшее развитие системы спортивных секций, объединений и кружков;

проведение мероприятий по профилактике асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры и спорта;

постоянное улучшение условий для организации физкультурно-спортивной работы.

Физкультурно-спортивная работа в школе призвана выполнять следующие функции:

воспитательную - воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью,

обучающую - обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков,

развивающую - содействие физическому развитию младших, средних и старших школьников, укрепление здоровья, закаливание организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний [2].

Общие требования к организации воспитания обучающихся приведены в Федеральном законе «Об образовании»: воспитание обучающихся в процессе получения образования осуществляется по рабочим программам воспитания и календарного плана воспитательной работы [1]. Отсюда, школьное образование направлено не только на получение знаний в различных областях, параллельно с учебой идет воспитательный процесс.

В статье 66 закона перечислены личностные качества, формируемые и развиваемые в период школьного обучения:

- начальное общее образование направлено на формирование личности обучающегося, развитие его индивидуальных способностей, положительной мотивации и умений в учебной деятельности (в т.ч. основы личной гигиены и здорового образа жизни).

- основное общее образование направлено на становление и формирование личности обучающегося (формирование нравственных убеждений, эстетического вкуса и здорового образа жизни, высокой культуры межличностного и межэтнического общения, овладение основами наук,

государственным языком Российской Федерации, навыками умственного и физического труда, развитие склонностей, интересов, способности к социальному самоопределению).

- среднее общее образование направлено на дальнейшее становление и формирование личности обучающегося, развитие интереса к познанию и творческих способностей обучающегося, формирование навыков самостоятельной учебной деятельности на основе индивидуализации и профессиональной ориентации содержания среднего общего образования, подготовку обучающегося к жизни в обществе, самостоятельному жизненному выбору, продолжению образования и началу профессиональной деятельности [1].

Реализация содержания учебного предмета «Физическая культура» в преемственности с другими школьными дисциплинами способствует воспитанию, социализации и самоидентификации учащихся посредством лично и общественно значимой деятельности, становлению целесообразного здорового образа жизни.

Ознакомление с содержанием учебного предмета «Физическая культура» по возрастам учащихся показывает, что требование к физкультурной и воспитательной части возрастают от элементарного к более сложному, и в конце обучения школе человеку должны быть присущи осознанные действия во всем.

В школьном предмете «Физическая культура» традиционно принято делать акцент на физическую составляющую. Особый интерес в настоящее время должен быть проявлен ко второй составляющей учебного предмета – это «культура» [4]. Дети не только выполняют физические упражнения, а в этом процессе приобщаются к моральным ценностям: культура движений, внешний вид, выстраивание отношений «ученик-учитель», «ученик-одноклассники», «ученик-взрослый», взаимопомощь, командный дух и т.п.

Все предъявляемые к школьному обучению и воспитанию требования подводят учащегося к формированию современного портрета

выпускника школы. Личностные характеристики выпускника можно обобщить в группы. (Рис. 1).

Выпускник школы – это личность, готовая к жизненному, социальному, профессиональному и гражданскому самоопределению; устойчивая в сложных социально-экономических обстоятельствах и меняющейся политической реальности современного российского общества.



Рис.1 – Модель выпускника средней школы

Приведем пояснения составляющих личности выпускника. Свободная личность – это личность, имеющая высокий уровень самосознания, гражданственности и самодисциплины. Для свободной личности характерны такие качества, как уважение себя, других, Родины; осознание собственной ценности и признание ценности другой личности, способность нести ответственность перед собой и обществом.

Гуманная личность – это личность, которая проявляет милосердие, доброту, способность к состраданию, сопереживанию, терпеливость и доброжелательность. Гуманная личность готова оказать помощь, стремится к миру и понимает ценность человеческой жизни.

Духовная личность имеет потребность к познанию, самопознанию и рефлексии, имеет потребность в красоте и общении.

Творческая личность обладает развитыми способностями, знаниями, умениями, навыками, развитым интеллектом.

Качествами практической личности являются наличие эстетического вкуса, хороших манер; знание и уважение Конституции и законов Российской Федерации; стремление к физическому совершенству; ведение здорового образа жизни.

Все предметы школьной программы в разной степени обладают воспитательным потенциалом. Особенно отличаются предметы гуманитарного цикла, но и остальные дисциплины при правильной организации могут внести существенный вклад в развитие и становление ребенка. Физическая культура – не исключение.

В процессе занятий школьник развивается во всех направлениях. В первую очередь он формирует основные физические качества, такие как гибкость, быстрота, выносливость, сила, ловкость. Они помогают ребенку быть здоровым, спортивным и устойчивым к изменениям.

Занятия физкультурой формируют у школьников еще и разнообразный спектр положительных личностных качеств, таких как целеустремленность, настойчивость, воля, креативность, дисциплина, самоорганизация.

Необходимость выполнения физических нагрузок, прохождения различных дистанций на занятиях делают ребенка целеустремленным. Он старается выполнить поставленную перед ним задачу, найти для нее решения, и на фоне общей конкуренции, которая всегда присутствует на этапах обучения, выделиться. Так формируется еще одна положительная черта личности – настойчивость.

Настойчивость – личностное волевое качество, характеризующееся способностью преодолевать внешние и внутренние препятствия, направленное на неуклонное, вопреки трудностям и препятствиям, достижение осуществления цели. Немаловажную роль в процессе формирования данного качества играет физическая культура. Часто правильно выполнить какое-либо упражнение получается далеко не с первого раза. Но если приложить усилие и проявить настойчивость, то в скором времени все получится. Так же, для того чтобы добиться желаемого результата нужна воля.

На развитие воли влияет преодоление возрастающих трудностей в процессе обучения. Каждый год, при переходе в следующий класс, у ребенка возрастает уровень сложности упражнений и нормативов, которые он должен выполнить. Это способствует совершенствованию физических качеств и целостному развитию личности ребенка.

Физическая культура помогает ребенку реализовать себя творчески, развивает креативность. Ярче всего она раскрывается в процессе игры. Дети, имея простой инвентарь, могут предлагать множество вариантов того, как его можно использовать; особенно часто это наблюдается в младшей школе [5].

Главная миссия школьных физической культуры и спорта в свете выполнения стратегических государственных задач сводится к правильному воспитанию граждан, а значит, патриотов России. Соответственно, это поколение будет должным образом воспринимать важность участия в процессе социально-экономического развития страны. Основную роль в воспитании школьников в процессе физкультурно-спортивной деятельности выполняют педагоги. Именно их компетенции, умение общаться с детьми, способность доносить доступно учебный материал и есть главный инструмент достижения поставленной цели.

Список литературы

1. Российская Федерация. Федеральный закон. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон №273-ФЗ [принят Государственной Думой 21 дек. 2012 г.: одобрен Советом Федерации 26 дек. 2012 г.]. – URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174 (дата обращения 15.11.2022).
2. Бусыгина, Н. Н. Повышение результативности воспитательной работы в школе через физкультурно-спортивную деятельность / Н. Н. Бусыгина // Мультиурок: проект для учителей: [сайт]. – 2017. – URL: <https://multiurok.ru/files/povysheniie-riezul-tativnosti-vospitatiei-noi-rab.html> (дата обращения 15.11.2022).
3. Гурьев, С. В. Технологии физического воспитания: монография / С. В. Гурьев. – Москва: РУСАЙНС, 2017. – 132 с. – ISBN 978-5-4365-2049-0.
4. Патрикеев, А. Ю. Эстетическое и этическое воспитание детей на уроках физической культуры. 1—11 классы / А. Ю. Патрикеев. – Москва: Издательские решения, 2020. – 330 с. – ISBN 978-5-44-984391-3.

5. Кузнецова, Г. Г. Развитие личностных качеств школьников на уроках физической культуры / Г. Г. Кузнецова // Essays.club. Россия: [сайт]. – 2019. – URL: <https://ru.essays.club/Прикладные-науки/Физкультура-и-спорт/Развитие-личностных-качеств-22-0204.html>(дата обращения 15.11.2022).

© Бухарова Д.Х., Прокопьева И.А., Бухаров Е.А.

УДК 796.03

Бызова Олеся Павловна
преподаватель физической культуры,
Муниципальное бюджетное
образовательное учреждение
средняя образовательная школа № 75/42
г. Нижний Тагил
E- mail: vip.rusinova@inbox.ru

РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ УЧАЩИХСЯ СРЕДСТВАМИ РУССКОГО НАРОДНОГО ТАНЦА

Byzova Olesya Pavlovna
teacher of physical culture,
Municipal budgetary
educational institution
secondary educational school No. 75/42
Nizhny Tagil
E- mail: vip.rusinova@inbox.ru

DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF STUDENTS BY MEANS OF RUSSIAN FOLK DANCE

Аннотация. В статье рассматривается влияние танцевальных упражнений русского народного танца на развитие и совершенствование физических качеств учащихся. Изучение танцевальных элементов в русском народном танце способствует воспитанию навыка правильной осанки, гармонично развивает все тело.

Abstract. The article examines the influence of dance exercises of Russian folk dance on the development and improvement of physical qualities of students. The study of dance elements in Russian folk dance contributes to the education of the skill of correct posture, harmoniously develops the whole body.

Ключевые слова: русский народный танец, танцевальные элементы, школьный возраст, физические (двигательные) качества, двигательная активность, физическое развитие.

Keywords: Russian folk dance, dance elements, school age, physical (motor) qualities, motor activity, physical development.

В настоящее время развитие физических качеств учащихся, повышение их двигательной активности, выступают как основа формирования поколения граждан, здоровых, гармонически сочетающих в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство. Задача, стоящая сегодня перед педагогами физической культуры и руководителями творческих коллективов, заключается в поиске и использовании специальных методик, которые позволяют подойти к вопросу физического развития учащихся творчески, более продуктивно, применяя новые технологии и традиционные методы, основанные на богатстве хореографического искусства русского народа.

Цель исследования: теоретически обосновать и экспериментально проверить эффективность влияния танцевальных упражнений русского народного танца на развитие физических качеств учащихся.

В исследовании использовались теоретические методы: анализ научно-методической и специальной литературы, понятийно-терминологический анализ базовых определений исследования; эмпирические методы: тестирование, наблюдение, опрос, беседа, методы математической статистики.

Экспериментальное исследование проводилось на базе МБОУ СОШ № 75/42. В педагогическом эксперименте приняли участие учащиеся 7-9 классов и студии танца «Премьера». Эксперимент проводился в течение 2021 – 2022 учебного года.

Для эксперимента была сформирована на добровольной основе экспериментальная группа в количестве 10 человек студии танца «Премьера», занимающихся русским народным танцем. В контрольную группу вошли 10 учащихся 7-9 классов, которые не участвовали в формирующем этапе и не занимались русским народным танцем.

На первом этапе исследования в процессе констатирующего эксперимента был исследован уровень физического развития обеих групп. Второй, формирующий этап исследования заключался в проведении занятий русским народным танцем с учащимися экспериментальной группы (студии танца

«Премьера»). Занятия проводились 2 раза в неделю, продолжительностью 35 минут, в течение учебного года. На третьем, контрольном этапе эксперимента осуществлялось повторное тестирование уровня физического развития учащихся экспериментальной и контрольной групп, проводилась сравнительная оценка результатов констатирующего и контрольного этапов эксперимента с помощью элементов математической статистики.

В организации нагрузок для развития физических качеств учащихся средствами русского народного танца следует исходить из подбора средних по значениям нагрузок, дающих реакцию активации. При этом формирование пакета нагрузок и их характеристик должно соответствовать как минимум двум условиям: 1) отражать общее, суммарное влияние всех факторов нагрузки, воздействующих в данный период времени на организм (движение, психическое, биологическое, термическое, социальное и др.) и особенности вызываемого ими последствия; 2) учитывать текущее состояние организма и соответствовать ему. При этом по мере роста функциональных возможностей организма, внешние нагрузки должны последовательно возрастать.

В результате изучения русского народного танца воспитывается эстетический вкус, развивается культура и манера общения, а также происходит знакомство с лучшими произведениями хореографии. Использование элементов русской национальной танцевальной культуры как средства развития физических качеств учащихся позволяет расширить художественно-эстетическое воздействие, дополнить его гармоничным развитием физических качеств, необходимых в социокультурной жизнедеятельности в рамках определенной культурной парадигмы.

Таким образом, в результате анализа экспериментальных данных установлено, что статистически достоверно улучшились все исследуемые физические качества испытуемых экспериментальной группы. Развитие физических качеств при занятии русским народным танцем способствовали также формированию адаптивных реакций к учебной нагрузке (феномен перекрестной адаптации), улучшению общего эмоционального фона и

взаимоотношений в творческом коллективе. Кроме того, хореография способствовала улучшению мотивации к занятиям, проявлению интереса к традиционной народной культуре, музыке, костюму, истории русского народа. Качественный анализ отношения к занятиям русским народным танцем свидетельствует о том, что в экспериментальной группе большинство учащихся регулярно посещали занятия, успешно справлялись с предлагаемыми им двигательными упражнениями, охотно участвовали в жизни творческого коллектива, что благоприятно отразилось на общей успеваемости. Это неоднократно отмечали учителя школы и родители, участвующих в занятиях русским народным танцем. Отмечено также повышение сопротивляемости организма учащихся к простудным заболеваниям.

Следует отметить, что развитие физических качеств учащихся средствами русского народного танца доказало свою эффективность, т. к. основано на рациональных формах организации учебно-тренировочного процесса. Интеграция в творческий процесс хореографического коллектива технологий целенаправленного развития физических качеств позволила более успешно решать постановочные и репетиционные задачи, повысить уровень активности учащихся и сознательного управления своим функциональным состоянием, в результате чего возросла работоспособность, уровень физической подготовленности, улучшился эмоциональный фон и психологический климат в творческом коллективе.

Список литературы

- 1 Ананьев, Б. Г. Индивидуальное развитие человека и константность восприятия / Б. Г. Ананьев, М. Д. Дворяшина, Н. А. Кудрявцева. – М. : Просвещение, 2000. – 336 с.
- 2 Городилин, С. К. Физическое воспитание студентов : Тексты лекций / С. К. Городилин, В. В. Руденик. – Гродно : ГрГУ, 2002. – 83 с.
- 3 Гусев, Г. П. Методика преподавания народного танца. Этюды / Г. П. Гусев. – М. : Владос, 2007. – 228 с.
- 4 Тарасова, Н. Б. Теория и методика преподавания народно-сценического танца : учеб. пособие / Н. Б. Тарасова. – СПб. : ИГПУ, 1996.

УДК 796.03

Вотчинников Олег Юрьевич
педагог дополнительного образования,
Пермский край, г. Березники
cska159@mail.ru

Наставникова Татьяна Александровна
методист,
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский Центр «Каскад» (МАУ ДО ДЮЦ «Каскад»),
Пермский край, г. Березники
doktormetod@mail.ru

ФОРМИРОВАНИЕ ГРАЖДАНСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЪЕДИНЕНИЯ «РУКОПАШНЫЙ БОЙ» ЧЕРЕЗ ОСМЫСЛЕНИЕ ДУХОВНЫХ И ИСТОРИЧЕСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ ТРАДИЦИЙ

Votchinnikov Oleg Yuryevich
teacher of additional education,
Perm Krai, Berezniki
cska159@mail.ru

Mentornikova Tatiana Aleksandrovna
methodologist,
municipal autonomous institution of additional education
«Children and Youth Center «Cascade» (UIA TO DUC «Cascade»),
Perm Krai, Berezniki
doktormetod@mail.ru

FORMATION OF CIVIC IDENTITY AMONG STUDENTS OF THE ASSOCIATION «HAND-TO-HAND COMBAT» THROUGH THE UNDERSTANDING OF SPIRITUAL AND HISTORICAL NATIONAL TRADITIONS

Аннотация. Статья посвящена проблеме гражданской идентичности. На примере занятий в объединении «Рукопашный бой» рассматриваются способы формирования толерантности и гражданской идентичности в детской подростковой среде.

Abstract. The article is devoted to the problem of civic identity. Using the example of classes in the «Hand-to-hand Combat» association, the ways of forming tolerance and civic identity in the children's adolescent environment are considered.

Ключевые слова: гражданская идентичность, ксенофобия, народные традиции, спорт, физическая культура, рукопашный бой, полиэтничный коллектив, толерантность.

Keywords: civic identity, xenophobia, folk traditions, sports, physical culture, hand-to-hand combat, multiethnic collective, tolerance.

Проблема гражданской самоидентификации является одной из самых сложных мировых проблем. Это связано с тем, что в сегодняшнем мире все чаще идентичность не устанавливается традицией, местом проживания или рождения, а формируется, выбирается человеком в процессе собственной жизни. Вопросы определения национальной идентичности тесно связаны с проблемой ксенофобии. Расовая, религиозная, территориальная, социальная – все эти виды ксенофобии представляют потенциальную опасность для общества и ведут к ненависти и насилию [5, с. 11].

В России, как одном из крупнейших национальных государств, вопрос межнациональной и религиозной нетерпимости является актуальным. Главным вызовом национальной идентичности россиян сегодня является трудовая миграция. Выходцы из Северного Кавказа, Средней Азии, Украины, не теряя своего языка и веры, переселяются в регионы России, в том числе Пермский край.

Деятельность по профилактике ксенофобских настроений напрямую связана с формированием гражданского самосознания и патриотизма. Эта работа должна вестись с самого раннего этапа развития ребенка, но основное внимание в деле предупреждения проявлений нетерпимости и недоброжелательного отношения к «чужим» следует уделять детям среднего и старшего школьного возраста.

Большую роль в профилактике ксенофобии играет государственная политика, средства массовой информации, искусство и образование. Отдельное место в воспитании толерантности детей и подростков, отводится физической культуре.

Спорт всегда играл важную роль в урегулировании межнациональных конфликтов, в укреплении мира и дружбы между народами. Национальные виды спорта и игры позволяют лучше познакомиться с традициями и особенностями

различных народов. «Язык» спорта понятен всем и способен перебрасывать мост взаимопонимания и сотрудничества между народами независимо от расы, цвета кожи и вероисповедания [3, с. 14].

Не секрет, что в городе Березники этнический состав обучающихся образовательных учреждений с каждым годом становится все более многообразным. Исторически сложилось, что на Урале и в нашем городе живут по соседству представители различных народов. Мы привыкли друг к другу, принимаем национальные традиции, обычаи, культурные и религиозные ценности и стараемся выстраивать отношения на основе равенства и дружбы.

В объединении «Рукопашный бой» МАУ ДО «Детско-юношеский Центр «Каскад» занимаются обучающиеся 7-17 лет, все они – представители различных национальностей. Среди общего количества юных спортсменов русские занимают – 70 процентов, остальные 30 процентов составляют азербайджанцы, татары, башкиры, удмурты, коми-пермяки, евреи, украинцы и иные народности.

Надо сказать, что ребята, родившиеся в городе или проживающие в нем с ранних лет, как правило не испытывают проблем в общении со сверстниками. Они не делятся на «своих» и «чужих», терпимы к иному мировоззрению, образу жизни, поведению и обычаям. Проблемы начинаются тогда, когда в коллективе появляются дети семей мигрантов из стран ближнего зарубежья – Армении, Таджикистана, Украины. Эти подростки вынуждены адаптироваться к непривычным условиям жизни, новому языку и культурным традициям, при этом они испытывают серьезный дискомфорт, избегают общения, замыкаются. Таким образом, занятия в объединении «Рукопашный бой» становятся для них средством формирования опыта межэтнической коммуникации, самореализации и социализации.

Занимаясь в объединении, обучающиеся из семей мигрантов приносят с собой в спортивный коллектив свои традиции и привычки, кажущиеся странными представителям других этнических групп, а иногда и прямо противоречащими сложившимся в принимающем обществе нормам и устоям.

Например, проявляют неуважение к остальным, громко разговаривая на непонятном остальным языке, смеясь и нецензурно выражаясь. Во время тренировочного спарринга эти ребята ведут себя более агрессивно по отношению к другим, демонстрируя неспортивное поведение и отсутствие этики. На соревнованиях, встречаясь со спортсменами своей национальности, они группируются вместе, ведут себя демонстративно, смотрят на остальных с позиции «силы».

Такое поведение вызывает опасность раскола спортивного коллектива, превращение его в конгломерат агрессивно настроенных, по отношению к другим. Эта ситуация требует новых методов работы с учащимися, иного подхода к формированию ученического коллектива. В частности, на первый план выходит воспитание толерантности как качества, цементирующего ученический многонациональный коллектив, как средства успешной социализации иммигрантской молодежи и формирования гражданской идентичности.

Деятельность по профилактике межнациональной розни нацелена на воспитание коммуникативной культуры и толерантного сознания детей-мигрантов, умения общаться с представителями разных культур, активное включение родителей детей-мигрантов в процесс адаптации.

В направлении этой работы используются различные методы и приемы. На начальном этапе, когда еще не сформирован педагогический авторитет тренера-преподавателя и уважение к товарищам по команде, эффективно использовать приемы отвлечения внимания детей, переключение на иные виды деятельности. Хорошим мотивирующим фактором является штрафная система наказаний за не дисциплинарное поведение спортсмена в виде выполнения силовых упражнений (отжимания, подтягивания, приседания).

Непременным средством профилактики ксенофобии является способ убеждающего воздействия на спортсмена. В конфликтной ситуации между членами коллектива зачастую единственным средством снижения уровня агрессии является логически выстроенная, аргументированная убеждающая речь педагога. Убеждение должно быть обязательно подкреплено положительным

настроим по отношению к собеседнику, тогда оно помогает не только снизить уровень конфликтности, но и выявить причины, породившие его, настроить участников конфликта на позитивный лад.

Обязательным инструментом работы в полиэтническом коллективе является знакомство с культурой и национальными традициям товарищей по команде. Уважением к собственному наследию и знанием истории других народов формирует терпимое отношение к людям, не зависимо от его происхождения [2, с. 8].

В объединении «Рукопашный бой», в соответствии с содержанием образовательной программы, обучающиеся знакомятся с видами борьбы разных народов. Представители национальностей рассказывают о своих воинских традициях, предлагают товарищам померяться силами в национальных видах борьбы. Тем самым создаются условия для приобщения и погружения молодых людей в атмосферу культуры и быта того или иного народа.

Так, например, изучая боевое искусство древних руссов, ребята постигают основы кулачного боя, учатся побеждать в схватках на палках, дубинах и мечях. Необычной формой работы в наши спортивные объединения является участие ребят в реконструкции военных и исторических событий. Мы участвуем в этноландшафтном этнографическом фестивале «Зов Пармы». Каждый постановочный бой – это небольшой спектакль. Ребята, не смотря на свое происхождение с огромным удовольствием, словно мужественные русские витязи, демонстрируют свое боевое искусство, виртуозно размахивая мечами и богатырскими палицами.

Большое значение придается религиозному воспитанию. Здесь важно сделать акцент на том, что, несмотря на многовековые противоречия между различными верованиями, у них много общего. Так, например, достаточно много общего у Ислама и Христианства. Эти религии имеют общие корни, общих пророков, верят в одинаковые понятия. Также необходимо отметить, что, какая бы не была религия, она, прежде всего, направлена на поддержание мира и гармонии во всём мире.

Попадая в спортивный коллектив, подросток приобретает другой положительный социальный опыт. Он начинает взаимодействовать с людьми, у которых на первом месте дисциплинированность, ответственность, взаимопомощь, самостоятельность, инициативность, доброжелательность. Перед ним встаёт пример чётко организованной спортивной жизни нашего объединения со своими правилами, понятиями, целями. Эта жизнь основана на сотрудничестве и взаимопомощи, на строгом соблюдении норм спортивной этики.

Помимо тренировочного процесса в нашем объединении часто проводятся внеклассные мероприятия, направленные на духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание. Многие из воспитанников объединения являются членами юнармейского движения, в рамках которого они участвуют в субботниках, патриотических акциях, военно-прикладных конкурсах и соревнованиях, ухаживают за могилами воинов, погибших в «горячих точках», организуют показательные выступления по рукопашному бою для детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья из Центра помощи детям и Пыскорской школа-интернат. Самые достойные из них несут Вахту Памяти на Посту № 1.

Наблюдая пример успешности своих сверстников в общественной жизни, ребята из иммигрантских семей начинают пересматривать свои поступки и моделировать свое поведение, чтобы достичь признания своих товарищей и педагога.

Таким образом, деятельность объединения, опираясь на спортивные традиции, нравственность, патриотизм религиозные ценности и великую русскую культуру, создает благоприятную среду для формирования толерантности и гражданской идентичности в детской подростковой среде.

Список литературы

1. Безюлева Г.В., Шеламова Г.М. Основы толерантного образования. // Образовательная политика. 2016 – №10;

2. Денисенко О.И. Формирование толерантного поведения у учащихся классов с многонациональным составом как средство успешной социализации иммигрантской учащейся молодежи. // Вестник КрасГАУ. 2013. № 1.

3. Загородний Н.И. Социальные функции современного спорта. [Текст] // Детский тренер. 2013. №2. – С. 14-18.

4. Зеленков М.Ю. Межнациональные конфликты: проблемы и пути их решения. Воронеж, 2006;

5. Муравьев А. Ксенофобия: от инстинкта к идее. // Отечественные записки. 2014 – №4.

© Вотчинников О.Ю., Наставникова Т.А.

УДК 796.03

Гоменюк Наталья Геннадьевна
Владимирский Государственный
Педагогический Институт им. П.И.Лебедева-Полянского
учитель физической культуры, МБОУ «Школа №1 г. Юрьев-Польского»
Владимирская обл., г. Юрьев-Польский
E-mail: natasha.gomeniuk@yandex.ru

РАЗВИТИЕ МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ЗАНЯТИЯМ СПОРТОМ

Gomenyuk Natalia Gennadievna
Vladimir State University
P.I.Lebedev-Polyansky Pedagogical Institute
teacher of physical culture, «School No. 1 of Yuryev-Polsky»
Vladimir region, Yuryev-Polsky
E-mail: natasha.gomeniuk@yandex.ru

DEVELOPMENT OF MOTIVATION IN SCHOOL-AGE CHILDREN TO PLAY SPORTS

Аннотация. В последнее время стали актуальными вопросы, связанные с привлечением детей школьного возраста к спорту. В данной статье предложены и охарактеризованы пути повышения мотивации к спортивной деятельности у учеников как младшего, так и старшего звена обучения. Показаны конкретные приемы работы, которые позволят достичь необходимых результатов. Акцентируется внимание на грамотном построении урока физической культуры в общеобразовательной школе.

Abstract. Recently, issues related to the involvement of school-age children in sports have become relevant. This article suggests and describes ways to increase motivation for sports activities among students of both junior and senior levels of education. Specific methods of work that will allow achieving the necessary results are shown. Attention is focused on the competent construction of a physical education lesson in a secondary school.

Ключевые слова: мотивация, спорт, дети, саморазвитие.

Keywords: motivation, sports, children, self-development.

В настоящее время в системе образования осуществляется интенсивный поиск новых форм работы с учащимися. Эти формы работы должны активно формировать личность школьников, включать самостоятельные занятия,

совершенствовать индивидуальные качества и способности, целенаправленно воздействовать на развитие интересов и творческих способностей, учащихся на разных возрастных этапах школьного образования. Важной проблемой физического воспитания в школе является формирование мотивации не только к занятиям физической культуры, но и к участию в различного уровня соревнованиях. Возникла глобальная проблема, как мотивировать школьников и привить желание заниматься спортом, создание оптимальных психолого-педагогических условий для развития, самореализации и социализации каждого ученика; возникла необходимость в организации продуктивной, творческой деятельности учащихся. При этом я столкнулась с проблемой низкой мотивации не только к двигательной активности, поскольку многие учащиеся считают физическую культуру только «развлекательным» или «разгрузочным» предметом. Чтобы изменить такое мнение школьников я, в своей педагогической деятельности, считаю необходимым ориентироваться на воспитательный потенциал предмета физическая культура, и решение задач формирования универсальных способностей личности, направленных на развитие спортивного потенциала школьников. Кроме этого, была выявлена острая проблема: младшие школьники активно занимались физкультурой, участвовали в соревнованиях, спортивных праздниках. В подростковом возрасте интерес уменьшался, а в старших классах вообще угасал.

Чтобы изменить положение, стало необходимым приобщать детей к занятиям физической культурой. Бесспорно, было бы хорошо, если этим активно занимались родители, но, к сожалению, они или уделяют этому вопросу мало внимания, или, наоборот, слишком активно записывают детей в спортивные секции, отбивая этим у них желание заниматься спортом.

Стало ясно, что школа в лице учителя физкультуры выступит действующим фактором, влияющим на развитие мотивации к занятиям спортом. В первую очередь, это зависит от личности учителя физической культуры, от постановки процесса физического воспитания и созданных условий для формирования устойчивого интереса обучающихся к занятиям спортом. Для

того, чтобы достичь такого результата, уроки физической культуры целесообразно строить на сотрудничестве учителя и ученика, учете интересов и склонностей школьников, их двигательных и психических возможностей.

Наряду с вопросами развития у учащихся мотивации необходимо было решать вопросы формирования потребности к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой на базе создания представлений о здоровом образе жизни. В связи с проведением Олимпиады по предмету физической культуры, и введении закона «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», появилась необходимость заинтересовать учащихся в теоретической подготовке, так как без знаний теоретической базы ребенок не может быть допущен к практической части Олимпиады и комплекса ГТО.

Исходя из существующей на сегодняшний день проблематики, я смогла повысить мотивацию учащихся к дополнительным занятиям физической культурой и спортом не только в своей школе, но и в дополнительных образовательных учреждениях (ФОК).

Что подразумевается под словом мотивацией? и как найти альтернативу к решению вопросу мотивация у детей школьного возраста.

Мотивация-это процесс стимулирования кого-либо (отдельного человека или группы людей) к деятельности, направленной на достижение целей.

Мотивация учащихся носит дифференцированный характер. Она зависит от многих факторов: материально-технической базы школы, личности учителя физической культуры, его педагогического мастерства, климатогеографических условий, особенностей воспитательной работы в классе, в семье, от социального окружения, от физической и технической подготовленности самих учащихся.

Внутренняя мотивация возникает тогда, когда ученик испытывает удовлетворение от самого процесса занятий и их условий, от характера взаимоотношений с учителем, проявлением собственной активности в процессе учебной деятельности.

Внешняя мотивация школьников формируется в основном стихийно. Учащийся, как правило, отчужден от процесса познания, проявляет пассивность, переживает бессмысленность происходящего либо его активность носит вынужденный характер.

Задача развития мотивации учащихся к занятиям спортом стала одной из актуальных. Считаю необходимым концентрировать свои усилия на углубленном развитии мотивации школьников к физическому самосовершенствованию, содействовать их саморазвитию, формировать самостоятельность и самоконтроль в осуществлении различных видов спортивной деятельности.

Обращение к личности ученика, учет его психологических характеристик, знание возрастных особенностей позволяет мне провести организацию воспитательного процесса в соответствии с реальным индивидуальным временем. При этом я расширяю круг возможности ребенка, его активного участия в различных видах игровой и соревновательной деятельности, даю возможность реализовать мотив, значимый для конкретного ученика. А также развиваю стремление учащихся к физическому самосовершенствованию через результат, который достигается при наличии хорошей материальной базы, способной удовлетворить потребности учащихся в двигательной активности. Стремлюсь, чтобы было насыщение свободного времени двигательной деятельностью, связанной с физическими упражнениями, играми.

Мною установлено, что творческие действия учеников наиболее эффективно осуществляются в условиях сотрудничества учителя и ученика. Я чувствую постоянную потребность в том, чтобы разнообразить учебный процесс, желание отойти от шаблонных приемов преподавания, найти новые методы обучения и воспитания, созвучные сегодняшнему дню. Мотивируя в детях активность и тягу к творчеству, удерживаю их в постоянной увлеченности физической культурой. Стремлюсь, чтобы урок или мероприятие становились источником радости и вдохновения.

Занятия организовываю так, чтобы активное и равное участие во всех играх, соревнованиях могли принять все учащиеся класса независимо от их физических возможностей. Учю детей доброжелательно и уважительно относиться даже к невысоким результатам одноклассников, убеждая в том, что любой человек, который пытается сделать что-то, уже достоин уважения. Учебный процесс организую таким образом, что все учащиеся оказываются вовлеченными в процесс обучения, имеют возможность понимать, что от них требуют, и рефлексировать по поводу того, что они знают и думают. Совместная деятельность учащихся в процессе познания, освоения учебного материала означает, что каждый вносит свой особый индивидуальный вклад. Организую и развиваю диалоговое общение, которое ведет к взаимопониманию, взаимодействию, к совместному решению общих, но значимых для каждого участника задач. На уроках исключаю доминирование как одного выступающего, так и одного мнения над другим, для этого на уроках организуется индивидуальная, парная и групповая работа; применяются исследовательские проекты, ролевые игры, творческие работы. Таким образом происходит обмен знаниями, идеями, способами деятельности, которые в дальнейшем приведут к высоким достижениям в спортивной деятельности.

Широко применяю соревновательные методы, подвижные игры для развития физических качеств, включаю в урок эмоционально насыщенные элементы, придумываю новые соревнования и конкурсы для поддержания интереса детей. Устраиваю на уроках теоретические минутки по здоровому образу жизни, из истории происхождения видов спорта, истории зарождения олимпийских игр и о последних спортивных событиях в мире.

В начальном звене одна из моих целей-создание условий, позволяющих воспитывать потребность в двигательной активности и здоровом образе жизни через подвижные игры. Один из таких видов деятельности-игра учеников вместе с учителем. Игра является ярчайшим эмоциональным средством формирования познавательных интересов. В процессе игры на уроке учащиеся незаметно для себя выполняют различные упражнения, где им приходится сравнивать,

упражняться, тренироваться. Игра ставит ребенка в условия поиска, пробуждает интерес к победе, а отсюда – стремление быть быстрым, собранным, ловким, находчивым, уметь четко выполнять задания, соблюдать правила игры. В коллективных играх формируются нравственные качества.

В старших классах учащиеся получают возможность выполнять роль учителя, брать на себя ответственность, принимать самостоятельные решения. В среде сверстников лишь некоторые ребята способны пробиться в организаторы, лидеры. При организации совместной деятельности происходит взаимообогащение школьников разного возраста. Уровень творчества, самостоятельности детей значительно выше в разновозрастных группах. Исследования показывают, что срабатываемость школьников разного возраста выше, а конфликтность ниже, чем в группах одновозрастного состава. Наличие значительных внутренних резервов разновозрастных групп препятствует возникновению конфликтов в трудных, напряженных ситуациях.

В этом возрасте старшеклассники готовы самостоятельно проводить ОРУ, зная правила спортивных игр, организуют судейство. Обучающиеся занимаются исследовательской и поисковой деятельностью: находят информацию о новых упражнениях, тактике и технике различных игр, о видах спорта, поднимают вопросы здорового питания, гигиены тела. В конце занятий обязательно использую релаксационные упражнения, которые способствуют саморегуляции подростков, снятию напряжения, повышению самооценки.

Учебную деятельность подкрепляю внеурочной деятельностью.

Предоставляю обучающимся возможность получения дополнительного образования по избранному виду спорта и проведения здорового досуга. На протяжении многих лет веду спортивные секции по лыжным гонкам, волейболу, настольному теннису. Организую внеурочную деятельность в режиме полного учебного дня.

В течение учебного года организую соревнования по легкоатлетическому кроссу, лыжным гонкам, настольному теннису, пионерболу, стритболу, волейболу, олимпиады по физической культуре, «Дни здоровья».

Являюсь инициатором и организатором внеклассных спортивных тематических праздников: «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья», «По тропе здоровья» в начальной школе;

Однодневные туристические походы на лыжах, турниры по шашкам, турниры по мини-футболу в среднем звене; Спортивные состязания «Защитник Отечества»; «Лучший спортсмен года» для старших школьников.

Массовые мероприятия: «Лыжня России»; военно-патриотическая соревнования «Универсальный солдат»; легкоатлетическая эстафета по городу «День Победы»; позволяют привлечь большое количество участников.

Подводя итог, хочется надеяться, что моя деятельность в качестве учителя физической культуры сможет поспособствовать возникновению мотивации у детей школьного возраста к занятиям спортом и в дальнейшем достижению высоких результатов.

Список литературы

1. Будем спортом заниматься. - М.: Музыка, 2018
2. Виллос В.К. Психологические механизмы мотивации человека. М.: Проспект, 2013
3. История физической культуры и спорта / ред. В.В. Столбов. - М.: Физкультура и спорт, 2018.
4. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. М: Просвещение, 2011.
5. Райский Б.Ф. Движущие силы в формировании и развитии у учащихся потребностей в самообразовании. М.: МПСИ, 2014.
6. Редковец И.А. Формирование у учащихся общественно ценной мотивации самообразования. Волгоград: ВГПУ, 2010.
7. Педагогика физической культуры и спорта. - М.: Academia, 2010.
8. Попова, Г. П. Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки: моногр. / Г.П. Попова. - Москва: 2016
9. Скрипкин, Иван Влияние принципов дифференцированного обучения на мотивацию школьников / Иван Скрипкин. - М.: LAP Lambert Academic Publishing, 2012.
10. Щукина Г.И., Активация познавательной деятельности учащихся в учебном процессе. М.: Просвещение.

УДК 796.03

Гулмамадова Татьяна Павловна
учитель физической культуры высшей категории
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение Ставровская средняя
общеобразовательная школа Собинского района
Владимирская обл., г. Ставрово
gulmamadova78@mail.ru

ШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ КЛУБЫ И ШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ЛИГИ – ЛУЧШИЕ ПРАКТИКИ И ОПЫТ РЕГИОНОВ

Gulmamadova Tatiana Pavlovna
teacher of physical culture of the highest category
Municipal budgetary educational
institution Stavrovskaya secondary
secondary school of Sobinsky district
Vladimir region, Stavrovo
gulmamadova78@mail.ru

SCHOOL SPORTS CLUBS AND SCHOOL SPORTS LEAGUES – BEST PRACTICES AND EXPERIENCE OF THE REGIONS

Аннотация. В статье автор рассматривает вопросы развития школьного спортивного клуба, опираясь на свой собственный опыт и систематическую работу в данном направлении. Автор предлагает практический метод работы с учениками всей большой городской школы, используя как форму- работу школьного спортивного клуба «Чемпион», в рамках которого реализуется работа в нескольких направлениях, а также систематически ведётся работа в рамках школьной спортивной волейбольной лиги, футбольной лиги и лиги самбо.

Abstract. In the article, the author examines the development of the school sports club, based on his own experience and systematic work in this direction. The author offers a practical method of working with students of the entire large city school, using as a form the work of the school sports club «Champion», within which work is carried out in several directions, as well as work is systematically carried out within the school sports volleyball league, football league and sambo league.

Ключевые слова: *школьный спортивный клуб, школьные спортивные лиги, здоровый образ жизни.*

Keywords: school sports club, school sports leagues, healthy lifestyle.

Анализ практики работы объединения дополнительного образования «Школьный спортивный клуб «Чемпион» в школе наглядно демонстрирует создание целостной системы организации работы школьных спортивных лиг в рамках школьного спортивного клуба и обнаруживает востребованность спортивного клуба в создании волейбольной, футбольной лиг и лиги самбо в образовательном пространстве школы. Клубная деятельность способствует активному включению школы в реализацию потребности вести здоровый образ жизни, приобретению социального опыта по формированию ответственного отношения к здоровью как ценности. В процесс взаимного обучения правилам и нормам здорового образа жизни своего социального окружения, членами клуба абсорбируется практический опыт использования средств физической культуры для сохранения и укрепления здоровья.

Практический опыт работы школьного спортивного клуба «Чемпион» наглядно иллюстрирует, что углубление знаний и умений по различным видам спорта, повышение уровня физического развития и физических способностей. Чем успешнее целенаправленная деятельность спортивного клуба, тем эффективнее происходит формирование школьных спортивных лиг в образовательном пространстве школы. Важным доказательством эффективности проведенной спортивным клубом работы является не только повышение уровня сформированности здорового образа жизни, но и совершенствование умений в различных видах спорта, что приводит к участию в новых программах и проектах по физкультурной направленности: «Самбо в школу!», проект РФС «Футбол в школу!», включение в областную волейбольная лига. Благодаря деятельности спортивного клуба в образовательном пространстве школы удается формировать мотивацию к сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повысить показатели физических способностей и тактических действий в разных видах спорта, удовлетворить запросы школьников в двигательной активности,

общении и самореализации. Медицинский контроль за всеми занимающимися в спортивных секциях осуществляется руководителем клуба, педагогом дополнительного образования (тренером) во взаимодействии с медицинским персоналом школы (физкультурно-спортивным диспансером) поликлиники.

На основании Федерального закона от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (статья 28 «Физическая культура и спорт в системе образования») указано, что в целях вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом образовательными организациями могут создаваться школьные спортивные клубы.

На заседании общего собрания педагогов Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Ставровская средняя общеобразовательная школа Собинского района, Совета школы и активистов-спортсменов п.Ставрово от 29.03.2012 г. было принято решение на базе Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Ставровская средняя общеобразовательная школа Собинского района создать школьный спортивный клуб «Чемпион». Этот клуб является неотъемлемой частью реализации федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование». Который функционирует уже 10 лет и добился больших результатов.

С 2016-2017 учебного года проходит активная работа по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

С 2017 года на базе школьного спортивного клуба реализуется программа «Самбо в школу». 2018-2019 ШСК «Чемпион» является победителем открытого заочного Всероссийского смотра-конкурса на лучшую постановку физкультурной работы и развития массового спорта среди школьных спортивных клубов. В номинации «Лучший школьный спортивный клуб, развивающий национальные виды спорта».

В 2021 году ШСК «Чемпион» занял 3 место в общекомандном зачёте областного этапа всероссийских спортивных игр школьных спортивных клубов.

На протяжении многих лет являемся победителями и призерами

Общероссийского проекта «Мини-футбол в школу!». С 1 сентября 2022 года вступили в проекте Российский Футбольный Союз «Футбол в школе».

С 2022 г. вступили в региональную юношескую волейбольную лигу по Владимирской области.

В 2021-2022 учебном году вся эта работа систематизирована в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу школьный спортивный клуб «Чемпион», далее программа, разработана педагогом по физической культуре МБОУ Ставровская СОШ Гулмамадовой Татьяны Павловны.

Школьный спортивный клуб — общественная организация учителей и учащихся, способствующая развитию физической культуры, патриотического воспитания, спорта и туризма.

В качестве первоочередных мер заботы государства о подрастающем поколении, гармоничном формировании личности и становления в России гражданского общества в целом, определено:

- улучшение состояния здоровья российской нации;
- осознание молодым поколением необходимости в здоровом образе жизни;
- в регулярных занятиях физической культурой и спортом.

Научно-педагогической общественности известно, что успешность решения этих важнейших общенациональных задач зависит от возрождения в стране физкультурного образования и развития массовой оздоровительной физической культуры детей и подростков.

Отличительные особенности программы

Школьный спортивный клуб «Чемпион» включает организацию и проведение социально значимых, спортивно-массовых мероприятий (соревнований, спартакиад, олимпиад) по различным видам спорта: лёгкая атлетика, самбо, бокс, волейбол, футбол, баскетбол, лапта, настольный теннис, хоккей, шашки, шахматы, полиатлон, лыжная подготовка, туризм.

В отличие от других школьных спортивных клубов, мы проводим

активную работу клуба по внедрению и организации работы волейбольной школьной лиги, футбольной и лиги самбо.

Главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

- 1.Создание условий для развития личности занимающихся.
- 2.Укрепление здоровья обучающихся, соблюдение требований личной и общественной гигиены.
- 3.Воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности.
- 4.Формирование знаний, умений и навыков при выполнении упражнений.
- 5.Привитие любви к систематическим занятиям спортом.
6. Воспитание активного гражданина и патриота, готового и способного отстаивать интересы России.

Основной целью ШСК является – воспитание молодёжи в современных условиях, организация и совершенствование спортивно-массовой работы в школе, пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья обучающихся, повышение их работоспособности, повышение спортивного мастерства членов ШСК

Достижение указанной цели осуществляется посредством решения следующих стоящих перед ШСК **задач:**

Обучающие:

- привлечь учащихся школы, педагогов и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом для укрепления их здоровья и формирования здорового стиля жизни;
- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля, состояния здоровья на занятиях;
- формировать у учащихся навыки здорового образа жизни.
- организация различных форм спортивной жизни среди обучающихся школы;

Воспитательные:

- стимулировать развитие волевых и нравственных качеств,

определяющих формирование личности ребёнка;

-формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.

- обеспечить внеурочную занятость детей «группы риска»;

-привлечение обучающихся школы к объединению на основе общности интересов в команды по различным видам спорта;

- привлекать к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей, учащихся школы, общественные организации

-пропаганда ВФСК ГТО;

-воспитывать у обучающихся готовность к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;

-формирование восприятия учащимися общечеловеческих норм поведения и морали, разностороннее развитие как личности.

-воспитание личности, обладающей главными качествами гражданина.

Развивающие:

- развивать у школьников общественную активность и трудолюбие, творчество и организаторские способности;

-создание условий для развития массовых и индивидуальных форм физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в школе;

-развивать гражданственность и национальное самосознание учащихся.

Для достижения указанной цели ШСК осуществляет следующие виды деятельности:

-создание сети физкультурного актива во всех классах школы;

-содействие открытию спортивных секций;

-агитационная работа в области физкультуры и спорта, информирование обучающихся о развитии спортивного движения;

-проведение спортивно-массовых мероприятий, соревнований среди обучающихся школы и с воспитанниками других клубов;

-создание и подготовка команд воспитанников ШСК по различным видам спорта, для участия в соревнованиях различного уровня;

-внедрение физической культуры в быт обучающихся, проведение спортивно-массовой и оздоровительной работы в школе;

-организация активного спортивно-оздоровительного отдыха обучающихся.

-внедрение ГТО среди членов клуба

В своей деятельности ШСК активно взаимодействует с профсоюзной организацией школы, а также с иными общественными организациями, молодежными объединениями, активно участвует в спортивной жизни поселка.

Направления деятельности ШСК.

Основными направлениями деятельности школьного спортивного клуба являются:

1 Проведение внутришкольных спортивных соревнований (товарищеских встреч между классами, спортивными командами, школами);

2. Организация спортивно-массовой работы с детьми младшего школьного возраста;

3. Проведение конкурсов на лучшую постановку массовой культурно-оздоровительной и спортивной работы среди классов.

4. Выявление лучшего спортсмена класса, школы;

5. Награждение грамотами, дипломами, жетонами, значками лучших спортсменов, команд – победителей в школьных соревнованиях по видам спорта;

6. Поощрение лучших спортсменов и активистов клуба;

7. Пропаганда физической культуры и спорта в школе;

8. Участие учеников в спортивных конкурсах и реализации проектов.

9. Организация наставничества: судей, активистов, спортсменов.

10. Проведение дней здоровья в образовательные учреждения; смотров-конкурсов на лучшую постановку спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы общеобразовательных учреждениях.

11. Организация сдачи ВФСК ГТО

12. Информационное обеспечение спортивной жизни школы через школьную газету, стенные газеты, сменные информационные стенды, интернет

и т.д.

13. Организация участия в соревнованиях, проводимых органами управления образования;

14. Организация школьных спортивных лиг.

15. Проведение спортивных праздников, показательных выступлений ведущих спортсменов школы, района, города;

16. Расширение и укрепление материально-технической базы школы (оборудование школьных спортивных сооружений и уход за ними, ремонт спортивного инвентаря);

17. Формирование сборных команд образовательного учреждения для участия в соревнованиях более высокого ранга (городские, районные и краевые соревнования).

Программа адресована для детей от 9 до 18 лет, как мальчикам, так и девочкам, у которых нет противопоказаний для занятий физической культурой и спортом (требуется допуск врача к занятиям) и детей которые осуществляют работу о пропаганде ЗОЖ.

Эта программа школьного спортивного клуба «Чемпион» делится на три модуля:

I модуль Спортивно-массовая работа (возраст учащихся: 8- 18 лет). К этому модулю относятся:

- Инструктаж по технике безопасности.

- Эстафеты на развитие гибкости, силы, скорости, выносливости, скоростно-силовых качеств в рамках общешкольных мероприятий

- Президентские состязания в рамках легкой атлетике.

- Самбо в школу, бокс. (День самбо. Мастер класс по самбо. Мастер класс по боксу. Показательные выступления. Встреча с известными спортсменами.)

- Президентские спортивные игры в рамках спортивных игр: баскетбол, волейбол, настольный теннис и русской народной игры «Лапта».

- проект РФС «Футбол в школу» и хоккей с мячом.

II модуль Военно-прикладная подготовка (возраст: 11- 18 лет),

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (возраст: 8- 18 лет). К этому модулю относятся:

- Инструктаж по технике безопасности.
- Мероприятия по организации сдачи ГТО.
- Фестиваль «Сдача нормативов ГТО» по пяти ступеням. Показательные выступления спортсменов школы в общешкольные проекты «Я талантлив», «Добросаммит».

- Общешкольный турслёт: организация, подготовка и проведение.

- Туристические походы по родному краю

- Огневая подготовка. Основы стрельбы. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Чистка и смазка автомата. Практическая стрельба из пневматической винтовки. Выбор прицела и точки прицеливания. Тренировка по технике стрельбы. Стрельба по неподвижным целям. Сдача нормативов по стрельбе из пневматической винтовки на дальность и попадание в цель.

- Разборка и сборка АК-74. Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок неполной разборки автомата. Тренировка в разборке и сборке автомата. Уход за оружием, его хранение и бережение.

- Лыжная гонка. Лыжные ходы их применения на трассе. Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций.

- Силовая гимнастика (мальчики – сгибание и разгибание рук в висе (подтягивания); девочки – сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимания));

- Строевая подготовка

III модуль Организационно-методическая работа, наставничество (возраст: 11- 18 лет).

- Организация школьного спортивного клуба. Организация актива 5-11 классов. Составление плана на учебный год. Заседания ШСК (решение текущих вопросов).

- Пропаганда ЗОЖ- акции, выставки, буклеты, флешмобы, собрания,

митинги, встречи

- Темы для выступлений (наставничество): «Твое здоровье», «Последствия полезных и вредных привычек», «Наше здоровье в наших руках», «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», «О спорт, ты - мир!», «Режим питания».

- Олимпийское движение. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России. Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Универсиады.

- Работа с активом, наставничество. Подготовка к мероприятиям:

Изготовления и подготовка инвентаря. Оформление зала. Подбор музыкальных композиций. Подготовка судейской коллегии. Подготовка сценария спортивных праздников.

- Школа активистов. Подготовка активистов для организации утренней гигиенической гимнастики, подвижных игр на удлинённых переменах, физкультминуток на общеобразовательных уроках, физкультпауз.

- Интеллектуальные игры. Шашки, шахматы.

Способы проверки планируемых результатов:

В целях выявления уровня развития способностей и личных качеств учащегося в соответствии с ожидаемыми результатами дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы спортивный клуб «Чемпион» проводится текущий контроль и итоговая аттестация в виде отчетных мероприятий (тестирование общефизических качеств, участие в физкультурно-массовых мероприятиях спортивной направленности), сдача нормативов.

Формы аттестации. Оценочные материалы.

В связи с особыми требованиями к качеству образования в последнее время стало необходимо отслеживать результаты учащихся. Данная программа предусматривает сочетание разнообразных форм и видов аттестации. Во время всего периода обучения, по программе ведется учет достижений учащихся, оценка результатов их деятельности, физической подготовки, фиксируется накопленный опыт и оценка индивидуальных достижений за определенный

период.

Работа с детьми в системе дополнительного образования предполагает различные формы контроля/аттестации:

- демонстрационные: результативность участия в физкультурно- массовых мероприятиях;

- тестовые, контрольные, срезовые задания (устный опрос, тестирование физических качеств);

- педагогическая диагностика; передача обучающемуся роли педагога;

Благодаря деятельности спортивного клуба в образовательном пространстве школы удастся формировать мотивацию к сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повысить показатели, характеризующие уровни сформированности ЗОЖ, удовлетворить запросы школьников в двигательной активности, общении и самореализации. Важно отметить взаимодействия педагогов школьного спортивного клуба и родителей. Это проявляется не только в участии в спортивных играх «Папа, мама, я – спортивная семья» и «Отцы и дети», но и в совместных выездах на массовые мероприятия городского и всероссийского уровня. С большой долей вероятности мы утверждаем, что педагогический потенциал спортивного клуба заключается в создании оздоровительно-воспитательной среды. Кроме того, занятия в спортивном клубе формируют определенную психологическую направленность личности на действия на основе мотивации. К главным мотивам посещения клуба относятся дружеская или групповая солидарность, самосовершенствование, подражание кумиру, внутригрупповое соперничество, стремление к достижению высоких результатов, спортивный интерес, потребность в познании. Особо выделим культивирование моды на спорт и здоровый образ жизни активом клуба, педагогическим коллективом, руководством школы. Важную роль во внедрении школьных спортивных лиг играет интеграция усилий спортсменов- профессионалов, тренеров, учителей физической культуры, медицинского персонала, административных структур школы в работе спортивного клуба.

Проведение спортивных соревнований и праздников, организация работы школьных спортивных лиг, сюжетно-ролевых занятий и мероприятий способствует более широкому развитию различных форм деятельности по физическому воспитанию, удовлетворяют возможности и желание школьников заниматься физическими упражнениями, спортом, а также предлагает учащимся различные виды активного отдыха в свободное от учебных занятий время. Школьники овладевают жизненно важными прикладными навыками, у них развиваются необходимые двигательные качества: быстрота, выносливость, сила, ловкость, реакция.

Укрепление здоровья детей, снижение заболеваемости, формирование здорового образа жизни, а также увеличение продолжительности жизни и активного творческого периода – важнейшие социально-экономические задачи, стоящие перед государством, здравоохранением и школой. Школа должна стать для детей благоприятной средой, средой счастливого обитания, где они могут трудиться, играть, смеяться, двигаться, думать.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы следующие условия для занятия:

№п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1.	Теннисные мячи	шт.	20
2.	Скакалка	шт.	10
3.	Секундомер	шт.	1
4.	Конус сигнальный	шт.	10
5.	Мячи волейбольные, баскетбольные, футбольные	шт.	18
6.	Гимнастические маты	шт.	12
7.	Гимнастическая лестница	шт.	2
8.	Обручи	шт.	10
9.	Флажки	шт	50
10.	Канат туристический	шт	7
11.	Компас	шт	10
12.	Гимнастические палки	шт.	10
13.	Гимнастические скамейки	шт.	10
14.	Рулетка	шт.	1
15.	Лыжи, лыжные палки	шт.	50

16	Теннисный стол	шт.	3
17	Ракетки и мячи для игры в теннис	пар	10
18	Пневматическое оружие	шт	5
19	АК-74	шт	2
20	Ватманы	шт	15
21	Компьютерное обеспечение	шт	1

Список литературы

1. Булкин В. А. Основные понятия и термины физической культуры спорта: Учебное пособие. – Спб.: СПбГАФК, 1996
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 215 с.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1988.
4. Воробьев А.Н. Сила как физическое качество и методы ее развития// Тяжелая атлетика: Ежегодник-81. -М.: ФиС, 1981, с. 117-131.
5. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры,, Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991
6. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. - М.: Физкультура спорт, 1977
7. Настольная книга учителя физической культуры, М.: под редакцией проф. Л.Б.Кофмана; автор-составитель: Г.И.Погадаев; Предисл.В.В. Кузина. - М: Физкультура и спорт,1998.-496с.
8. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. – М.:
9. Остьянов В. Н., Гайдамак И. И. Бокс (обучение и тренировка). –Киев: олимпийская литература,2001.
10. ПРЕСС», 2002
11. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов.
12. Фирсов В.В. Дифференциация обучения на основе обязательных результатов обучения. - М.: 1994
13. Учебники: Физическая культура: учеб. Для учащихся 10-11кл.общеобразоват. учреждений/под ред. В.И Лях, А.А.Зданевич -2-е изд.,испр.-М.:Просвещение,2019
14. Учебники: Физическая культура. 8-9 клссы: учеб. для общеобразоват. Организаций / под ред. В.И Лях.-8-е изд.,перераб. и доп. -М.:Просвещение,2019
15. Учебники:1.Физическая культура. 5,6,7 классы: учеб. общеобразоват. Организации /под ред. М.Я. Вилевского -9-е изд., перераб. и доп.-М.:Просвещение,2019.
16. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО: [сайт]. - Москва: 2014. – Обновляется в течение суток.// <https://user.gto.ru>. – Текст: электронный.
17. Министерство образования и науки РФ <http://www.beluno.ru>

УДК 796.03

Демидов Владимир Вальтерович
педагог дополнительного образования,
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский Центр «Каскад» (МАУ ДО ДЮЦ «Каскад»),
Пермский край, г. Березники
vla-demidov@yandex.ru

РУССКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ ТРАДИЦИИ В ФОРМИРОВАНИИ РОССИЙСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Demidov Vladimir V.
teacher of additional education,
municipal autonomous institution of additional education
«Children and Youth Center «Cascade» (UIA TO DUC «Cascade»),
Perm Krai, Berezniki
vla-demidov@yandex.ru

RUSSIAN NATIONAL TRADITIONS IN THE FORMATION OF THE RUSSIAN IDENTITY OF MODERN YOUTH

Аннотация. Статья об исторической реконструкции, как одной из форм патриотического воспитания подрастающего поколения через приобщение к народным традициям, погружение в историю страны. Историческая реконструкция дает возможность как бы взглянуть изнутри на то или иное событие, понять его причину и итоги, прочувствовать то, что переживали наши предки, какими идеями были движимы в борьбе за свободу и независимость Руси.

Abstract. The article is about historical reconstruction as one of the forms of patriotic education of the younger generation through familiarization with folk traditions, immersion in the history of the country. Historical reconstruction makes it possible, as it were, to look from the inside at this or that event, to understand its cause and results, to feel what our ancestors experienced, what ideas were driven in the struggle for freedom and independence of Russia.

Ключевые слова: историческая реконструкция, народные традиции, народные игры, мечевой бой, стрельба из лука.

Keywords: historical reconstruction, folk traditions, folk games, sword fighting, archery.

Сегодня очень много говорится о возрождении культурных и духовных основ самосознания многочисленных народов, населяющих Россию. Но очевидно, что духовное и нравственное здоровье самым тесным образом связано со здоровьем физическим, основу которого надо закладывать с раннего детства. Опыт воспитания здорового во всех отношениях человека заложен в исторических национальных традициях каждой нации, находя свое отражение в многочисленных массовых народных видах спорта, состязаний и игр.

Народные игры пришли к нам издревле. В старину жизнь не была богата развлечениями. Люди много работали, чтобы прокормить себя и свою семью. Зато, в праздники стремились отдохнуть от тяжелого каждодневного труда. Все, от мала до велика принимали участие в торжествах. Играли, состязались, участвовали в забавах или были просто зрителями кулачных боев, плясок, танцев и других массовых зрелищ.

На ярмарках и гуляниях можно было увидеть состязание силачей в поднятии тяжестей и толкании бревна, перетягивание каната, бег в мешках и ходьбу на «ходулях». Популярностью пользовались бои на бревне, когда два участника ударами мешков старались выбить соперника из равновесия.

Все это нам и сейчас знакомо. Живы наши национальные традиции, сохранились со времен глубокой старины, переходя из поколения в поколение, сохраняя и приобретая все самое лучшее.

Национальные спортивные традиции складывались и совершенствовались одновременно с историческими событиями, хозяйственной культурной и политической деятельностью народа. Они помогают молодежи развиваться физически и духовно, быть сильными и выносливыми, умными и целеустремленными, находить гармонию в единстве с природой и культурой других народов. Кроме того, взаимосвязь различных культур, общение между народами оказывают большое влияние и на характер самих национальных видов спорта, игр и развлечений, способствуют духовному развитию и единению людей.

Нам известно, что в народных традициях и обрядах существуют этические

нормы, которые не указаны ни в каких законах. Чем больше и глубже мы изучаем наши народные традиции, тем больше мы сможем использовать их в образовательной структуре. Использование народных традиций и обрядов в процессе обучения даёт возможность управления межличностными отношениями, укрепляет отношения и направляет их к определенным целям.

В объединениях «Мечевой бой» и «Стрельба из лука» на протяжении нескольких лет ведется активная работа с подростками в развитии исторической реконструкции, как одного из способов вовлечения в изучение Родины, воспитания патриотизма и укрепление межнационального мира в нашей стране. Историческая реконструкция является одной из самых действенных форм изучения родной истории. Особые ощущения, которые испытывают участники исторических игр и фестивалей по яркости и остроте несравнимы ни с какими другими эмоциями, знакомыми «обычному человеку». Историческая реконструкция похожа на машину времени, которая позволяет перенестись на много лет назад, оказаться на историческом турнире или поле боя, перевоплотится на некоторое время в воина, почувствовать себя бойцом. Занятия секции развивают не только физическую силу, ловкость и выносливость детей, но несут и просветительскую направленность, популяризацию исторического наследия, изучение военно-исторического прошлого государства, военно-патриотическое воспитание молодежи в формате проведения исторических реконструкций и турниров. Приблизить и популяризовать для подростков страницы истории, дать познавательную информацию о ходе развития и становления военного искусства, умения постоять за родную землю, чтобы не черствели души в наше многогранное время подмены ценностей и было уважительное отношение к памяти дедов и прадедов, а также к ныне живущим.

Список литературы

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Театр исторических реконструкций». В.В.Демидов. МАУ ДО ДЮЦ «Каскад». Березники, 2017г. – 33с.
2. Народные подвижные игры как средство патриотического воспитания детей младшего школьного возраста. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/narodnye-podvizhnye-igry-kak-sredstvo-patrioticheskogo->

vospitaniya-mladshih-shkolnikov/viewer

3. Журнал ратоборцы. Реконструкция как форма активизации исторической памяти. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://blog.ratobor.com/agency/2016/11/rekonstrukciya-kak-forma-aktivizacii-istoricheskoy-pamyati/>

© Демидов В.В.

УДК 796.03

Дмитриева Елена Борисовна
учитель физической культуры высшей категории
муниципального общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №3 им. В.Н. Щеголева
городского округа ЗАТО Светлый Саратовской области»,
победитель областного конкурса ПНПО в 2011,
Саратовская обл., п. Светлый
E-mail: elena-borisovna2007@yandex.ru

**ПРОЦЕСС ФОРМИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ
ПОСРЕДСТВОМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШСК «МУСТАНГ» И СОВРЕМЕННЫХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

Dmitrieva Elena Borisovna
teacher of physical culture of the highest category
of municipal educational institution
«Secondary school No. 3 named after V.N. Shchegolev
BUT Svetly City district of the Saratov region»,
winner of the regional PNPO competition in 2011,
Saratov region, Svetly village
E-mail: elena-borisovna2007@yandex.ru

**THE PROCESS OF FORMATION OF PHYSICAL CULTURE OF THE
INDIVIDUAL THROUGH THE IMPLEMENTATION OF THE PROGRAM
OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES OF SHSK «MUSTANG» AND
MODERN EDUCATIONAL TECHNOLOGIES**

Аннотация. В статье подведены итоги экспериментальной деятельности, способы повышения физической культуры личности, повышения качества образования по предмету физическая культура посредством использования современных образовательных технологий, представлен практический опыт в процессе реализации программы внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Мустанг»

Abstract. The article summarizes the results of experimental activities, ways to improve the physical culture of the individual, improve the quality of education on the subject of physical culture through the use of modern educational technologies, presents practical experience in the implementation of the program of extracurricular activities of the school sports club «Mustang»

Ключевые слова: физическая культура, проект, тест, соревнования, ИКТ, культура личности, ШСК, инновационные технологии, эксперимент.

Keywords: physical culture, project, test, competitions, ICT, personality culture, SSC, innovative technologies, experiment.

Школьный спортивный клуб решает ряд образовательных, воспитательных, оздоровительных задач. Важной образовательной задачей является формирование у учащихся умений использовать знания и двигательные навыки в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями в семье, по месту жительства, в местах массового отдыха, труда, в другой общественно-полезной деятельности, например, в соревновательной деятельности. Важной составляющей воспитательной задачи является содействие развитию морально-волевых качеств учащихся, содействие формированию социальной активности школьников, обеспечение условий для развития двигательных (физических) качеств (способностей) учащихся. Оздоровительная задача – содействие повышению устойчивости организма школьника к неблагоприятным воздействиям внешней среды [2, с.5]. В ходе решения этих и других задач зародился эксперимент. Эксперимент — это строго контролируемое педагогическое наблюдение, где экспериментатор педагог наблюдает процесс, который он сам целесообразно и планомерно осуществляет. Педагогический эксперимент осуществляемый учителем физической культуры, руководителем Школьного спортивного клуба «Мустанг» МОУ СОШ №3 им. В.Н. Щеголева г.о. ЗАТО п. Светлый Саратовской области Дмитриевой Еленой Борисовной позволил охватить группы учеников, класс. Педагогический эксперимент позволил обосновать рабочую гипотезу «Соревновательная деятельность в ШСК «Мустанг» способствует повышению мотивации на уроках физической культуры, повышению уровня физической подготовленности и качества знаний». Эксперимент проводился для того, чтобы проверить возникшую гипотезу. Основная цель – экспериментально обосновать влияние соревновательной деятельности по программе внеурочной деятельности

«Президентские спортивные игры» с применением педагогических технологий на формирование у учащихся потребности и интереса к урокам физической культуры и ЗОЖ, влияние на УФП, знания.

В рамках работы ШСК «Мустанг» МОУ СОШ №3 им. В.Н. Щеголева г.о. ЗАТО п. Светлый Саратовской области согласно утвержденного плана проводились соревнования по баскетболу 3 на 3, бадминтону, настольному теннису, мини-футболу, шашкам, шахматам среди классов школы, среди параллелей школы. Применялись технология оценивания технико-тактических действий учеников, технология личностно-ориентированного обучения, ИКТ технология, здоровьесберегающая, проблемный метод, методика развития физических качеств на основе базовых видов спорта.

В педагогическом эксперименте приняли участие школьники пятого, шестого класса по 10 человек в группе. В экспериментальной группе учащиеся, посещающие школьный спортивный клуб «Мустанг». В экспериментальной группе были показаны мультимедийные презентации по видам спорта дополнительно к урочному материалу, тестирование с использованием ЦОР, организованы просмотры игр Российского Чемпионата и Чемпионата NBA, максимально использовалась специализированная спортивная площадка на школьном стадионе для внеурочных занятий на свежем воздухе, организовывалось участие в матчевых встречах, участие в соревнованиях между классами параллели пятых, шестых классов, тестирования, анкетирование. Контрольная группа из 10 школьников занималась по школьной программе и принимала участие в соревновательной деятельности в редких случаях, 2 ученика не принимали вовсе. Эксперимент проводился девять месяцев: с февраля 2022 по начало ноября 2022 года.

Темп прироста результатов является приоритетным показателем при оценке физической подготовленности. Темп прироста определяется по формуле и оценивается в процентах. Согласно расчетам, видна динамика, наглядно демонстрируется процент увеличения прироста каждого конкретного ребенка или класса в целом. Темп прироста рассчитывался по формуле Броди [1]:

$$R = \frac{V_2 - V_1}{0.5(V_2 + V_1)} * 100.$$

она же $R = (100 * (V_2 - V_1)) / (1/2 * (V_2 + V_1));$

Где:

R – прирост показателей темпов (%);

V1 – исходный уровень;

V2 – конечный уровень.

Итоги экспериментальной деятельности:

1) Выполнение контрольных тестов - уровень физической подготовленности испытуемых лиц определялся по четырем контрольными упражнениями, рекомендованными программой школы, апробированными и общеизвестными тестами, используемыми в практике научных исследований: прыжок в длину с места; количество прыжков на скакалке за 60 сек; шестиминутный бег; поднимание туловища из исходного положения лежа на спине за 60 секунд. Прием контрольных нормативов проводился два раза: февраль 2022 года и начало ноября 2022 года (Рис. 1-5).

2) тестирование с использованием ЦОР на знание правил спортивных игр (Рис. 7-9)

Являюсь автором ряда цифровых образовательных продуктов, Приложение1.

3) Контрольные и товарищеские игры.

4) Анкетирование уровня мотивации (Рис. 6)

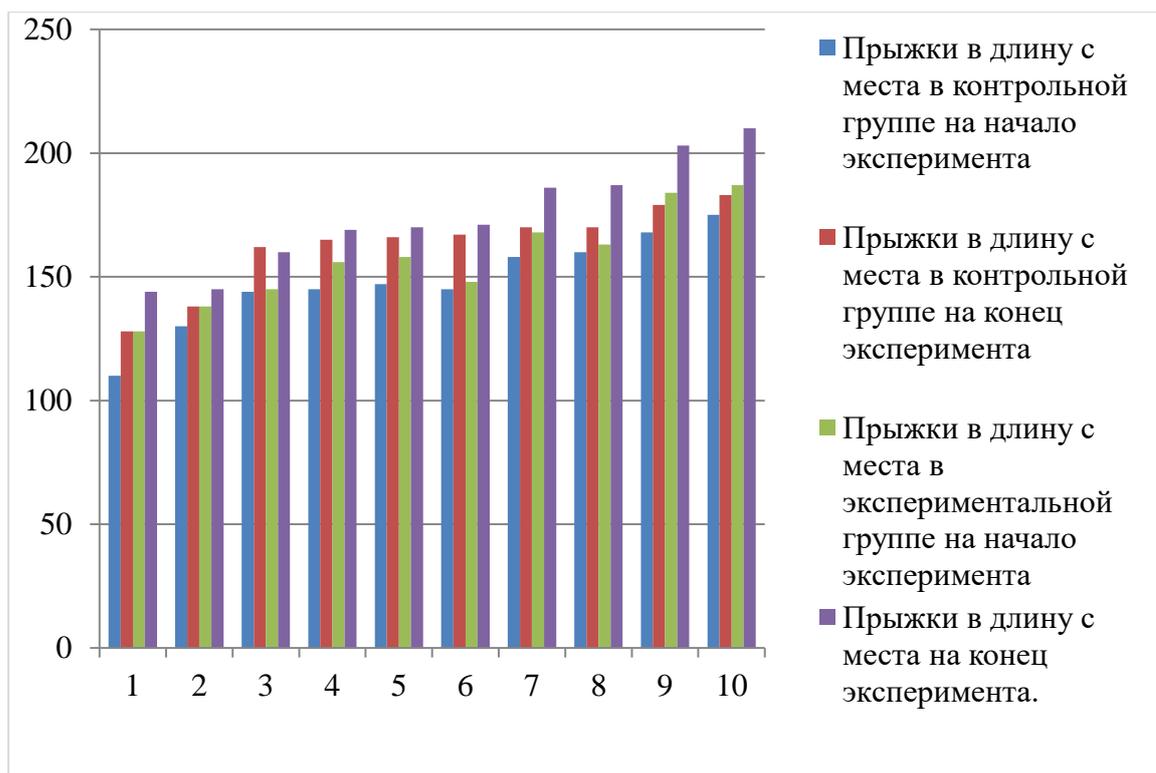


Рис. 1 – Контрольные нормативы прыжков в длину

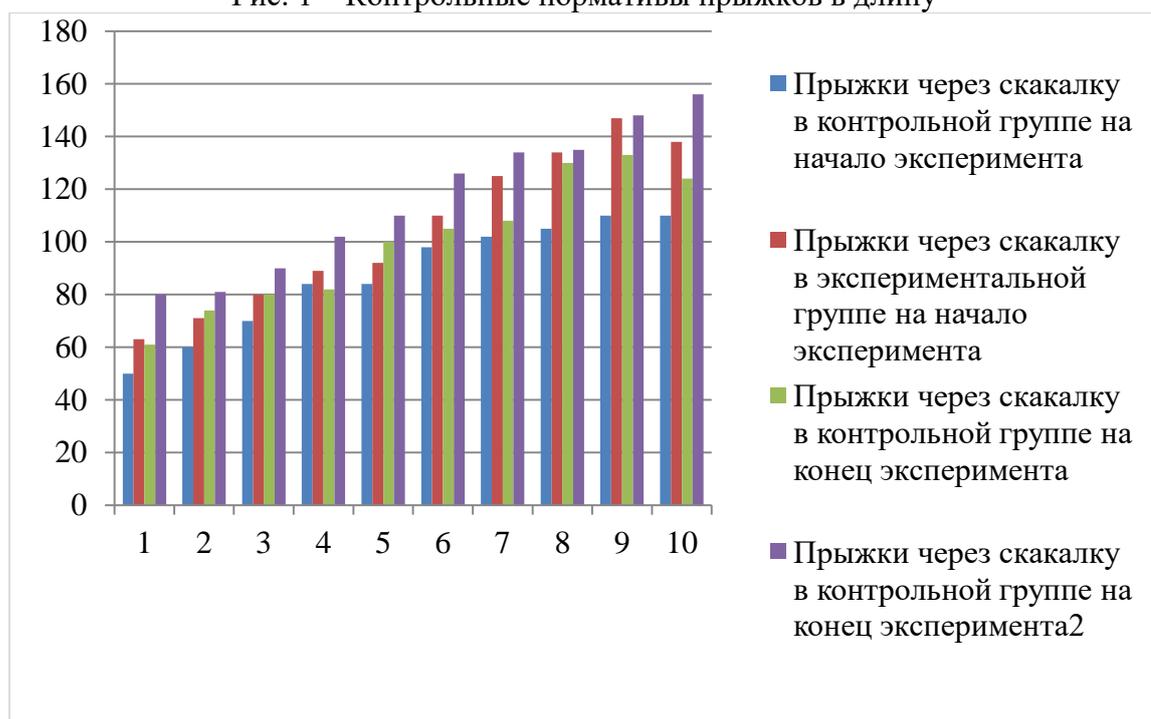


Рис. 2 – Контрольные нормативы прыжков через скакалку

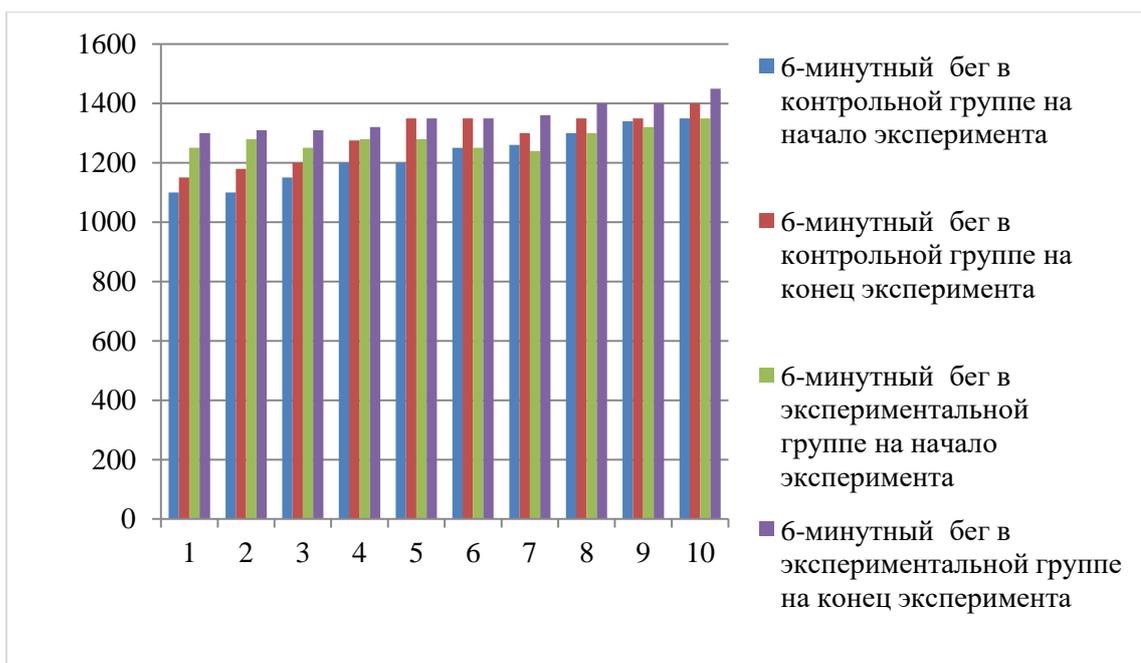


Рис. 3 – Контрольные нормативы 6-минутного бега

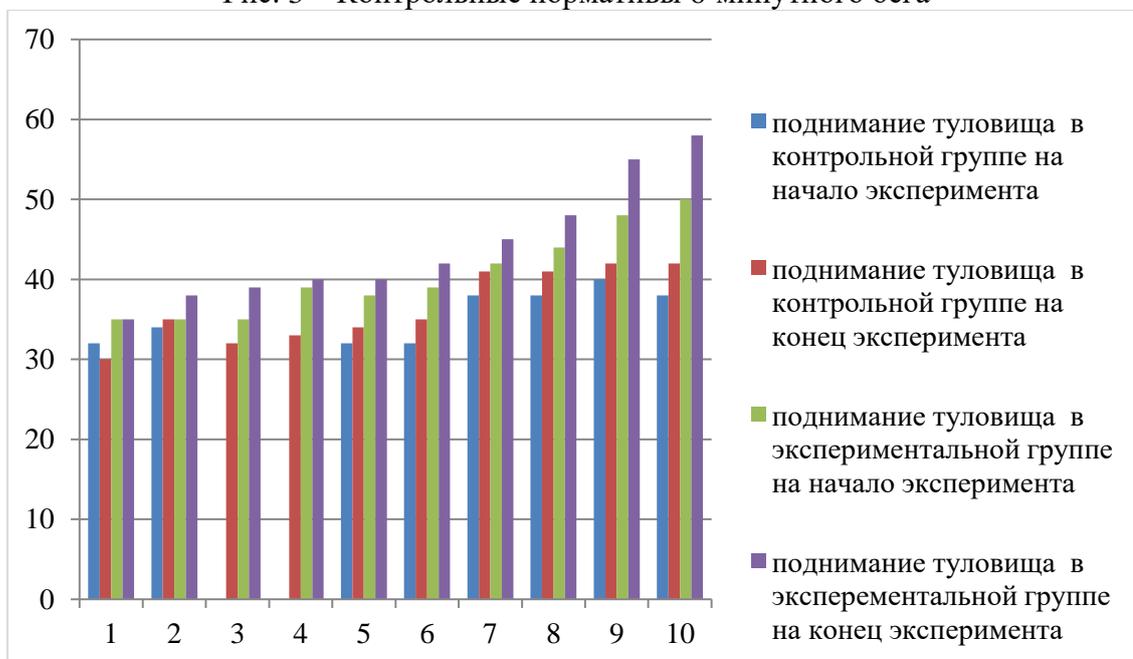


Рис. 4 – Контрольные нормативы «поднимание туловища»

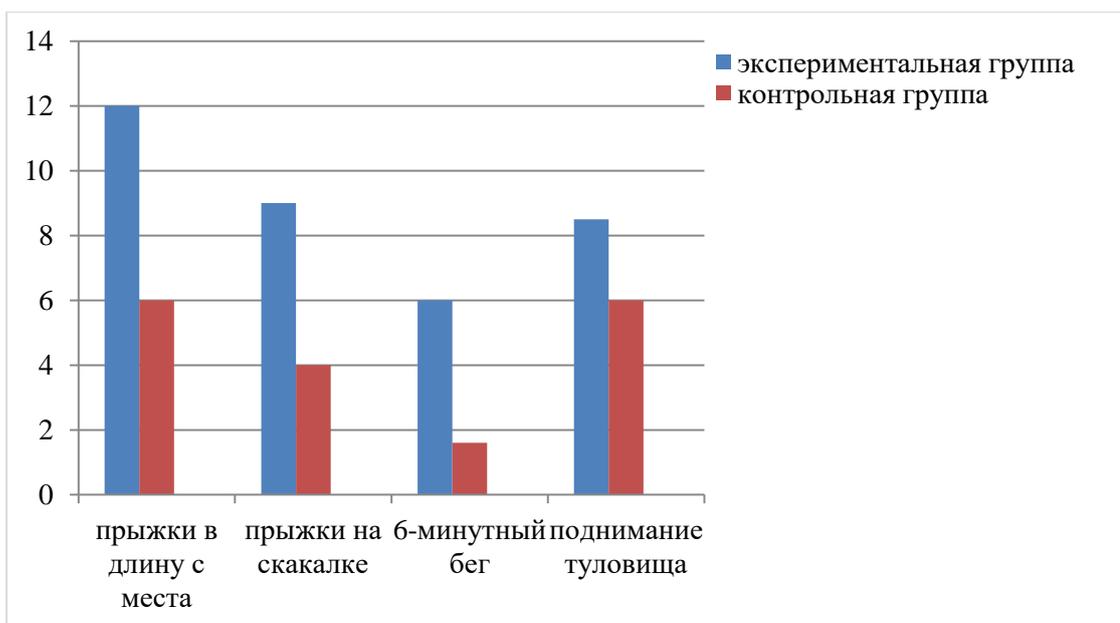


Рис. 5 – Сравнение экспериментальной и контрольной группы

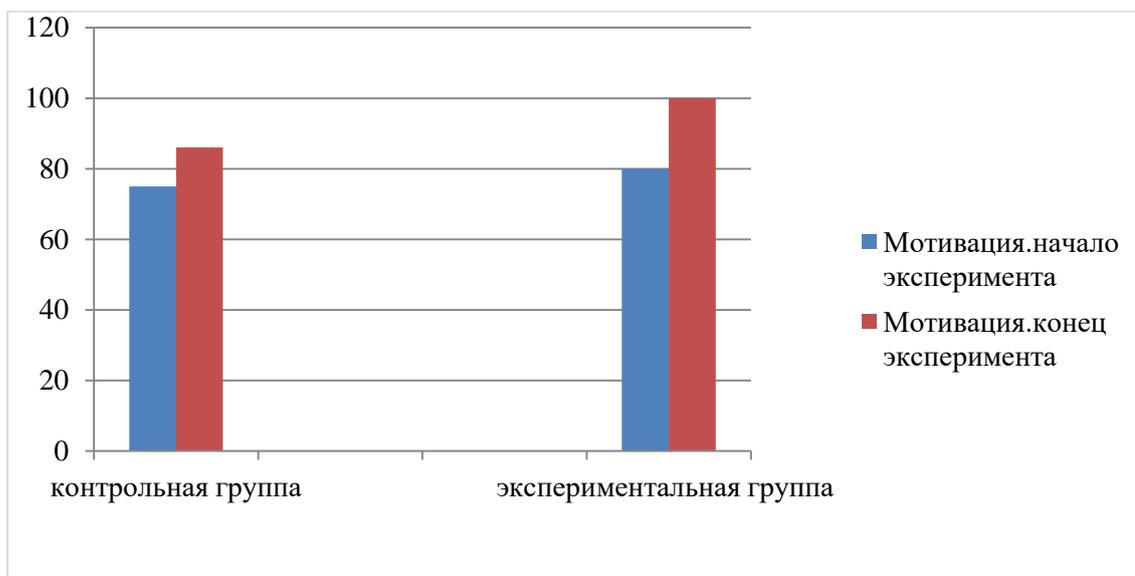


Рис. 6 – Сравнение мотивации у экспериментальной и контрольной группы

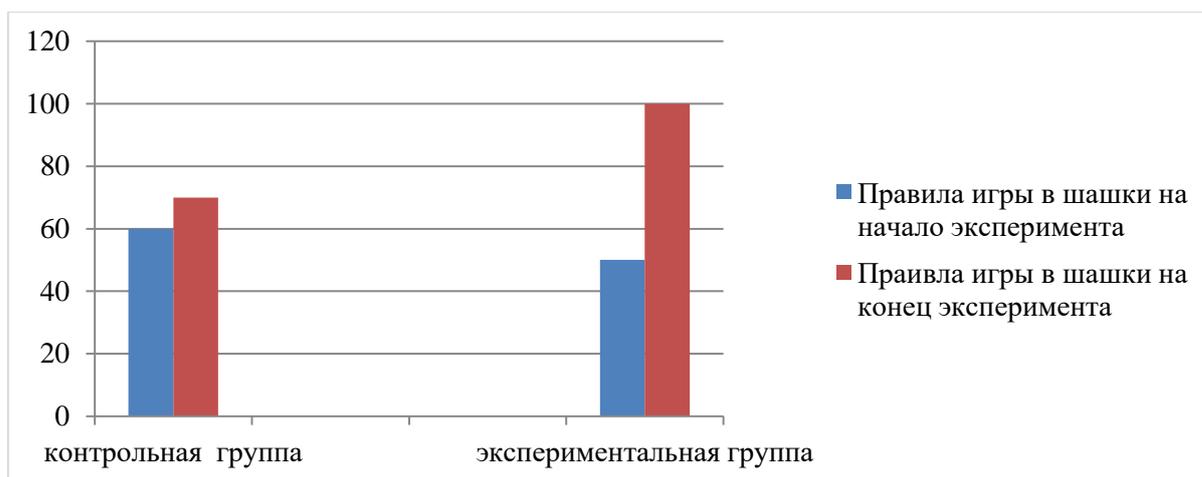


Рис. 7 – Тестирование с использованием ЦОР на знание правил игры в шашки

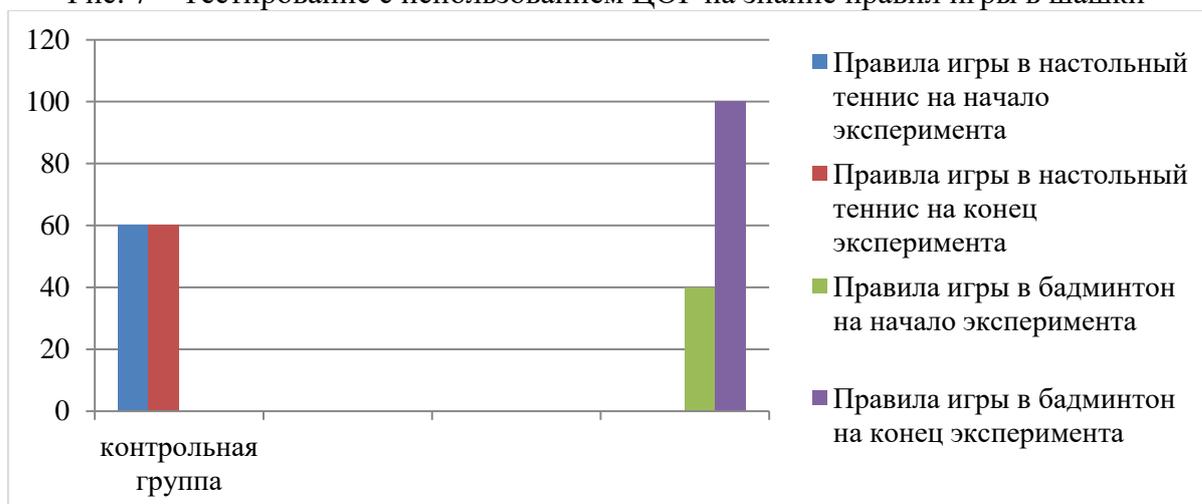


Рис. 8 – Тестирование с использованием ЦОР на знание правил игры в настольный теннис/бадминтон (контрольная группа)

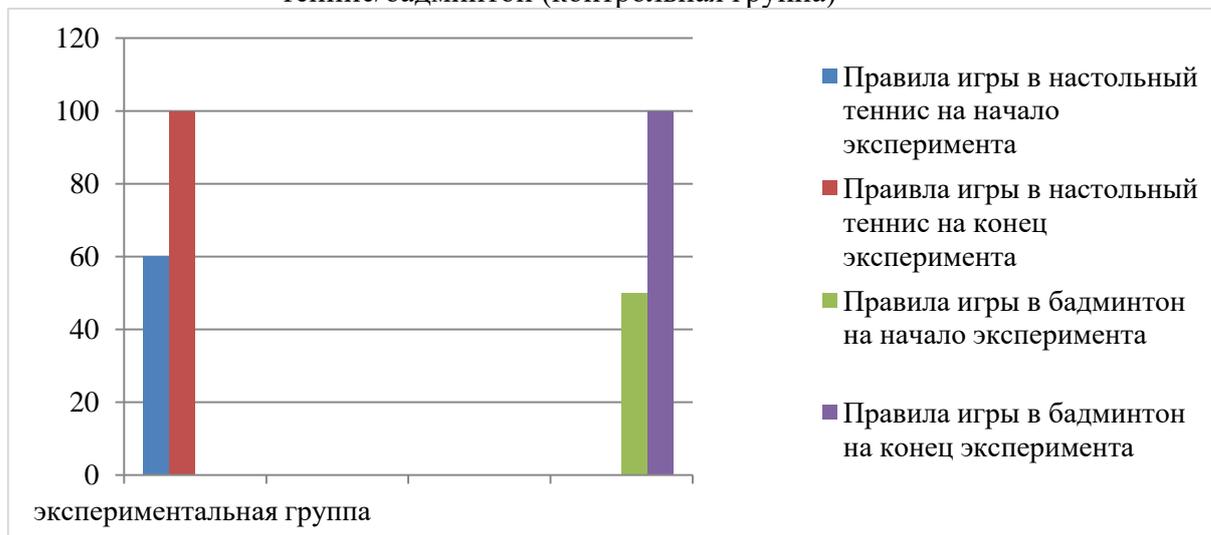


Рис. 9 – Тестирование с использованием ЦОР на знание правил игры в настольный теннис/бадминтон (экспериментальная группа)

Вывод: система работы ШСК «Мустанг», система применения современных педагогических технологий в работе учителя физической культуры

создает максимально благоприятные условия для раскрытия не только физических способностей ребенка, но и влияет на качество знаний, обеспечивает практическое применение полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физического и нравственного здоровья, способствует формированию личной физической культуры школьников, повышению УФП. Педагогический эксперимент потребовал строгого соблюдения намеченного плана, точной фиксации результатов, тщательного анализа полученных данных. Педагогический эксперимент подтвердил гипотезу «Соревновательная деятельность в ШСК «Мустанг» способствует повышению мотивации на уроках физической культуры, повышению уровня физической подготовленности» и, как следствие, способствует повышению качества знаний, реализуется деятельностно- и личностно-ориентированный подход.

Список литературы

1. Библиотека Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта [Электронный ресурс]. URL: <http://lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka> (дата обращения: 11.11.21)
2. Новикова И.В. Моделирование урока физической культуры в соответствии с требованиями ФГОС ОО: подготовка, апробация, рефлексия: учебно-методическое пособие/И.В.Новикова. - Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2017. -80с.

Приложение1

Интерактивный тест, название	ссылка	возраст
Навстречу ГТО! Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).	https://h5p.org/node/798192	Все участники образовательного процесса
Физическая культура. Тест №11	https://h5p.org/node/1093429	4 класс
Физическая культура. Тест №10	https://h5p.org/node/1093419	4 класс
Физические качества. Сила.Тест №11.	https://h5p.org/node/849814	5-11 класс
Физические качества. Быстрота.Тест №11	https://h5p.org/node/836032	5-11 класс.
Физические качества. Выносливость.Тест №10	https://h5p.org/node/831590	9-11 класс
Физические качества. Выносливость.Тест №10	https://h5p.org/node/831589	5-11 класс
Физические качества. Гибкость.Тест №9	https://h5p.org/node/827749	5-11 класс
Волейбол.Тест №8	https://h5p.org/node/818604	5-9 класс
тест.по физкультуре №8. Органы человека. (учебник В.И.Лях стр.35-	https://h5p.org/node/813857	2-4 класс

44)		
Баскетбол. Тест №6 Термины.	https://h5p.org/node/813704	5-11 класс
Легкая атлетика. Тест №6	https://h5p.org/node/804901	2-4 класс
Легкая атлетика. Тест №5	https://h5p.org/node/804715	10-11 класс
Легкая атлетика Тест №4.	https://h5p.org/node/804535	5-9 класс
Легкая атлетика. Тест №3	https://h5p.org/node/800672	2-4 класс
Легкая атлетика. Тест №2	https://h5p.org/node/800611	2-4 класс
Баскетбол. Тест №12	https://h5p.org/node/794502	5-9 класс
Каждому спорту - свой инвентарь.	https://h5p.org/node/794100	1-4 класс
Составляющие ЗОЖ (нажимайте мышью на точки).	https://h5p.org/node/386752	1-4 класс
Тест по физической культуре «Олимпийские игры»	https://h5p.org/node/381839	5-9 класс
Тест для школьников по физической культуре «Олимпийские игры» (1 ответ)	https://h5p.org/node/380036	9-11 класс
Физические качества. Сила. Тест №11 и др.	https://h5p.org/node/849814	5-11 класс

УДК 796.03

Евдокимова Олеся Владимировна
учитель физической культуры
«МБУ Школа № 41»
Самарская обл. г. Тольятти
E-mail: ovsavro@gmail.com

ЙОГА КАК УНИКАЛЬНАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА. ВЛИЯНИЕ ЙОГИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ПОДРОСТКОВ

Evdokimova Olesya Vladimirovna
physical education teacher
«MBU School No. 41»
Samara region, Tolyatti
E-mail: ovsavro@gmail.com

YOGA AS A UNIQUE WELLNESS SYSTEM. THE INFLUENCE OF YOGA ON THE PHYSICAL AND EMOTIONAL STATE OF ADOLESCENTS

Аннотация. В данной работе подробно проводится изучение йоги, как вида физической активности, ее влияние не только на физическое, но и на психологическое здоровье человека. Также рассматривается отношение подростков к занятиям йогой.

Abstract. In this work, yoga is studied in detail as a type of physical activity, its impact not only on physical, but also on psychological health of a person. The attitude of teenagers to yoga classes is also considered.

Ключевые слова: *йога, оздоровительная культура, здоровье человека, эмоциональное и физическое состояние.*

Keywords: yoga, wellness culture, human health, emotional and physical condition.

Йога состоит из «асан» (упражнений), дыхательных техник и медитаций (пассивных и активных). Данная оздоровительная система направлена на улучшение эмоционального фона, гибкости и баланса, помогает повысить

физические показатели и концентрацию внимания. Существенным плюсом йоги является то, что практиками могут заниматься все желающие, как в домашних условиях, так и в специальных учреждениях, вне зависимости от пола, возраста, религии и физической подготовки.

В современном мире человек окружен множеством факторов, которые оказывают отрицательное воздействие на его здоровье. Так, большинство людей ведут сидячий образ жизни, что способствует развитию различных заболеваний. Ежедневная умственная нагрузка и стресс приводят к нарушению эмоционального фона, появляется постоянная усталость, замедляется ритм жизни, снижается продуктивность деятельности человека. Решением данных проблем может являться введение в повседневную жизнь йогических практик.

История йоги уходит своими корнями в древние времена. Первые упоминания были датированы третьим тысячелетием до нашей эры. Главными источниками учения йоги являются Веды – это множество духовных текстов, заповедей и законов, которые содержат самые ранние учения йоги. Веды возникли около 2500 лет назад и, по мнению верующих, были написаны божествами. Именно в Ведах заложены основные принципы практик, такие как идеалы физической и духовной гармонии. Так же, существует мнение приверженцев йоги, что асаны «придумал» Будда, станцевав танец из 2500 поз.

Становление йоги как самостоятельного, совершенного философского течения тесно связано с именем индийского мудреца Патанджали (11-1 вв. до н.э.). Ему удалось соединить в одном произведении множество практических и теоретических знаний о йоге, передаваемых устно. Именно это открытие Патанджали легло в основу философии йоги, которое многие исследователи считают классической.

Дальнейшее развитие йоги связано с появлением различных направлений, отошедших от классики. Среди них: раджа йога, бхакти йога, джнани йога, йога карма. Все эти практики направлены на познание себя и развитие духовности.

Современная йога является приближенной к хатха – йоге, которая базируется на процессе формирования и управления способностями человеческого тела.

Примерно в девятнадцатом веке практика пришла в Европу, США и Россию. В процессе приспособления практики йоги к новым культурным традициям и временной тенденции из классического учения возникает такое направление, как Агни йога, Аштанга йога, йога Аенгара и др. В современной культуре йога функционирует как практическая дисциплина, позволяющая вести здоровый образ жизни в изменяющихся условиях, считается прогрессивным направлением и гармонично поселилась практически в каждом фитнес-клубе. Несмотря на это, она продолжает существовать и как направление духовно-философской мысли.

Проведено исследование по заданной теме. Анализ литературы по исследуемой теме. Составление анкеты и анкетирование. Исследование интересов опрашиваемых в сфере оздоровительных видов спорта. Проведение эксперимента. Наблюдение и анализ полученных результатов.

В качестве объекта исследования в анкетировании и эксперименте принимали участие ученики 10 класса в возрасте 16-17 лет.

В опросе приняло участие 25 учеников, которые высказали свое мнение об оздоровительных занятиях и их влияние на здоровье человека.

Анкета состояла из 7 следующих вопросов:

1. Каким способом вы поддерживаете своё физическое здоровье, помимо уроков физической культуры?
2. Помогают ли вам занятия спортом улучшить своё эмоциональное состояние?
3. Знаете ли вы про существование такой древней практики, как йога?
4. Как вы относитесь к занятиям йогой?
5. Как вы считаете, способна ли йога улучшить и психологическое, и физическое здоровье человека?
6. Какие, по вашему мнению, качества может развить йога у человека?

7. Как вы относитесь к введению йоги на урок физической культуры?

По результатам анкетирования были сделаны выводы следующие
выводы:

1. 89,5% опрошенных учеников поддерживает свое физическое здоровье.
2. После занятий спортом у 89,5% участников анкетирования улучшается эмоциональное состояние.
3. 94,4% человек из опрошенных знакомы с такой древней практикой, как йога.
4. 68,4% учеников относится к йоге положительно.
5. По мнению 89,5% учащихся, йога оказывает положительное влияние и на психологическое, и на физическое здоровье.
6. К таким качествам, которые можно развить благодаря занятиям йогой 75,4% подростков отнесли гибкость, концентрацию внимания и стрессоустойчивость.
7. 73,7% опрошенных учеников относится к введению йоги на урок физической культуры положительно.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что положительное отношение учащихся к занятиям йогой отражает заинтересованность и важность для поддержания здорового образа жизни.

Для проведения эксперимента был составлен определенный комплекс упражнений йогой, который подходит начинающим. Данный комплекс упражнений участники экспериментальной группы выполняли в течение месяца, 3 раза в неделю по 30-40 минут.

Данный эксперимент длился на протяжении месяца. В нем приняло участие 12 человек возрастом от 16 до 17 лет, которые были разделены на 2 группы: контрольная и экспериментальная. Первая группа не занималась оздоровительными практиками, вторая группа выполняла упражнения регулярно 3 дня в неделю около 30-40 минут.

Для определения влияния йоги на физическое состояние человека я взяла проверку физического качества- гибкость. Для того, чтобы проверить уровень

гибкости участников эксперимента, я использовала механический способ измерения этого физического качества человека: он основан на измерении линейных мер (с помощью линейки). Измерялось расстояние у пальцев рук относительно изолинии, проходящей через площадку, установленную выше пола. За положительный результат было принято расстояние ниже изолинии, за отрицательный – расстояние выше изолинии. Для определения результатов я использовала параметры оценки гибкости по Ж.К. Холодову, В.С. Кузнецову:

Параметры – расстояние у пальцев рук при наклоне вперед относительно уровня площадки (см).

Оценка: +15 – отлично; +5 – хорошо, 0 – удовлетворительно, -5 – плохо.

Для определения показателей концентрации внимания в качестве психологического состояния человека, я использовала методику Мюнстерберга: среди буквенного текста имеются слова, которые нужно как можно быстрее выделить, читая текст. В тексте содержится 25 слов, время выполнения задания – 2 минуты. Хорошим считается результат – 20 и более баллов (желательно без пропуска слов). Низкие показатели - 18 и менее баллов.

Результаты показателей гибкости контрольной группы на 01.03.22:

Общие показатели контрольной группы составили -3,1 см; в процентном количественном отношении: низкий уровень гибкости имели 67% (4 человека) учеников, средний уровень имели 33% (2 человека).

Результаты показателей гибкости контрольной группы на 01.04.22:

Общие показатели контрольной группы составили -3,3 см; в процентном количественном отношении: низкий уровень гибкости имели 83% (5 человек), средний уровень имели 17% (1 человек).

Результаты показателей гибкости экспериментальной группы на 01.03.22:

Общие показатели экспериментальной группы составили -3,1 см; в процентном количественном отношении: низкий уровень гибкости имели 66,6% (4 человека) , средний уровень имели 33,4% (2 человека).

Результаты показателей гибкости экспериментальной группы на 01.04.22:

Общие показатели экспериментальной группы составили +3 см; в процентном количественном отношении средний уровень гибкости имели 50% (3 человека) учеников, высокий уровень имели 50% (3 человека).

Результаты показателей концентрации внимания контрольной группы: общие показатели контрольной группы составили в среднем 8 слов до эксперимента, 9 слов после эксперимента, то есть ученики имели низкий уровень концентрации внимания.

Результаты показателей концентрации внимания экспериментальной группы: общие показатели экспериментальной группы составили в среднем 8 слов до эксперимента, 20 слов после проведенного эксперимента. Полученные данные свидетельствуют о том, что после систематических занятий йогой в течение месяца у учеников повысился уровень концентрации внимания.

Подводя итог можно считать, что йога – это уникальная оздоровительная система. Эффективность занятий йогой заключается в наличии определенной структуры и последовательности выполнения упражнений. Регулярное выполнение комплекса упражнений йоги улучшает показатели гибкости, физическое состояние, а также повышают концентрацию внимания и психологическое состояние человека. В результате проведенной работы моя гипотеза подтвердилась.

Для того, чтобы улучшить своё физическое и психологическое состояние путем освоения такой практики, как йога, следует обратиться к комплексу упражнений, который является наиболее простым и эффективным для начинающих. В результате систематических занятий замечено стабильное улучшение физических показателей и повышение концентрации внимания.

Йога помогает:

- Улучшить концентрацию внимания и развить стрессоустойчивость;
- Восстановить и улучшить эмоциональный фон;
- «Обновить» организм и улучшить гормональный фон;

- Повысить качество сна;
- Улучшить физические качества (силу, гибкость, баланс);

Йога также поможет улучшить кровообращение. В ткани поступает больше кислорода, повышается состояние волос и кожи, которая приобретает тонус, становится более упругой и подтянутой. Регулярное выполнение упражнений позволяет сохранить тонус, предотвратить появление ранних морщин и возникновение отеков.

Полезность йоги для фигуры состоит в том, что она способствует снижению веса и укреплению мышц, при этом тело приобретает гибкость и идеальные пропорции. Наблюдается улучшение осанки и походки. При занятиях йогой происходит стабильное, а главное здоровое, снижение веса. Уменьшается объем желудка, а это ведет к снижению объемов рациона.

Медитации позволяют достичь гармонии между телом и духом. Они помогают познать внутренний мир и достичь душевного равновесия. При занятиях йогой проясняется мышление и развивается целеустремленность. Йога - это замечательная практика, сочетающая в себе позитивное мировоззрение, упражнения для здоровья, хороший досуг и замечательных единомышленников.

Список литературы

1. Крапивина Е.А. Физические упражнения йогов. - М.: Знание, 2007.
2. Йога для всех: путь к здоровью / Элис Кристенсен. – Москва: Эксмо, 2019. – 192 с.
3. Зайцева, И.А. Большая книга йоги / И.А. Зайцева. – М.: Эксмо, 2007. – 192с.

© Евдокимова О.В.

УДК 796.03

Жомин Константин Михайлович

кандидат биологических наук, доцент кафедры спортивных дисциплин
Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирская обл., г. Новосибирск
E-mail: kos-jom83@mail.ru

Ващенко Эльвира Александровна

Обучающаяся 4 курса факультета физической культуры
Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирская обл., г. Новосибирск
E-mail: vashchenko2021@list.ru

Локтев Клим Игоревич

Учитель физической культуры
Средняя общеобразовательная школа №155,
Новосибирская обл., г. Новосибирск
E-mail: kliment384@gmail.com

Седнев Александр Владимирович

старший преподаватель кафедры физического воспитания
Кемеровский государственный университет,
Кемеровская обл., г. Кемерово
E-mail: sednev12@mail.ru

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕВУШЕК 12-13 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ В ШКОЛЬНОМ СПОРТИВНОМ КЛУБЕ

Konstantin M.Zhomin

PhD of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Sports Disciplines
Novosibirsk State Pedagogical University,
Novosibirsk region, Novosibirsk
E-mail: kos-jom83@mail.ru

Vashchenko Elvira Alexandrovna

4th year student of the Faculty of Physical Culture
Novosibirsk State Pedagogical University,
Novosibirsk region, Novosibirsk
E-mail: vashchenko2021@list.ru

Loktev Klim Igorevich

Physical education teacher
Secondary school No.155,
Novosibirsk region, Novosibirsk
E-mail: kliment384@gmail.com

Sednev Alexander Vladimirovich

senior lecturer of the Department of Physical Education
Kemerovo State University,
Kemerovo region, Kemerovo
E-mail: sednev12@mail.ru

FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES IN GIRLS 12-13 YEARS OLD ENGAGED IN BASKETBALL IN THE SCHOOL SPORTS CLUB

Аннотация. В статье апробирована методика развития координационных способностей. Доказано, что степень развития технических элементов у баскетболисток 12-13 лет, имеют сильную и среднюю взаимосвязь с определенными видами координационных способностей, что при грамотном использовании правильно подобранных средств координационной направленности позволит точно воздействовать на необходимый игровой прием.

Abstract. The article has tested the methodology for the development of coordination abilities. It is proved that the degree of development of technical elements in basketball players aged 12-13 years, have a strong and average relationship with certain types of coordination abilities, which, with the proper use of correctly selected means of coordination orientation, will allow to influence the necessary game technique pointwise.

Ключевые слова: координационные способности; технические показатели; корреляционные взаимосвязи; средний школьный возраст; баскетбол.

Keywords: coordination abilities; technical indicators; correlation relationships; middle school age; basketball.

Подготовка в современном баскетболе предъявляет всё больше и больше требований к занимающимся. Современные реалии таковы, что чем раньше спортсмен освоит технический элемент, тем больше времени будет у него на его совершенствование [1, с. 17].

В литературе имеются данные о том, что координационные способности тесно взаимосвязаны с овладением двигательных действий, и чем лучше развита координация, тем быстрее осваивается технический элемент. Вместе с тем, авторы (В.И. Лях, Л.П. Матвеев и др.) пишут, о множестве форм координационных способностей [2, с. 24; 3, с. 56]. В связи с этим, можно предположить, что специфика двигательного действия, обусловлена конкретной разновидностью координационных способностей.

Это и побудило нас в поиске наиболее эффективных средств и методов развития координационных способностей, которые бы способствовали более успешному освоению и совершенствованию игрового приема.

Цель исследования: Выявить особенности развития координационных способностей и их связь с технической подготовленностью у баскетболисток 12-13 лет.

Задачи:

1. Определить корреляционную взаимосвязь между координационными показателями и технической подготовленностью баскетболисток 12-13 лет;

2. На основе учебно-методической и научной литературы разработать комплекс упражнений координационной направленности с учётом выявленных корреляционных связей;

3. Определить динамику координационных способностей баскетболисток 12-13 лет;

4. Выявить изменения технических показателей баскетболисток 12-13 лет.

Исследование проводилось на базе МБОУ СОШ №155 г. Новосибирска в период с октября 2021 по март 2022 года.

В педагогическом эксперименте приняла участие группа из 23 баскетболисток в возрасте 12-13 лет, занимающихся в школьном спортивном клубе «Здоровое поколение». Объем учебно-тренировочных нагрузок составлял 4 раза в неделю, дополнительно в дни отдыха им предлагалось выполнять комплекс координационных упражнений по Васильченко.

В дальнейшем для оценки эксперимента тренировочная группа была разделена на экспериментальную и контрольную группы, с 11 и 12 девушками соответственно.

Контрольные испытания определялись в двух направлениях:

(оценка координационной направленности)

1) Челночный бег 3 по 10 метров, сек;

- 2) Проба Ромберга, сек;
- 3) Метание теннисного мяча на точность, кол-во попаданий;
- 4) Бег с изменением положения 4 по 10 метров, сек;
(оценка технической направленности)
- 5) Тест на перемещения, сек;
- 6) Броски с получением мяча, кол-во попаданий;
- 7) Ведение мяча, сек;
- 8) Точность передачи мяча, кол-во попаданий.

В Статистическом методе использовали t-критерий Стьюдента, оценку динамики по В.И. Усакову; и корреляционный анализ по Пирсону.

На первом этапе исследования представлялось интересным определить корреляционную взаимосвязь у баскетболисток 12-13 лет между координационными показателями и технической подготовленностью.

Сила корреляционной связи между координационными и техническими показателями выявила следующие статистически значимые ($p < 0,01$) взаимосвязи (рис. 1).

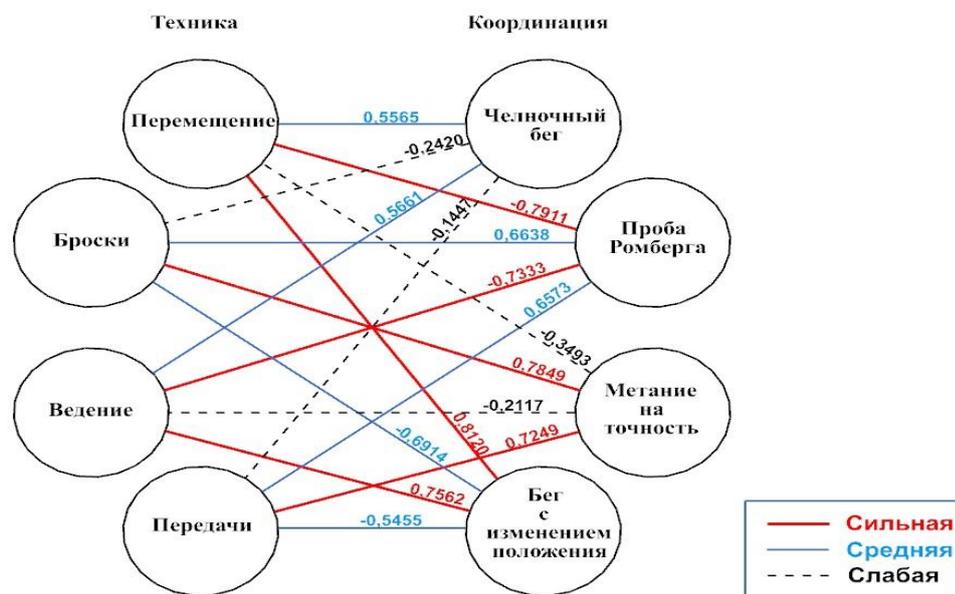


Рис. 1 – Корреляционные плеяды координационных и технических показателей у баскетболисток 12-13 лет

Так тесты на статическое равновесие (проба Ромберга) и бег с изменением положения имеют среднюю связь с тестами броски с получением и передачи мяча, а также сильную связь с тестами на перемещение и ведения мяча.

Наиболее интересным оказалось то, что метание теннисного мяча на точность имеет сильную связь с тестами броски с получения и передачи мяча на точность.

Таким образом, в экспериментальной группе был изменён комплекс упражнений (Таблица 1), составленный с учетом корреляционных взаимосвязей координационных и технических показателей, с акцентом на воздействие сложно-игровых технических приемов (бросок и передача).

Таблица 1

Комплексы упражнений координационной направленности

<p>Комплекс упражнений контрольной группы (Васильченко О.А.)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Одновременный выпуск и ловля двух теннисных мячей хватом сверху. 2. Из основной стойки прыжки через вращающийся вперед обруч. 3. Из основной стойки подбрасывание и ловля мяча с одновременным касанием пола во время полета мяча. 4. Из основной стойки поочередное перешагивание гимнастической палки последующим перехватом рук и вращением палки назад - вверх. 5. Лежа на животе подбрасывание и ловля теннисного мяча (жонглирование). 6. Стоя в 1 м от стенки, переход в упор о стенку с последующим отталкиванием и возвращением в исходное положение. 	<p>Комплекс упражнений с учетом корреляционных связей экспериментальной группы</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Жонглирование теннисными мячами с усложняющими условиями (от 15 раз правой (левой) рукой) 2. Броски и ловля теннисного мяча правой (левой) рукой (от 15 раз каждой рукой) 3. Перебрасывание теннисного мяча из одной руки в другую из различных и.п. (от 15 раз правой (левой) рукой) 4. Броски теннисного мяча поочередно правой и левой рукой от плеча в стену и ловля его двумя (одной) руками (от 20 раз правой (левой) рукой) 5. Броски теннисного мяча в цель разными способами из различных и.п. (от 15 раз правой (левой) рукой) 6. Броски теннисного мяча в корзину, стоящую на полу, с усложняющими условиями (от 20 раз) 7. Баланс с теннисным мячом, набивая его об стену (от 30 раз правой (левой) рукой) 8. Передача теннисного мяча из руки в руку из различных и.п. (от 15 раз правой (левой) рукой) <p>Количество подходов – 1-2; отдых между упражнениями 1мин.</p>
---	--

На последнем этапе исследования были проведены заключительные тестирования, для оценки эффективности применяемых комплексов.

За период исследования в контрольной и экспериментальной группе произошли качественные изменения показателей. При этом процесс изменения этих показателей имел разную динамику (Таблица 2).

Таблица 2

Показатели контрольных испытаний баскетболисток 12-13 лет

Контрольные испытания	Единицы измерения	Исходные данные		Итоговые данные	
		КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Челночный бег 3x10 м.	Секунды	7,1±0,1	7,05±0,17	6,82±0,1	6,74±0,17
Проба Ромберга	Секунды	15,65±2,1	15,8±1,7	17,3±2,1	17,42±1,7
Метание теннисного мяча на точность	Кол-во попаданий	6,8±0,43	7,1±0,5	7,2±0,43	7,8±0,5
Бег с изменением положения 4x10 м.	Секунды	10,7±0,3	10,54±0,5	10,09±0,3	9,9±0,5
Тест на перемещение	Секунды	9,68±0,4	9,35±0,5	8,7±0,4	8,6±0,5
Броски с получением 1 мин.	Кол-во попаданий	6,4±0,1	6,1±0,1	6,9±0,1	7±0,1
Ведение мяча	Секунды	5,6±0,1	5,55±0,1	5,35±0,1	5,31±0,1
Точность передачи мяча	Кол-во попаданий	6,7±0,1	6,3±0,2	7,1±0,1	7±0,2

Так анализ показателей координационных способностей выявил, что как на 1, так и на 2 этапах исследования значимых различий между группами не было.

Стоит отметить некоторую тенденцию на увеличение разности средних показателей между контрольной и экспериментальной группами в тесте метание теннисного мяча на точность.

Анализ показателей технической подготовленности контрольной и экспериментальной групп так же не выявил значительных различий в начале, и в конце исследования.

В тестах на перемещение 4x10 и ведение мяча наблюдалось примерно одинаковое снижение времени в контрольной, и в экспериментальной группах.

При этом можно отметить о тенденции в различиях средних величин между 1 и 2 этапом исследования в тестах броски с получением и передача мяча на точность.

Анализ динамики прироста координационных способностей и технических подготовленности (по В.И. Усакову) у баскетболисток показывает (Таблица 3):

Таблица 3

Динамика прироста координационных способностей и технической подготовленности баскетболисток 12-13 лет по В.И. Усакову (%)

Контрольные испытания	Единицы измерения	Прирост	
		КГ	ЭГ
Челночный бег 3x10 м.	Секунды	4,6%	4,5%
Проба Ромберга	Секунды	10%	9,8%
Метание теннисного мяча на точность	Кол-во попаданий	5,7%	9,4%
Бег с изменением положения 4x10 м.	Секунды	6,2%	5,9%
Тест на перемещение	Секунды	7,4%	6,4%
Броски с получением 1 мин.	Кол-во попаданий	7,6%	13,8%
Ведение мяча	Секунды	8%	8,3%
Точность передачи мяча	Кол-во попаданий	5,8%	10,5%

В тестах челночный бег, проба Ромберга, бег с изменением контрольная группа имела несколько лучшую динамику прироста.

Тогда как в тесте метание мяча на точность можно заметить наиболее лучший прирост исследуемых величин в экспериментальной группе.

В тесте на перемещение несколько лучшая динамика прироста в контрольной группе.

Примерно одинаковый прирост наблюдался при анализе теста ведение мяча.

Тогда как в тестах бросок с получением и точность передачи мяча можно заметить значительный прирост показателей в экспериментальной группе.

В заключение проведенного нами исследования можно сделать следующие выводы:

1. Корреляционный анализ подтвердил, что уровень координационных способностей влияет на техническую подготовленность баскетболисток 12-13 лет, так большинство показателей координации имели среднюю и сильную взаимосвязь с техническими игровыми приемами, при $p < 0,01$. Вместе с тем были выявлены и слабые связи по некоторым показателям, что может говорить о необходимости более тщательно подбирать упражнения координационной направленности при составлении комплексов.

2. Анализ научно-методической литературы по теме исследования выявил, что большинство авторов-составителей комплексов, включают в них разноплановые упражнения без специфики разновидностей координационных способностей. В связи с этим был разработан экспериментальный комплекс координационной направленности, с учетом тесных корреляционных связей с техническими элементами (бросок мяча в кольцо и передача мяча на точность).

3. Согласно полученным данным, оказалось, что изменение показателей координационных способностей баскетболисток 12-13 лет, характеризовались примерно одинаковыми улучшениями исследуемых величин (4,6 и 4,5%, 10 и 9,8%, 6,2 и 5,9 %), при этом стоит отметить несколько лучший прирост в тесте метание теннисного мяча на точность в экспериментальной группе (5,7 и 9,4% соответственно).

4. При анализе технической подготовленности девушек 12-13 лет, занимающихся баскетболом, оказалось, что применяемый комплекс координационной направленности с учетом корреляционных связей способствовал более высокому приросту в необходимых технических показателях: так прирост в тесте броски с получением мяча в экспериментальной группе составил 13,8%, в то время как в контрольной – 7,6%, и тест на точность передачи мяча составил в экспериментальной группе – 10,5%, в контрольной – 5,8%.

Список литературы

1. Гомельский А.Я. Энциклопедия баскетбола. - М., 2002. 340 с.
2. Лях В.И. Координационные способности школьников // Физическая культура в школе. – 2000. – №5. – С.24-26.
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Изд-во: СпортАкадемПресс. – 2008. – 544 с.

© Жомин К.М., Ващенко Э.А., Локтев К.И., Седнев А.В.

УДК 796.03

Захарова Мария Сергеевна
 учитель физической культуры
 Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
 «Основная общеобразовательная школа № 4»,
 г. Североуральск
 E-mail: masha.zaharova1981@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА В УСЛОВИЯХ СЕЛЬСКОЙ МАЛОКОМПЛЕКТНОЙ ШКОЛЫ

Zakharova Maria Sergeevna
 physical education teacher
 Municipal autonomous educational institution
 «Basic secondary school No. 4»,
 Severouralsk
 E-mail: masha.zaharova1981@mail.ru

ORGANIZATION OF SCHOOL SPORTS CLUB ACTIVITIES IN A RURAL SMALL SCHOOL

Аннотация: в статье рассматриваются особенности организации деятельности школьного спортивного клуба на примере опыта работы сельской малокомплектной школы города Североуральска Свердловской области.

Abstract: the article discusses the features of the organization of the school sports club on the example of the experience of a rural small school in the city of Severouralsk, Sverdlovsk region.

Ключевые слова: *школьный спортивный клуб, малокомплектная школа.*

Keywords: *school sports club, small school.*

В настоящее время реализуется Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года (далее - Стратегия), утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации. Одним из направлений Стратегии является совершенствование здоровья и благополучия, а также повышение уровня жизни населения Российской Федерации посредством занятий физической культурой и спортом, которая предусматривает развитие физической культуры и спорта в сельской местности, организацию внеурочной деятельности физкультурно-спортивной направленности в

общеобразовательных организациях посредством сети школьных спортивных клубов, участия таких клубов в физкультурных и спортивных мероприятиях [4].

В «Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы» указывается, что одним из приоритетных механизмов формирования у обучающихся компетенций по осознанному ведению здорового образа жизни, привычки к самостоятельным занятиям по развитию основных физических качеств, профилактике и укреплению здоровья следует считать участие в деятельности школьных спортивных клубов (далее – ШСК) [1].

Согласно федеральному закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», в целях вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом, развития и популяризации школьного спорта образовательными организациями могут создаваться ШСК [3]. Это положение закона полностью согласуется с федеральными государственными образовательными стандартами начального общего, основного общего образования. В них указывается, что внеурочная деятельность по спортивно-оздоровительному направлению организуется в таких формах как школьные спортивные клубы и секции.

Школьный спортивный клуб «Старт» функционирует в МАОУ «ООШ № 4» Североуральского городского округа с 2019 года (далее–Клуб). Деятельность Клуба регламентируется локальными нормативными актами.

Основными целями его работы является содействие школе и семье в воспитании обучающихся, в укреплении их здоровья и всестороннего физического развития, а также проведения спортивно-массовой работы, пропаганды здорового образа жизни.

Главная идея нашего Клуба, увлечь регулярными занятиями физической культурой и сортом не только обучающихся школы, но и педагогов, родителей и жителей посёлка.

Для реализации дополнительных общеобразовательных программ, организации внеурочного времени обучающихся и создания наиболее благоприятного режима, Клуб осуществляет свою деятельность в течение всего учебного года, включая каникулярное время, в соответствии с расписанием занятий.

В работе Клуба принимает участие весь педагогический коллектив, привлекаются родители, обучающиеся, в том числе с ОВЗ и стоящие на различных видах учёта, бывшие ученики, проживающие на территории посёлка, которые выступают не только зрителями, но участниками и даже судьями. Характерно проведение спортивных занятий, в которых участвуют обучающиеся других общеобразовательных организаций Североуральского городского округа.

МАОУ «ООШ № 4» – сельская малокомплектная школа, расположена в Североуральском городском округе. Учреждение реализует следующие уровни образования:

- дошкольное образование (нормативный срок усвоения 4 года);
- начальное общее образование (нормативный срок усвоения 4 года);
- основное общее образование (нормативный срок усвоения 5 лет).

Деятельность МАОУ «ООШ № 4» регламентируется Уставом, локальными нормативными актами.

Контингент обучающихся и воспитанников на 01.09.2022 года составляет 28 человек, из них 4 - воспитанники дошкольной группы, 12 – обучающиеся начальной школы и 12 – основной. Обучающиеся школы объединены в пять классов-комплектов.

В связи с этим в сельской малокомплектной школе возникают особые трудности в построении учебно-воспитательного процесса, проведения спортивных мероприятий. Особенно это касается уроков физической культуры, проведения массовых спортивных мероприятий из-за малой наполняемости

классов. Соревнования и конкуренция лишены их главного смысла в этой ситуации, что снижает интерес детей к занятиям [2].

Нами найден выход из создавшегося положения – создание разновозрастных групп, примерно равных по силам и количеству участников. Таким образом, в школе скомплектованы две разновозрастные команды обучающихся с разными физическими возможностями с 1 по 9 класс. Руководителем каждой группы является ученик старших классов.

Необходимо отметить, что целенаправленная работа в этом направлении привела к популяризации спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий. По статистическим данным в систематические занятия физкультурой и спортом вовлечено 96% обучающихся школы.

Для полноценной работы Клуба требуется создание сети социального партнёрства. Социальными партнёрами и организациями, оказывающими поддержку ШСК «Старт», являются: муниципальное автономное учреждение «Физкультура и Спорт», стадион «Горняк», общественная организация «Ветеранов боевых действий имени Героя России Дмитрия Шектаева».

В 2021-2022 учебном году социальные партнёры организовали и провели следующие спортивные мероприятия: в рамках проекта «Мой спортивный дворик» - «ГТО - сила России!», декаду бега «Кросс на Нации», общешкольную эстафету «Зарница».

Важным условием эффективной и результативной работы школьного спортивного клуба является не только учебно-тренировочный процесс, школьные физкультурно-спортивные мероприятия, но и товарищеские встречи со спортивными командами других школьных спортивных клубов. Такие встречи помогают совершенствованию полученных навыков в спортивных секциях и кружках, формируют чувство соперничества, мотивируют к более серьёзной подготовке и являются бесценным опытом, что становится залогом успеха.

Весной 2022 г. обучающиеся нашей школы приняли участие в Спартакиаде среди учащихся малокомплектных сельских школ Североуральского городского округа. Всего в программу Спартакиады было включено пять этапов.

Первый этап Спартакиады проходил в спортивном зале нашей школы. На футбольной площадке встретились команды обучающихся 5-7 классов школьных спортивных клубов школ № 2, 4 и 15 Североуральского городского округа. Наши спортсмены заняли второе место.

Второй этап Спартакиады среди учащихся малокомплектных сельских школ прошёл в спортивном зале школы №15 (пос. Третий Северный). На волейбольной площадке состоялись игры пионерболу среди команд 1-5 классов. По итогу игры обучающиеся школы заняли 1 место.

Третий этап состоялся в спортивном зале МАОУ СОШ № 2 (пос. Покровск Уральский). Учащиеся состязались в «Весёлых стартах».

Четвёртый этап Спартакиады проходил в Центре тестирования МАУ «ФКиС» на территории стадиона «Горняк», где сборные команд малочисленных сельских школ состязались в Фестивале ВФСК «Готов к труду и обороне».

Завершилась Спартакиада на беговой дорожке легкоатлетической эстафеты. В общем зачете Спартакиады по пяти видам участники ШСК «Старт» заняли 2 место.

Также в школе реализуется региональный инновационный проект «Спорт Лидер», который помогает проявить спортивные навыки. В рамках данного проекта проведены мероприятия:

- общешкольная эстафета «Зарница» с участием социальных партнёров - Североуральской городской Общественной Организации «Ветеранов Боевых действий имени Героя России Д. Шектаева»;

- эстафета, посвящённая Дню спорта;
- турнир по шашкам;
- стрельба из пневматической винтовки;
- «Веселые старты» и другие мероприятия.

В связи с этим, у школьников раскрывается спортивный и лидерский потенциал.

Работа ШСК «Старт» успешно дополняет образовательный процесс, способствует выполнению рабочей программы воспитания: учитель физкультуры и ОБЖ, а также подготовленные клубом обучающиеся проводят в начальной школе подвижные игры на переменах, спортивные часы; организуют дни активного отдыха и спорта, тематические классные часы, дни здоровья.

Наш Клуб ещё молод, но в нём начинают складываться свои традиции, есть результаты его деятельности:

- растёт число учащихся, мотивированных на занятия спортом и физической культурой;
- для спортивных команд характерен разновозрастной состав;
- неотъемлемой положительной составляющей успешной работы Клуба является тесное сотрудничество с социальными партнёрами, взаимодействию с малочисленными сельскими школами Североуральского городского округа;
- в школе сложилась система организации спортивно-массовой работы, появилось большое количество спортивных праздников, турниров и других массовых мероприятий, проводимых совместно с другими учреждениями.

В статье рассмотрен опыт работы школьного спортивного клуба в малокомплектной сельской школе. Таким образом, можно констатировать реальную работу школьного спортивного клуба, участие клуба в физкультурных и спортивных мероприятиях, организацию внеурочной деятельности физкультурно-спортивной направленности.

Список литературы

1. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.edu.gov.ru/document/f7ccb63562c743ddc208b5c1b54c3aca/> (дата обращения: 14.11.2022).
2. Кузнецова Н. А. Специфика организации спортивно-массовой работы в сельской малочисленной школе // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 15. – С. 1266–1270. – URL: <http://e-koncept.ru/2016/96170.htm>.

3. О физической культуре и спорте в Российской Федерации [Текст] : федер. закон от 4.12.2007 № 329-ФЗ // Собр. законодательства Рос. Федерации. — 2007. — № 50. — Ст. 6242

4. 4.Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года [Электронный ресурс].– Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_369118/ (дата обращения: 14.11.2022).

© Захарова М.С.

УДК 796.03

Зубцов Николай Антонович
аспирант, Уральский Федеральный университет имени
первого Президента России Б. Н. Ельцина,
г. Екатеринбург

ШКОЛЬНЫЕ СПОРТИВНЫЕ КЛУБЫ КАК ИНСТРУМЕНТ ОТБОРА СПОРТИВНО-ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ В УСЛОВИЯХ ГАРМОНИЗАЦИИ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВА В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ, ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА

Zubtsov Nikolay Antonovich
postgraduate student, Ural Federal University named after the first President of Russia B.
N. Yeltsin,
Yekaterinburg

SCHOOL SPORTS CLUBS AS A TOOL FOR SELECTING SPORTS- GIFTED CHILDREN IN THE CONDITIONS OF HARMONIZATION OF LEGISLATION IN THE FIELD OF EDUCATION, PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Аннотация. Статья посвящена актуализации и поиску новых современных подходов к проблемам спортивно-образовательных организаций согласно обновленному законодательству Российской Федерации.

Abstract. The article is devoted to the actualization and search for new modern approaches to the problems of sports and educational organizations in accordance with the updated legislation of the Russian Federation.

Ключевые слова: *школьные спортивные клубы, спортивно-одаренные дети, гармонизация, спортивная подготовка.*

Keywords: *school sports clubs, sports-gifted children, harmonization, sports training.*

Из года в год уровень спортивных достижений в различных видах спортивной деятельности растет и требует поиска новых современных подходов к дальнейшему совершенствованию тренировочного процесса на всех его направлениях, а также поиска новых инструментов выявления спортивно-одаренных детей.

С 01 января 2023 года на территории Российской Федерации вступает в силу Федеральный закон №127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный

закон «Об образовании в Российской Федерации». Данный федеральный закон направлен на создание единого физкультурно-спортивного образовательного пространства, объединяющего всех детей, занимающихся спортом на базе организаций, независимо от их ведомственной подчиненности и организационно-правовой формы, так называемый процесс гармонизации. Главным условием реализации федерального закона будет являться сохранение возможности для подготовки спортсменов высшего мастерства, а также привлечения подрастающего поколения к систематическим занятиям физической культурой и спортом. В условиях гармонизации возрастает и важность более качественного отбора спортивно-одаренных детей.

Одаренность – это развивающееся в течение жизни личные качества человека, которые определяют возможность достижения им более высоких результатов в одном или нескольких видах деятельности, по сравнению с другими людьми. В настоящее время, говоря об одаренности, специалисты обычно рассматривают одарённых детей и интеллектуально-творческий потенциал каждого ребёнка. Очень трудно в начинающем спортсмене распознать будущего чемпиона. В этих условиях возрастает роль учителя физической культуры, который формирует спортивные способности, превращая их в талант, и своевременно направляет в спортивные школы [1].

Спортивная одаренность — это уникальное целостное состояние личности ребенка, большая индивидуальная и социальная ценность, которая нуждается в своевременном выявлении и поддержке, но не как средство обеспечения престижа школы, а как ценность самой одаренности ребенка. Спортивная одаренность растущего человека определяется исключительно совокупностью деятельностей, динамично развивающихся на протяжении соответствующих циклов его жизненного пути. Задача учителя физической культуры, для которого прежде всего важно оказать помощь в подготовке и выявлении одаренного ребенка. В задачи учителя входит: наблюдать за физическим развитием обучающегося; проведение анкетирований; общение с родителями; подведение итогов года и планирование предстоящего [6].

В работе с начинающими спортсменами как правило, большая часть времени уделяется детям, в той или иной степени уже проявившим свою одаренность. Так как высокие результаты демонстрирует относительно небольшая часть детей, но в тоже время у большей части детей остаются нереализованные возможности и потенциал, которые не проявили свои способности – оказались вне внимания педагога и потому не получают необходимой для развития одаренности помощи и поддержки.

Для более эффективного построения системы отбора спортивно-одаренных детей на базах общеобразовательных организаций создаются школьные спортивные клубы. По мнению авторов, школьные спортивные клубы – это важные, значимые социальные звенья, входящие в сферу современной физической культуры. В педагогике они рассматриваются как организации, которые создаются в качестве инструмента решения общественных задач и являются средством для достижения целей. Здоровый образ жизни должен стать потребностью ребёнка. Именно поэтому одним из направлений для привития здорового образа жизни подрастающего поколения, является организация школьного спортивного клуба. Деятельность школьных спортивных клубов имеет важное общественно-социальное значение для формирования устойчивости мотивационной позиции обучающихся, в отношении физической культуры и спорта, предотвращение возможности вовлечения их в антисоциальную деятельность, а также имеющие высокий потенциал в качестве инструмента выявления спортивно-одарённых детей [7].

Практика спорта и весь имеющийся к настоящему моменту опыт показывают, что эффективность функционирования системы выявления и подготовки одаренных детей и подростков, способных достичь высоких результатов в конкретных видах спорта на ранних стадиях подготовки, находится во многих спортивных дисциплинах на низком уровне. В первую очередь, об этом свидетельствует высокий отсев детей из спортивных секций на начальных этапах подготовки во многих спортивных дисциплинах, низкий процент детей, выполняющих контрольно-переводные нормативы при переходе

с одного этапа многолетней подготовки на другой. Так же нередки случаи применения не адекватных возрасту спортсмена нагрузок, приводящих юных спортсменов к травматизму и раннему уходу из спорта.

Именно поиск одаренных детей является основополагающим моментом для последующих успехов в спортивной отрасли. Этим обусловлена актуализация системы отбора и ориентации на современном этапе. Многие специалисты связывают спортивный отбор с заблаговременным распознаванием индивидуальной предрасположенности (в соответствии с задатками, способностями, одаренностью) к достижениям в каком-либо виде спорта [5].

Основными задачами по поддержке и развитию способностей у спортивно-одаренных детей являются: развитие спортивных способностей у детей; сопровождение и мониторинг их развития; организация и проведение спортивных мероприятий; достижение высокого уровня результатов в избранном виде спорта, интереса к спортивной деятельности; обеспечение условий для индивидуализации обучения, профессиональной ориентации, поддержки и сопровождения одаренных обучающихся в области физической культуры и спорта. Таким образом основной идеей работы по развитию одаренных детей должно являться объединение усилий педагогов, родителей, руководителей образовательной организации и других заинтересованных ведомств с целью создания благоприятных условий для реализации спортивного потенциала детей.

Система отбора спортивно-одаренных детей, созданная в виде школьных спортивных клубов является инструментом распределения занимающихся спортом по уровням резерва, позволяет не только обеспечить всем занимающимся возможность выбора, наиболее подходящего и соответствующего их потенциальным возможностям и способностям вида спорта, а также, что немаловажно, данный подход позволяет снизить негативные последствия для здоровья занимающихся, не имеющих способностей к занятиям тем или иным видом спорта. Занимаясь в школьных спортивных клубах у обучающихся появляется дополнительная возможность: развивать свои

физические качества; принимать участие в соревнованиях, создаваемых специально для участников школьных спортивных клубов; проявить себя как будущего чемпиона. Более того, данная категория занимающихся, будет иметь возможность своевременно приступить к другому, более подходящему им, виду деятельности. Занятия в детско-юношеских спортивных школах обеспечить такую возможность не могут, ведь их тренировочный процесс построен на достижение высоких спортивных результатов, в то время как у школьных спортивных клубов – на привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, так называемый массовый спорт.

Сочетание разнообразных и грамотно подобранных форм и методов работы с одаренными обучающимися на протяжении всего индивидуального образовательного маршрута по развитию способностей и спортивного потенциала будет являться залогом их дальнейшего самосовершенствования в избранном виде спорта, успешного самоопределения в жизни и профессиональной ориентации физкультурно-спортивного профиля [3].

Всесторонняя физическая подготовка и поддержание ее на долгое время на определенном уровне является важнейшей составляющей тренировочного процесса. Средствами подготовки обучающихся школьных спортивных клубов являются: гимнастика, легкая атлетика, плавание, лыжный спорт и другие виды упражнений. Для планомерной работы по этому направлению организуются специальные секции, проводят спортивные соревнования. Рассматривая данное направление можно отметить, что состав участников отделений стабилен, хотя и возможны переходы из одной секции в другую. В основном численный состав отделений составляет в среднем 18-20 человек, в школе, как правило, работают 2-5 секций спортивного направления [4].

Систематизация работы со спортивно одаренными детьми должна обеспечивать личностное развитие и успешность обучающихся, поддержку и развитие одаренных детей, их самореализацию, обеспечение каждому ребенку равных стартовых возможностей в реализации их интересов, стимулировании мотивации развития способностей, поддержке его талантов семьей. В этом

направлении развитие и поддержка спортивно одаренных детей должна стать одним из важнейших аспектов деятельности организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Важно отметить, что спортивно одаренные обучающиеся – это будущий спортивный резерв региона, страны, поэтому особая роль в выявлении одаренных детей принадлежит целой системе, выстроенной из: школьных спортивных клубов, спортивных школ, школ олимпийского резерва. При сочетании разнообразных форм и методов работы с обучающимися возможно обучить и подготовить высокомотивированного, целеустремленного, работоспособного и успешного спортсмена.

Список литературы

1. Мазниченко, М. А. Выявление и поддержка одаренных детей средствами сетевого взаимодействия / М.А. Мазниченко, Н.И. Нескромных, О.П. Садилова, С.В. Бревнова, Н.М. Григоращенко-Алиева, В.А. Фоменко // Вестник НГПУ. – 2021. – №2. – С. 7-31.
2. Меньшов И.В. Организация деятельности школьного спортивного клуба: учебно-методическое пособие / Меньшов И.В. – Чита: ЗабГУ, 2015. – 241 с.
3. Меньшов, И.В. Методические рекомендации по организации школьным спортивным клубом конкурсов на лучшую организацию спортивно-оздоровительной работы среди 1-11 классов: учеб.- метод. пособие / И.В. Меньшов. – Чита: 2021. – 80 с.
4. Меньшов, И.В. Организация школьного спортивного клуба на современной научной основе: учебного издания «организация деятельности школьного спортивного клуба» для здоровьесоблюдения и вовлечения в массовый спорт школьников 1-11 классов с целью укрепления и сохранения здоровья // Инновационная наука. – 2022.– №7-1. – С. 66-70.
5. Моргунова, Е.В. Выявление одаренного в спортивной деятельности ученика / Е.В. Моргунова // Universum: психология и образование. – 2014. – №2 (3).
6. Мушкина, И.А. Психолого-педагогическое сопровождение и поддержка спортивно одаренных детей: научные исследования и мнение тренеров / Мушкина И.А., Мазниченко М.А., Садилова О.П., Михалькова О.А. // ТиПФК. 2022. №6. – С. 44-45.
7. Самсыкина, Л. Н. Возможности городского школьного спортивного клуба в организации спортивных мероприятий микрорайона / Л.Н. Самсыкина // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. – 2013. – №33-2.

УДК 796.03

Иванова Светлана Юрьевна
К.п.н., доцент Кемеровский государственный университет, г. Кемерово
Шушакова Алёна Валерьевна
Студент института экономики и управления
Кемеровский государственный университет,
Кемеровская обл., г. Кемерово
Shushakova_olenka@Mail.ru

ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ДВИЖЕНИЕ СРЕДИ ШКОЛЬНИКОВ

Ivanova Svetlana Yurievna
Ph.D., Associate Professor, Kemerovo State University, Kemerovo
Shushakova Alyona Valeryevna
Student of the Institute of Economics and Management
Kemerovo State University,
Kemerovo region, Kemerovo
Shushakova_olenka@Mail.ru

MILITARY-PATRIOTIC MOVEMENT AMONG SCHOOLCHILDREN

Аннотация: в данной статье рассматриваются особенности военно-патриотического воспитания среди школьников. Это очень важный аспект во всей системе воспитания, поскольку подготавливает будущих защитников Отечества, поэтому необходимо изучить существующий опыт военно-патриотического воспитания молодёжи и наполнить его новым, соответствующим действительности содержанием, сохраняя при этом верность национальным традициям.

Abstract: this article discusses the features of military-patriotic education among schoolchildren. This is a very important aspect in the entire education system, since it prepares future defenders of the Fatherland, therefore it is necessary to study the existing experience of military-patriotic education of young people and fill it with new, relevant content, while maintaining loyalty to national traditions.

Ключевые слова: патриотизм, военно-патриотическое движение, школьники, молодёжь, воспитание.

Keywords: patriotism, military-patriotic movement, schoolchildren, youth, education.

Современное общество и быстро развивающиеся новые средства информации и технологии приносят не только облегчение труда и легкость получения информации, но и обуславливают у человека культ развлечений и потребительства, ложные жизненные ценности, что проявляется как безразличие, неуважительное отношение к государству, стремление к получению материальных благ и успеха любой ценой. Все вышеобозначенное обостряется с ухудшением социально-экономической обстановки в стране, а также возникновением новых угроз национальной безопасности.

Как отмечают Кулаков А.А. и Чуриков Ю.С., главная задача любого государства — это сохранение целостности и процветание его народа, воспитание патриотов, граждан правового демократического государства, обладающих чувством национальной гордости, гражданского достоинства, любви к Отечеству и своему народу. В истории России преодолевать невзгоды и трудности помогала сплоченность народа, патриотизм, любовь к Родине и своему народу, стремление бескорыстно служить отечеству [3]. Президент России Путин В. В. отметил, «...что патриотизм, любовь к семье и Родине являются основополагающими чертами российского общества, которые лежат в основе суверенитета страны».

Цель военно-патриотического воспитания - развитие гражданственности и патриотизма, как важнейших духовно-нравственных и социально значимых ценностей у молодежи; формирование профессиональных качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, особенно в процессе военной и других, связанных с ней, видов государственной службы, верности воинскому долгу в условиях мирного и военного времени, высокой ответственности и дисциплинированности [4].

В Советском Союзе существовал физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне», возрожденный в России в 2014 году. Во всех средних школах предмет «Начальная военная подготовка» (НВП) был обязательным для учащихся 9-10 классов - как мальчиков, так и девочек. В 1990 году было образовано Всесоюзное молодежное движение, которое занималось

военно-спортивными играми «Зарница», «Орленок», «Гайдаровец», организовало «Славу у Вечного огня», военно-патриотические клубы «Юный пограничник», «Зоргенец» и другие. В 1992 году оно было преобразовано в детско-юношескую добровольческую организацию «Движение юных патриотов». Деятельность движения направлена на патриотическое воспитание подрастающего поколения, приобщение юношей и девушек к истории Отечества. В ее рамках осуществляются программы по подготовке детей и подростков к военной службе, на базе воинских частей проводятся различные конкурсы и соревнования.

В 2016 году в России началась деятельность Всероссийского военно-патриотического движения «Юнармия», которое смогло объединить многие небольшие независимые друг от друга патриотические организации в одну большую команду, объединённую одной идеей. По словам Борисенко В.И., основной задачей общественного движения «Юнармия» является воспитание подрастающего поколения в военно-патриотических традициях [1]. Для этой цели молодые люди обучаются ряду военных и спортивных дисциплин, изучают историю родной страны, узнают про выдающихся российских учёных и полководцах прошлого.

29 октября 2015 года можно считать днём рождения движения «Юнармия». В этот день президент России Владимир Путин подписал указ о создании «Российского движения школьников», которое и стало прообразом «Юнармии». Но непосредственно начало движению «Юнармия» было заложено в то время, когда было создано «Движение юных патриотов», которое сменило пионерские организации в стране. Эта структура должна была быть связана с воинскими частями, военно-учебными заведениями, авиацией; флотом; спортивным клубом армии. Все вышеперечисленные организации должны оказывать «Юнармии» всяческое содействие и поддержку.

Общественное движение «Юнармия» создавалось с целью патриотического воспитания молодёжи, поскольку данная сфера после распада Советского Союза осталась разрушена. Богатейшая история советской пионерии

осталась невостребованной. Не секрет, что общественные организации, подобные пионерии, для подростков из неблагополучных семей являлись единственной отдушиной в их нелёгкой жизни. В 90-е годы, когда был глубокий экономический кризис, множество молодёжи пополнили ряды преступных группировок. Для того, чтобы исправить подобную ситуацию, и было создано «Российское движение школьников», которое не смогло привлечь значительную часть молодёжи.

Создавая «Юнармию», Сергей Шойгу подчеркнул, что цель создания этой организации - воспитать поколение патриотов, которые ведут здоровый образ жизни и способны, если необходимо, встать на защиту своей Родины. Вступление в «Юнармию» и получение берета «Юнармейца» в настоящее время является целью многих российских школьников. Современное стремление к вознаграждению патриотизма начато в правильном направлении, потому что, воспитав, новое поколение в духе уважения к российским традициям, можно достичь в будущем процветания, благополучия страны. В настоящее время 1 750 000 детей вовлечены в деятельность детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «Юнармия».

Задачами, которые ставятся перед «Юнармией», являются не только патриотическое воспитание молодёжи, но и поднятие престижа военной службы. Школьники больше узнают про различные армейские профессии, могут опробовать себя в роли военнослужащих. Кроме этого, члены «Юнармии» являются более здоровыми и физически развитыми, чем их сверстники. В наше время, когда компьютер заменил большинство игр на улице, проблема физического здоровья школьников как никогда стала актуальна. Задачей этого движения является не подготовка высококлассных воинов, а обучение школьников базовыми знаниями по обращению с оружием, как вести себя при возникновении боевого конфликта и прочим подобным вещам. Часто военно-патриотические организации типа организации «Юнармия» обвиняют в том, что только они излишне милитаризируют детей. На самом деле в этом нет ничего плохого. Гораздо хуже, когда, приходя в настоящую армию, новобранец не знает,

с какой стороны подойти к автомату. Не стоит рассказывать, будет ли толк из такого «бойца» в случае возникновения внезапной боевой угрозы. Здоровье современных детей не идёт ни в какое сравнение со здоровьем молодёжи лет на 15-20 больше [2]. Все физические нагрузки, которые испытывают в военно-патриотических играх, направлены на укрепление здоровья школьников. Если не уделять в раннем возрасте должного внимания физическому развитию, в 18 лет может быть уже поздно. «Юнармия» способна научить детей самостоятельности, дисциплине и организованности.

Основными формами деятельности детско-юношеского движения являются военно- спортивные игры, прочим спортивные игры по военно-прикладным видам спорта, Вахты памяти и марши по местам боевой славы, а также посты у Вечного огня, обелисков и мемориалов, волонтерская и общественная деятельность.

Лидеры организации ставят перед собой цель вырастить поколение, способное не только защищать Отечество с оружием в руках, но и отстаивать интересы России в мирных сферах. Юнармейцы активно изучают географию и историю России, ее народы, героев, полководцев и выдающихся ученых, проходят начальную военную подготовку.

Клятва юнармейца: «Клянусь стремиться к победам в учебе и спорте, вести здоровый образ жизни, готовить себя к служению и творчеству на благо Отечества, чтить память героев, сражавшихся за свободу и независимость нашей страны, быть патриотом и добропорядочным гражданином России.» Флаг «Юнармии», а также её эмблема представляют собой симбиоз советского пионерского знамени и орла, который символизирует новую Россию. Красный цвет фона и звезда на флаге недвусмысленно напоминают о пионерах советского периода. Министерство обороны Российской Федерации разработало специальную форму: бежевые брюки, ботинки, куртки и красные береты со знаком Юнармии - орлом.

Как показал анализ литературных источников, «Юнармия» направлена на:

1. Духовно-нравственное развитие

Раскрывается духовный потенциал личности и формируется нравственная позиция. Подростки получают ценностную ориентацию и воспитывают в себе доброту, сочувствие, совестливость, честность, верность, достоинство, любовь к Родине и культуре. Так же огромное внимание уделяется экологическому сознанию подростков и уважительному отношению к семье.

2. Социальное развитие

В рядах «Юнармии» формируются такие качества как: чувство ответственности за свои поступки и действия, инициативность, самостоятельность. Подростки учатся взаимодействовать друг с другом, выявляют и анализируют вопросы развития гражданского общества, находят пути их решения через реализацию социально значимых проектов. Воспитывается неравнодушие к проблемам общества, проблемам страны, проблемам окружающей среды.

3. Физическое развитие и спорт

Хорошая физическая подготовка и здоровый образ жизни являются отличительной чертой каждого юнармейца. Развивается физическая форма укрепляется здоровье, повышается сила, ловкость и выносливость. Благодаря участиям в разных соревнованиях и спортивных играх у юнармейцев воспитывается командный дух, идёт развитие навыков слаженного взаимодействия в коллективе.

4. Интеллектуальное развитие

Создаются условия для интеллектуального потенциала каждого воспитанника. Программы интеллектуального развития способствуют формированию у подростков различных типов мышления, умению анализировать исторические процессы и события, делать самостоятельные выводы и обобщения, а также развивают навыки ораторского мастерства, позволяющие легко и свободно общаться. Формируется мотивация к выполнению конституционного долга и происходит подготовка юношей к службе в армии.

В России «Юнармия» является не единственной военно-патриотической организацией. Сейчас в школах стали открываться специализированные кадетские классы, в которых изучается ряд следующих предметов:

1. История России;
2. Военное дело;
3. Строевая подготовка;
4. Начальная военная подготовка;
5. Основы безопасности жизнедеятельности и многие другие предметы.

В последнее время набирает популярность еще один проект о патриотическом воспитании старших детей. Это сдача нормативов ГТО, которая является аналогом советской военной игры «Зарница». Эта игра проводится на настоящих военных полигонах.

Современная попытка возрождения патриотизма начата в правильном направлении, ведь только, воспитывая с детства новое поколение в духе уважения к российским традициям, можно добиться процветания и благополучия страны в будущем. С современной молодёжью необходимо работать, потому что сейчас тема патриотизма становится все более актуальной. Это необходимо для того, чтобы обеспечить национальную безопасность государства. «Юнармия» является Всероссийским детско-юношеским военно-патриотическим общественным движением, которое делает важным шаг к выполнению плана мероприятий по повышению эффективности патриотического воспитания в стране.

Таким образом, можно сделать вывод, что сейчас, в достаточно беспокойно время, когда произошёл распад прежней системы ценностей, когда негативные факторы социальной среды всё больше начинают влиять на психику подростков, главной задачей становится противостояние всем этим негативным воздействиям и формирование у учащихся правильных жизненных ценностей и поведенческих навыков. На базах общеобразовательных школ организовываются юна армейские отряды, которые поддерживают и развивают

молодёжное движение. Благодаря созданию таких организаций происходит возрождение традиций военно-патриотического воспитания молодёжи.

Список литературы

1. Борисенко В.И. Всероссийское военно-патриотическое общественное движение «Юнармия»: процесс становления / Е.Н. Чернышева // Текст научной статьи по специальности «История и археология» – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vserossiyskoe-voenno-patrioticheskoe-obschestvennoe-dvizhenie-yunarmiya-protsess-stanovleniya>

2. Дятлова, Д. В. Актуальные проблемы патриотического воспитания российской молодежи на современном этапе на примере всероссийского движения «Юнармия» / Д. В. Дятлова, И. А. Дружинина, В. Л. Некишев. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 50 (236). — С. 325-327. — URL: <https://moluch.ru/archive/236/54900/> (дата обращения: 06.11.2022).

3. Кулаков А.А., Чуриков Ю.С. Аспекты патриотического воспитания современной молодежи: состояние проблемы // Вестн. Адыгей. гос. ун-та. Серия 3: Педагогика и психология. 2019. С. 19–24.

4. Шаваринский Б.М., Золотов И.В. Роль и место военно-патриотического воспитания как важнейшего направления патриотического воспитания молодежи в современных условиях // Воспитание в современной образовательной среде. 2021. С. 101–105.

© Иванова С.Ю., Шушакова А.В.

УДК 796.03

Ковалева Дарья Николаевна
магистрант,
Донской государственный технический университет,
Ростовская обл., г. Ростов-на-Дону,
Архипова Светлана Витальевна
учитель начальных классов,
МБОУ «Михайловская ООШ»,
Ростовская обл., г. Константиновск
Email: darya50591@yandex.ru

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ШКОЛЬНИКОВ КАК НЕОТЪЕМЛЕМАЯ ЧАСТЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Kovaleva Darya Nikolaevna
Master's student,
Don State Technical University,
Rostov region, Rostov-on-Don,
Arkhipova Svetlana Vitalievna
primary school teacher,
MBOU «Mikhailovskaya OOSH»,
Rostov region, Konstantinovsk
Email: darya50591@yandex.ru

PHYSICAL EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN AS AN INTEGRAL PART OF THE EDUCATIONAL PROCESS

Аннотация. В данной статье изучен ряд проблем физического воспитания детей, а также школьного спорта, в условиях современных общеобразовательных школ. В работе исследованы специфика учебного труда школьников, произведен анализ культуры «здорового поведения» детей, описана необходимость физического развития как способа укрепления здоровья обучающихся.

Abstract. This article examines a number of problems of physical education of children, as well as school sports, in the conditions of modern secondary schools. The paper examines the specifics of the educational work of schoolchildren, analyzes the culture of «healthy behavior» of children, describes the need for physical development as a way to strengthen the health of students.

Ключевые слова: *школьный спорт, физическая культура, ребенок, здоровье, физическое воспитание.*

Keywords: school sports, physical culture, child, health, physical education.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью образовательного процесса. Разумеется, в основном, она отвечает за физическое развитие школьников, так как школа старается оказывать всестороннее воздействие на растущий организм ребенка, желая, чтобы он гармонично развивался умственно и физически. Именно всесторонне развитый человек – это желаемый результат, в котором нуждается общество, так как в дальнейшем он сможет стать частью всеобщего развития [1]. Спорт и физическая культура – это мощные инструменты физического, а, следовательно, и психического развития ребенка. Нередки случаи, когда некоторые дети, не отличающиеся хорошими показателями здоровья, характера и физических качеств, занимаясь регулярно на уроках физической культуры, в последствие выросли крепкими, здоровыми, уверенными в себе и своих силах людьми. Не только физическое развитие требуется школьнику, физическая культура благотворно влияет на сложные умственные процессы, которые решают ключевую роль в освоении учебного материала. В первую очередь, физические упражнения влияют на такую способность человека, как внимание. Внимание в спорте выступает важной способностью, особенно при участии в спортивных играх, таких как, например, баскетбол. Учащемуся необходимо постоянно следить за мячом и одновременно за траекторией передвижения соперников, то есть удерживать в поле зрения под контролем сразу несколько объектов. Внимание в образовательной деятельности позволяет не упускать важные элементы, которые ведут к пониманию изучаемого предмета в целом. Ну и качественное выполнение домашних заданий и контрольных невозможно без проявления внимательности. Особенно, например, в математике [2]. Физическая культура является также фактором развития умственной работоспособности в целом, воображения, точности восприятия информации, логического мышления. Опять же, касаясь логического мышления, хорошим фактором развития являются спортивные

игры. Анализ ситуации на поле игры необходимо проводить быстро и точно, подбирая удачные варианты совершения движений.

Двигательные действия являются основой дальнейшей профессиональной деятельности школьников, так как во многих профессиях выносливость, точность движений, координация, ловкость являются определяющими. В дальнейшей жизни любому школьнику потребуются такие качества, как настойчивость, оптимизм, уверенность в себе и открытость. Физическая слабость, вызванная нехваткой двигательных действий, напрямую влияет на настроение, вызывая пессимистический взгляд на мир, замкнутость, неуверенность в собственных возможностях. Многолетний опыт педагогов физической культуры свидетельствует о том, что спорт является способом избавления от пессимистических мыслей, развития волевых качеств, чувства товарищества.

Научно-технический прогресс не стоит на месте, поэтому с каждым годом появляются новые возможности для усовершенствования методов обучения, умственная нагрузка постоянно растет, даже за пределами занятий, так как использование интернета предполагает быструю обработку некоторого количества информации. Человек постоянно находится в напряжении, что-то читая, отвечая на сообщения, просматривая новости, записи или что-либо подобное. Большую часть своего досуга школьники предпочитают организовывать дома с помощью компьютерных игр, просмотра телепередач или видео на соответствующих платформах.

Разумеется, напряжение и малоподвижный образ жизни напрямую сказывается на состоянии организма, вызывая его перегрузку, нехватку физической активности, ухудшая общее состояние здоровья. Поэтому хоть занятие спортом два раза в неделю на уроках физической культуры крайне необходимо каждому. Минимальная физическая нагрузка в разы способна благотворно повлиять на состояние здоровья, улучшить мозговую деятельность, размять мышцы и избавиться от лишнего веса, который стремительно может накапливаться, особенно в период полового созревания [3].

В результате активного занятия физической культурой, из школьника вырастает органично сформированная личность, которая сможет собственным примером изменить общество вокруг себя. Гармонично развитый физически человек в совершенстве имеет развитую мышечную, двигательную и нервную системы, без проблем ориентируется в пространстве, с легкостью решает сложные жизненные задачи в нестандартных условиях, адаптируется к изменениям окружающей среды и имеет гибкое, стройное и здоровое тело [4].

Твердость характера для школьника в его будущем может сыграть ключевую роль в определении его образа жизни. Характер может помочь человеку наилучшим образом устроить собственную жизнь, выстроить достойную карьеру и иметь престижную профессию. Человек, не имеющий внутреннего стержня, подвластен влиянию извне, его удобнее завербовать в незаконную деятельность, он не откажется от вредных привычек, стараясь во всем следовать новомодным тенденциям, пропагандирующим неблагоприятный образ жизни.

Список литературы

1. Архипова Д.Н., Планидин Е.С., Мавропуло О.С. Социально-правовое регулирование физической рекреации // Международный студенческий научный вестник. – 2016. – № 5-2.– С. 181-182.
2. Горлинская Е.Е., Планидин Е.С., Архипова Д.Н. Правовые аспекты развития социальных программ для людей с ограниченными возможностями здоровья. – 15 Межотраслевые проблемы формирования правовой культуры в молодежной среде. Сборник научных статей межвузовской студенческой научно-практической конференции. Министерство образования и науки Российской Федерации, Донской государственный технический университет, Факультет «Юридический». 2018. – С. 32-36.
3. Мавропуло О.С., Архипова Д.Н., Планидин Е.С. Здоровье как составляющая профессионального образования // Особенности государственного регулирования внешнеторговой деятельности в современных условиях: материалы III всероссийской научно-практической конференции: в 2 частях (г.Ростов-на-Дону, 17-18 ноября 2016 г.). Ростов н/Д, 2016. – С. 288-292
4. Мавропуло О.С., Архипова Д.Н., Планидин Е.С. Социально-правовые аспекты инклюзивного физического воспитания // Инновации: спортивная наука и практика Материалы Всероссийской с международным участием научно-практической конференции (п. Дивноморское, 26 сентября - 02 октября 2016 г.). Дивноморское, 2016, с.99-103

УДК 796.03

Кузнецова Мария Александровна
 Учитель физической культуры, руководитель спортивной секции
 ГКОУ «Котовская школа-интернат»
 Волгоградская обл., г. Котово,
 E-mail: marik3330@yandex.ru

Клостер Людмила Ивановна
 Воспитатель, руководитель спортивной секции,
 руководитель школьного спортивного клуба
 ГКОУ «Котовская школа-интернат»
 Волгоградская обл., г. Котово,
 E-mail: ludmilavlasenko@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В ГКОУ «КОТОВСКАЯ ШКОЛА- ИНТЕРНАТ»

Kuznetsova Maria Alexandrovna
 Physical education teacher, head of the sports section
 GKOU «Kotovskaya boarding school»
 Volgograd region, Kotovo,
 E-mail: marik3330@yandex.ru

Kloster Lyudmila Ivanovna
 Educator, head of the sports section,
 head of the school sports club
 GKOU «Kotovskaya boarding school»
 Volgograd region, Kotovo,
 E-mail: ludmilavlasenko@mail.ru

ORGANIZATION OF PHYSICAL CULTURE AND RECREATION AND SPORTS AND MASS WORK IN THE STATE EDUCATIONAL INSTITUTION «KOTOVSKAYA BOARDING SCHOOL»

Аннотация. Статья посвящена обзору положительного влияния физкультурно-оздоровительной и спортивно – массовой работы в ГКОУ «Котовской школе-интернате» на физическое, и психологическое развитие, и социализацию детей с ОБЗ. Одним из ключевых направлений определено здоровье школьников: именно в школьный период формируется здоровья человека на всю последующую жизнь.

Abstract. The article is devoted to the review of the positive impact of physical culture and recreation and sports mass work in the State Educational Institution «Kotovskaya boarding school» on the physical and psychological development and socialization of children with disabilities. One of

the key areas identified is the health of schoolchildren: it is during the school period that human health is formed for the rest of life.

Ключевые слова: физкультурно-оздоровительная работа, спортивно-массовая работа, соревнования, школа, дети с ОВЗ, двигательный режим.

Keywords: physical culture and recreation work, sports and mass work, competitions, school, children with disabilities, motor mode.

В современных условиях проблема здоровья детей приобретает глобальный характер. Здоровье ребёнка, определяется воздействием внешних и внутренних воздействий на его организм, с одной стороны, и возможностями самого организма противостоять этим воздействиям. Учащихся необходимо научить правильно и целесообразно выбирать средства и формы для формирования здорового организма.

Государственное казенное общеобразовательное учреждение «Котовская школа-интернат» реализует адаптированные основные общеобразовательные программы начального общего, основного общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Вариант 1, Вариант 2.

В образовательном учреждении 286 обучающихся имеют статус ребенка с ограниченными возможностями здоровья, 176 детей-инвалидов.

Приоритетным направлением в работе коллектива педагогов «Котовской школы-интерната» является физическое воспитание, сохранение и укрепление здоровья школьников с интеллектуальными нарушениями. Насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь, представленная физкультурно-оздоровительной работой в нашей школе, является важнейшим условием формирования здорового образа жизни. Здоровый образ жизни, положительное отношение к занятиям спортом и физической культурой закладывается в школьные годы. При всей значимости урока, как основы процесса физического

воспитания в школе главенствующую роль в приобщении к ежедневным занятиям физическими упражнениями учащихся, безусловно, принадлежит внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе. За ней будущее т. к. даже индивидуально-дифференцированный подход не даст такого положительного результата, который достигается правильно спланированной спортивно – массовой работой. Главной целью - является внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь и быт школьника.

Под спортивно-массовой работой понимается система действий, направленных на развитие личностных ресурсов, формирование позитивных стрессоустойчивых форм поведения, установок на здоровый образ жизни у школьников.

Цель физкультурно-оздоровительных мероприятий - активный отдых детей, оценка качества физического воспитания школьников, выявление наиболее подготовленных детей для участия в соревнованиях более высокого ранга, ориентирование школьников на здоровый образ жизни.

Школа-интернат имеет: 1 спортивный зал, 1 гимнастический зал, волейбольная и баскетбольная площадки, футбольное поле, беговые дорожки), уличные гимнастические снаряды. Спортивные залы оборудованы минимально необходимым спортивным инвентарем в соответствии с Требованиями к оснащению образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура».

В школе-интернате имеется дополнительное физкультурное оборудование (большой батут с сеткой, батут «Прыжок», степ-платформы, набивные мячи, инвентарь для настольного тенниса, эстафетно-игровой инвентарь, туннель, коврики гимнастические, набор фитболов, мягкий модуль «Валуны», игровой набор «Кузнечик», тактильная дорожка для здоровья, детская беговая дорожка (механическая), детская наклонная скамья, набор для бадминтона и др.).

Одна из важнейших задач учителя физической культуры в школе – повышение активности учащихся путем вовлечения их в различные формы внеурочных и внеклассных занятий и мероприятий.

Так, спортивно-оздоровительная работа в нашей школе включает в себя следующие формы:

Декада физической культуры и спорта. Декада проходит 1 раз в учебном году в сентябре месяце и длится 2 недели. Сюда входят различные экскурсии по спортивным инфраструктурам города Котова; подвижные игры на свежем воздухе, весёлые старты, изготовление и распространение буклетов о ЗОЖ и спорте, агитационные мероприятия для привлечения учащихся школы в спортивные секции.

Режимы двигательной активности на уроке, перемене и в отрядное время. В школе-интернате реализуются различные режимы двигательной активности: педагоги ежедневно проводят утреннюю гимнастику; в зависимости от погодных условий после 3 урока организуют динамические перемены на свежем воздухе в виде подвижных игр; во время уроков обязательно проводят физкультминутки или динамические паузы, а иногда «минутки покоя», снижающие стрессогенные воздействия учебно-воспитательного процесса, психоэмоционального напряжения.

Для оздоровления детского организма воспитатели с воспитанниками проводят 2 раза в неделю дыхательную гимнастику А.Н. Стрельниковой и самомассаж. Ежедневно после утренней гимнастики воспитатели организуют ходьбу воспитанников по массажным коврикам с целью профилактики плоскостопия. В школе-интернате организовано ежедневное закаливание в виде обширного умывания, ходьбы босиком, вечернего контрастного обливания ног.

В учреждении функционирует школьный спортивный клуб «Олимп», с целью вовлечения обучающихся с интеллектуальными нарушениями к занятиям физической культурой и спортом, развития и популяризации школьного спорта. Клуб «Олимп» имеет свою символику: эмблему, девиз.

В рамках клуба функционируют следующие спортивные секции: «Пионербол», «Мини-футбол», «Настольный теннис», «Легкая атлетика», «Спортивные танцы». Спортивные секции - создаются для учащихся, желающих регулярно заниматься тем или иным видом спорта. До зачисления в секцию учащиеся обязательно проходят медицинский осмотр у школьного врача. Тренировки проходят после уроков, занятия длятся 45 минут. В заключительной части каждой тренировки используем упражнения на растяжку и восстановления дыхания. На секциях используем комплексы дыхательной гимнастики, направленные на выработку правильного дыхания [2], предложенные заслуженным мастером спорта Овсянниковым Н.А. Упражнения на «спокойное дыхание», на полное расслабление и восстанавливаемость организма после различных нагрузок используем на завершительном этапе тренировок. В начале и в конце года дети, посещающие секции, сдают тесты. Измерение или испытание, проводимое для определения состояния или способностей спортсмена, называется - тестом. Процедура выполнения теста называется тестированием, результатом исследований тестирования является численное значение, полученное в ходе измерений [1]. Мониторинг демонстрирует наибольшую востребованность спортивных секций обучающимися школы – 60% от общего числа детей. Занятия в секциях спортивной направленности влияют на результаты участия школьников в соревнованиях различного уровня.

Из членов школьного спортивного клуба формируются команды по видам спорта и обеспечивается их участие в соревнованиях различного уровня. Так, спортивные команды ежегодно принимают участие в областной Спартакиаде для детей с ОВЗ, в региональных областных соревнованиях Е. Исинбаевой «Каждый ребенок достоин пьедестала», во Всероссийском дне бега «Кросс нации», товарищеских встречах с учащимися других школ. Участие в соревнованиях стимулируют учащихся к систематическим, регулярным занятиям спортом и являются эффективной формой пропаганды физической культуры и спорта среди воспитанников школы-интерната.

В школе-интернате педагоги школьного спортивного клуба «Олимп» проводят 1 раз в месяц спортивно-оздоровительный час – это проводимые в режиме учебного дня занятия физическими упражнениями на открытом воздухе. Структура спортивного часа (по В.К. Шурухиной) состоит из трех частей. Первая часть – подготовительная (10 – 15 мин): построение; организационные указания воспитателя; ходьба и медленный бег на 300 – 500 м по площадке в колонне по одному; общеразвивающие упражнения во время ходьбы, или в круге, или в игре. Вторая часть – основная (30 – 40 мин): общие для всех детей подвижные игры, эстафеты, спортивные развлечения или самостоятельные игры в парах, небольшими группами. Главное условие – все дети должны быть включены в активное движение. Третья часть – заключительная (5 – 7 мин): общее построение школьников; спортивная ходьба по площадке или несколько упражнений на внимание, чтобы привести организм детей в относительно спокойное состояние.

Так же педагогами и членами клуба «Олимп» регулярно проводятся массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, например, спортивные соревнования «Быстрее, выше, сильнее», соревнования по скиппингу, зимние эстафеты «Девчонки и мальчишки», турнир по настольному теннису, легкоатлетический забег, соревнования по подвижным играм «Пионербол» и «Снайпер» и др.

Под руководством педагогов школьного спортивного клуба «Олимп» учащиеся активно принимают участия во Всероссийских, региональных фестивалях, конкурсах и акциях. Наиболее памятными и плодотворными стали работы детей в следующих мероприятиях:

- всероссийская акция «О спорт, ты - мир!» в поддержку спортсменов Российской Федерации в рамках проведения «Всероссийского марафона детства». Разработан видеоролик с добрыми пожеланиями, мотивирующими на победу российских спортсменов (2 место).

- региональный фестиваль «Школа-планета ЗОЖ». Разработан социальный видеоролик (3 место).

- региональный конкурс видеороликов «Зарядись с утра здоровьем» посвящённом всемирному дню здоровья (1 место).

Одной из мер физического развития детей последнего времени стало введение нормативов ВСФК ГТО. Поэтому педагоги школьного спортивного клуба «Олимп» готовят ребят к сдаче нормативов ГТО. Первый отборочный этап проходит на базе школы-интерната «Первые шаги к ГТО», второй этап проходит на базе МБУДО «Котовская детско-юношеская спортивная школа» Победители награждаются удостоверением от МС РФ и значком по ступеням. Каждый год воспитанники клуба получают золотые и серебряные значки.

Один раз в год в школе-интернате проводится «День здоровья».

Таблица 1

Организационная схема проведения «Дня здоровья»

	1-й четверг месяца	2-й четверг месяца	3-й четверг месяца	4-й четверг месяца
1 – 4 класс	Массовый спортивный праздник	Массовое воспитательное мероприятие	Психолого- педагогический тренинг	День коллектива
5 – 7 класс	Массовое воспитательное мероприятие	Психолого- педагогический тренинг	День коллектива	Массовый спортивный праздник
8 – 9 класс	Психолого- педагогический тренинг	День коллектива	Массовый спортивный праздник	Массовое воспитательное мероприятие

Руководитель школьного спортивного клуба «Олимп» ежегодно в мае проводит мониторинг развитости физических качеств воспитанников, мотивации обучающихся к занятиям физической культурой, определение эффективности физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности образовательного учреждения.

Список литературы

1. Введение в научное исследование по педагогике./Под ред. В.И.Журавлёва. - М.: Просвещение, 1988. – 239с.
2. Овсянников Н.А.. Дыхательная гимнастика. - М., 1987. - 207 с.

3. Рубцова Н.О. Организация и методика физического воспитания инвалидов с нарушением интеллекта. М.: РГАФК. 2005 С. 68

© Кузнецова М.А., Клостер Л.И.

УДК 796.03

Лухманов Андрей Викторович
учитель физической культуры
школа №11, г. Североуральск
E-mail: irinaluhmanova@mail.ru

ОПЫТ ЗАНЯТИЙ БАСКЕТБОЛОМ В ШКОЛЬНОМ СПОРТИВНОМ КЛУБЕ

Lukhmanov Andrey Viktorovich
physical education teacher
school No. 11, Severouralsk
E-mail: irinaluhmanova@mail.ru

BASKETBALL EXPERIENCE IN THE SCHOOL SPORTS CLUB

Аннотация. В статье обобщен опыт занятий баскетболом в школьном спортивном клубе, проблемы и достигнутые результаты. В последние годы все более актуальной становится проблема здоровья подрастающего поколения. Как показывают многочисленные исследования, дети испытывают дефицит двигательной активности. В данной публикации представлен один из способов решения данной проблемы.

Abstract. The article summarizes the experience of basketball lessons in a school sports club, problems and achieved results. In recent years, the problem of the health of the younger generation has become more and more urgent. As numerous studies show, children experience a lack of motor activity. This publication presents one of the ways to solve this problem.

Ключевые слова: баскетбол, обучающиеся, физические качества, двигательная активность.

Keywords: basketball, students, physical qualities, motor activity.

Физическая культура и спорт – это не только здоровье и физическое развитие человека. необходимо, чтобы она стала образом жизни. Отсутствие двигательной активности особенно стало актуальным в связи с переходом на два

урока физической культуры. Одним из решений данной проблемы стало создание школьного спортивного клуба. Каждый ребенок может попробовать себя в различных видах спорта и остановиться на наиболее интересном для него.

Среди средств физического воспитания важное место занимают спортивные игры. Одной из самых интересных является баскетбол. Он способствует формированию и развитию основных физических качеств.

Многие считают, что, для того чтобы стать успешным баскетболистом, достаточно лишь иметь высокий рост и желание заниматься этим видом спорта. Вовсе нет. Самое важное – систематические тренировки. И рост не всегда имеет важное значение. История знает многих великих баскетболистов маленького роста. Например, игрок национальной баскетбольной ассоциации Эрл Бойкинс имел рост 165 см.

На своих занятиях мы обращаем внимание детей на изучение теории, правил игры, методы и способы развития навыков, схемы движения и подготовку организма к игре. Тренировка – это не только игра, но и выполнение упражнений на силу, выносливость, ловкость, скорость.

Баскетбол – это не только физическая, но и умственная игра. Нужно безошибочно выбрать действие которое наиболее удачно в данный момент. Игрок непрерывно анализирует действия противников, ищет удачный момент для броска или перехвата мяча. Начинающие баскетболисты знакомятся с существующими тактиками, определяют, когда они полезны, в каких конкретных ситуациях применимы.

Помимо тренировок в зале для баскетболистов с командой под руководством тренера, спортсмен обязательно находит время для личного самосовершенствования. Это занятия дома, на улице и в тренажерном зале.

На тренировках используются различные упражнения. Чтобы четко ловить и передавать мяч, обучающийся должен чувствовать его и предугадывать движение. Для этого выполняются упражнения со стеной: броски мяча в стену различными способами, броски мяча с поворотом, броски с шагами, броски на

различную высоту и расстояние, броски с ускорением. После отработки упражнений со стеной переходим к их повторению в парах.

Следующим направлением обучения является умение обучающегося вести мяч, не фокусируя на нем взгляда. Для этого выполняем отбивание мяча от пола левой-правой рукой стоя, сидя, лежа на разных высотах. Ведение мяча со сменой направлений и темпа и с поворотами и ведение двух мячей одновременно.

Также в тренировки необходимо включать упражнения на развитие силы. Самое простое для выполнения – сгибание, разгибание рук в упоре лежа. Для развития гибкости помимо простых упражнений, включаем упражнение на развитие мобильности ног: исходное положение упор лежа; правой ногой делаем как можно больший шаг вперед и ставим правее кисти; задерживаемся на три секунды; сгибаем руки, касаясь локтями пола; исходное положение; повторение 10 раз.

Немаловажное значение имеют упражнения на развитие ловкости, выносливости и скорости. Эти качества развиваем методом круговой тренировки с изменением времени выполнения упражнения и отдыха.

Конечный результат игры в баскетбол – забросить как можно больше мячей в корзину соперника. Программа тренировок обязательно включает в себя упражнения на умение забрасывать мяч в корзину с различных расстояний. Начинаем обучение с повторения упражнений: броски мяча в корзину двумя руками; броски от плеча стоя и в движении; броски мяча с различных углов; ведение мяча с броском; Бросок мяча с ударом об щит. На следующем этапе ставим перед обучающимися конкретные цели: добиться максимального количества попаданий из установленного числа бросков.

Каждая тренировка включает в себя учебную игру, в которой отрабатываются изученные элементы, схемы взаимодействия и взаимопонимание между игроками.

Проверяем полученные умения и навыки с помощью соревнований. Правильность выбранной методики подтверждается успехами на соревнованиях различного уровня. Команда спортивного клуба на протяжении четырех лет

выигрывает все соревнования по баскетболу в Североуральском городском округе. Наилучших результатов обучающиеся достигают к 9-11 классу. Каждый год происходит обновление состава занимающихся, в связи с выпуском из школы, но это не мешает показывать результаты за счет пополнения и роста мастерства обучающихся младшего возраста.

Занятия баскетболом в спортивном клубе на данном этапе решают проблему дефицита двигательной активности. Дети, занимающиеся в спортивном клубе, свободное время проводят на спортивной площадке школы, самостоятельно оттачивая мастерство и привлекают своих сверстников к занятиям физической культурой.

Список литературы

1. Баскетбол: Учебник для вузов физической культуры//Под.ред.Ю.М.Портного – М:Физкультура и Спорт 1997
2. Виленский М.Я. Социально-педагогические детерминанты формирования здорового образа жизни. Теория и практика физической культуры. 1994-№9
3. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и Спорт 1991.

© Лухманов А.В.

УДК 796.03

Мезенцева Инна Владимировна
Руководитель физического воспитания
Палласовский сельскохозяйственный техникум,
Волгоградская обл., г.Палласовка
inna-45@list.ru

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ - ОСНОВА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Mezentseva Inna Vladimirovna
Head of Physical Education
Pallas Agricultural College,
Volgograd region, Pallasovka
inna-45@list.ru

PHYSICAL CULTURE AND SPORTS ARE THE BASIS FOR THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE

Аннотация. В представленной статье автор пытается показать необходимость вести здоровый образ жизни, что особенно важно в молодёжной среде, так как именно молодёжь олицетворяет собой воспроизводственный потенциал нации. От состояния здоровья молодых людей зависит не только будущее страны в ближайшей перспективе, но и её история.

Abstract. In the presented article, the author tries to show the need to lead a healthy lifestyle, which is especially important in the youth environment, since it is the youth who personifies the reproductive potential of the nation. Not only the future of the country in the near future, but also its history depends on the health of young people.

Ключевые слова: *здоровый образ жизни; молодёжь; спортивные площадки; уличный спорт; физическая культура.*

Keywords: healthy lifestyle; youth; sports grounds; street sports; physical culture.

В современной политике государства в настоящее время все больше внимания уделяется физической культуре и спорту, как первооснове формирования здорового образа жизни. Актуальность представляемой статьи

крайне важна. Такие негативные проявления как курение, алкоголизм, а зачастую и наркомания, навязываются нам преломленным толкованием нормальной жизни через фильмы и рекламу. К сожалению, негатив увлекает, прежде всего, молодых людей, которые в силу возрастных особенностей не в полной мере понимают последствия табачной, алкогольной и наркозависимости. Данная проблема может быть решена исключительно при условии, что будут объединены усилия всего общества.

Сегодня как никогда необходима целенаправленная профилактическая работа по воспитанию у детей, подростков, студенчества личной ответственности за собственное здоровье, формирование потребности соблюдать правила здорового образа жизни и сознательно отказываться от вредных привычек [8]. Так, президент РФ В.В. Путин в своем ежегодном Послании Федеральному Собранию РФ подчеркнул, что «важнейшее направление – развитие физической культуры и спорта, особенно среди молодёжи. [5].

Уменьшить число молодых людей, которые употребляют алкоголь и наркотики, можно только создав условия, в которых бы отсутствовали эти негативные явления. В настоящее время на региональном уровне правительством Волгоградской области утверждена Государственная Программа «Развитие физической культуры и спорта в Волгоградской области» [6], общий объем финансирования которой составляет 4775374,7 тыс. рублей. Актуальность создания данной Программы состоит в том, что в Волгоградской области в 2016 только 33,8% людей, в том числе и молодого возраста, из общей численности населения региона, регулярно занималось физической культурой и спортом [4]. Поэтому одной из целей Программы является «создание условий, обеспечивающих возможность систематически заниматься физической культурой и спортом, путем развития инфраструктуры спорта» [4]. В данном случае мы говорим о площадках для занятия уличным спортом, которые способны решить многие проблемы, связанные с формированием здорового образа жизни.

В настоящее время, благодаря фонду Елены Исинбаевой [1] и фонду помощи детям «Обнажённые сердца» Натальи Водяновой на территории города Волгограда построены и функционируют многофункциональные спортивные площадки. Расположены они в разных районах города (например, в Ворошиловском находятся на территории школы № 48 и школы № 21, в Дзержинском районе находятся на территории лицея № 7, п. Аэропорт, по ул. Полесской, 3а (Жилгородок) и др.). Кроме прочего в городе Волгограде на улице Мира, 5а, в Комсомольском саду в октябре 2016 года был построен крупнейший игровой парк, площадью более 2500 кв.м. Около 370 кв. метров парка отведено под спортивную зону для воркаута и параворкаута. Особенностью парка является то, что во всех игровых зонах есть оборудование, приспособленное для детей, подростков и взрослых людей с ограниченными возможностями здоровья, т.е. парком могут пользоваться дети и молодые люди с особенностями развития.

Все спортивные объекты, построенные при поддержке фондов бесплатны для всех, кто желает вести здоровый образ жизни. На площадках регулярно проводятся открытые тренировки, мастер-классы, показательные выступления, сдача нормативов ГТО, что, безусловно, оказывает положительное влияние на молодёжь и способствует здоровому образу жизни [7].

Тенденции развития уличного спорта в РФ реализованы государственными программами также в Санкт-Петербурге, Краснодаре, Московской, Сахалинской, Нижегородской областях, республике Мордовия [2]. В то же время если обратиться к субъектам, то дела обстоят не настолько положительно, хотя сдвиги в данном направлении всё же есть. К примеру, в Палласовском районе Волгоградской области в настоящее время не все желающие могут приобщиться к спорту из-за недостаточной оснащённости спортивных сооружений [3]. В данном регионе, а именно в селе Савинка, установлены 4 детские спортивные площадки и, несмотря на то, что в планах региона строительство универсального спортивного зала – это только планы! Палласовский район за последние годы не отличился динамикой строительства спортивных площадок для населения, хотя потребность в этом есть. Так, доля населения, систематически занимающегося

физической культурой и спортом, составляет там 26,4% [3], а согласно Стратегии развития физической культуры и спорта в России, удельный вес населения, которые должны систематически заниматься физической культурой и спортом, должен возрасти до 40%. На наш взгляд, одним из решений в этом вопросе может стать положительный опыт областного центра - г. Волгограда.

В современном прогрессивном обществе с его быстро изменяющимися условиями среды, скоротечностью процессов, многообразием контактов, всеобщей компьютеризацией, человек подвержен стрессам, гиподинамии, нервным расстройствам, то есть всему тому, что способствует нервному и физическому истощению. Здоровый образ жизни в данной ситуации становится противовесом, обеспечивающим нормальное существование организма и способствующим профилактике многих негативных явлений, в том числе наркомании, табакокурению, алкоголизму. Физические упражнения способны выступить тем щитом, который предотвратит омоложение заболеваемости и обеспечит активное долголетие и полноценное выполнение трудовых, общественных, семейно-бытовых и досуговых функций в жизнедеятельности молодых людей.

Общедоступность уличного спорта, пропаганда занятий спортом – это шаг к оздоровлению нации, важнейшая составляющая здорового образа жизни, предпосылка отказа от вредных привычек, залог увеличения периода активного выполнения социальных функций. Всё это неременное условие для формирования того, чтобы здоровый образ жизни стал естественным образом жизни молодых людей.

Список литературы

1. Благотворительный фонд Елены Исинбаевой [Электронный ресурс]. URL: <http://isinbaeva-fund.com>, (дата обращения: 11.11.2017).
2. Кожин А.В. Уличный спорт как фактор развития брендинговой стратегии «Саранск-спортивный» [Электронный ресурс] /А.В. Кожин, И.Н. Пронина // Огарёв-Online. - 2014. - №17 (31). –С. 11.
3. Палласовский муниципальный район Волгоградской области. Официальный сайт. [Электронный ресурс] Режим доступа <http://admpallas.ru/administraciya/ekonomika-i-finansy/ekonomika/prognoz/2/>. (дата обращения 11.11.2017).

4. Паспорт государственной программы Волгоградской области «Развитие физической культуры и спорта в Волгоградской области» [Электронный ресурс]. Режим доступа <http://docs.cntd.ru/document/410804218> (дата обращения: 11.11.2017 г.).

5. Послание Президента Федеральному Собранию 12 декабря 2012 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://kremlin.ru/events/president/news/17118>. (дата обращения: 11.11.2017 г.).

6. Постановление Правительства Волгоградской области от 16 декабря 2013 г. № 746-П «Об утверждении Государственной Программы Волгоградской области «Развитие физической культуры и спорта на 2014-2018 годы» // Доступ из правовой системы «Гарант»,

7. Фонд помощи детям «Обнажённые сердца» [Электронный ресурс]. URL: <http://www.nakedheart.org/ru>, (дата обращения: 11.11.2017).

8. Хевронина А.Н., Боронина Е.В. Пропаганда здорового образа жизни как средство профилактики вредных привычек среди подростков и молодежи // Современная психология: материалы V Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2017 г.). — Казань: Бук, 2017. - С. 1-4

© Мезенцева Л.В.

УДК 796.03

Молчанова Лидия Васильевна
Учитель физической культуры МАОУ гимназия №9
Пермский край, г. Березники
lidiya1ber@yandex.ru

СПОРТИВНО-ПАТРИОТИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ В ВОЕННО – ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ

Molchanova Lidiya Vasilyevna
Physical education teacher MAOU gymnasium No. 9
Perm krai, Berezniki
lidiya1ber@yandex.ru

SPORTS AND PATRIOTIC DIRECTION IN MILITARY –PATRIOTIC EDUCATION OF SCHOOLCHILDREN

Аннотация. Воспитание патриота своей Родины во все времена является приоритетной задачей государства, а в настоящее время требует научного осмысления и выработки конкретной программы действий по созданию стройной системы патриотического воспитания школьников в государственных учреждениях общего образования. В настоящей статье предпринята попытка рассмотреть возможные подходы к осуществлению процесса спортивно- патриотического воспитания.

Abstract. The education of a patriot of his Homeland has always been a priority task of the state, and currently requires scientific understanding and the development of a specific action program to create a coherent system of patriotic education of schoolchildren in state institutions of general education. This article attempts to consider possible approaches to the implementation of the process of sports and patriotic education.

Ключевые слова: образование, физическая культура и спорт, патриотическое воспитание, личность, система образования.

Keywords: education, physical culture and sports, patriotic education, personality, education system.

Российский патриотизм и интернационализм невозможно рассматривать в отрыве друг от друга. Сегодня сущность военно-патриотического воспитания

состоит в *выработке гибкой системы*, на основании которой следует вести целенаправленную работу по формированию у молодежи любви и преданности Родине, чувства уважения к ратному труду, воинской службе, к героическим традициям российского народа и его Вооруженных Сил.

Цели и задачи военно-патриотического воспитания школьников

Военно-патриотическое воспитание — многоплановая, систематическая, целенаправленная и скоординированная деятельность по формированию у школьников высокого патриотического сознания, возвышенного чувства верности к своему Отечеству, готовности к выполнению гражданского долга, важнейших конституционных обязанностей по защите интересов Родины.

Военно-патриотическое воспитание является той областью деятельности, которая формирует чувства, мысли, идеи, понятия, поступки, связанные с защитой своего Отечества.

Патриотическое воспитание подрастающего поколения всегда являлось одной из важнейших задач современной школы. Под патриотическим воспитанием понимается постепенное и неуклонное формирование у учащихся любви к своей Родине. Патриотизм - одна из важнейших черт всесторонне развитой личности.

Военно-патриотическое воспитание молодежи имеет **четыре основных направления:**

- идейно-политическое;
- морально-психологическое;
- физическое воспитание;
- военно-техническая подготовка.

Остановлюсь подробнее на одном из четырех направлений: Физическое воспитание, а точнее спортивно-патриотическое направление в воспитании школьников.

Спортивно-патриотическое воспитание как одно из приоритетных направлений государственной политики в сфере физической культуры и спорта РФ

Вследствие значительных изменений в российском обществе в настоящее время особенно актуальна проблема дальнейшего развития общества, его различных сфер, в том числе и сферы физической культуры и спорта, определения стратегически важных направлений государственной политики в социальной сфере.

Наиболее сложным и вместе с тем первостепенным по необходимости его разрешения вопросом остается вопрос определения приоритетов в воспитании личности гражданина.

В последние годы в российском обществе нарастает тревога за судьбу детей, подростков и молодежи, что выражается в следующих основных характеристиках:

- дальнейшей нравственной деградации поколения в целом, выраженной в снижении нравственного порога допустимого;
- резкий даже по сравнению с нынешним взлет наркомании, алкоголизма практически во всех слоях общества, переход данного явления в неуправляемый режим и как следствие - разрушение генофонда;
- реальный разрыв преемственности поколений не только по идеологическим, но и по нравственным характеристикам.

В итоге, в основной массе молодежи и что самое существенное в данной ситуации – утрата молодежью способности соответствовать стратегическим векторным тенденциям развития общества, потеря роли лидирующей группы общества, следовательно, и функции стратегического резерва.

В настоящее время воспитательное воздействие осуществляется большим числом социальных и политических институтов. К ним относятся: семья, СМИ, система образования, государственная власть, религиозные концессии, политические партии, институт предпринимательства, система физической культуры и спорта.

В силу своей специфики спорт и физическая культура обладают огромным воспитательным потенциалом, являются одними из мощнейших механизмов формирования таких мировоззренческих оснований личности, как

гражданственность и патриотизм, и рассматриваются как спортивно - патриотическое воспитание.

Спортивно-патриотическое воспитание - многоплановая, систематическая, целенаправленная и скоординированная деятельность государственных органов, общественных объединений и организаций по формированию физически и духовно развитой личности, морально стойкой, способной реализовать творческий потенциал, обладающей высоким уровнем гражданственности, патриотизма, готовой к выполнению конституционного долга.

Цель спортивно-патриотического воспитания - развитие у детей и молодежь и гражданственности, и патриотизма как важнейших духовных, социально значимых ценностей личности, развитие высокой работоспособности, формирование у нее профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества.

Физические упражнения как средство спортивно-патриотического воспитания

Большую роль в становлении личности играют физическая культура и спорт. В силу своей специфики спорт и физическая культура обладают огромным воспитательным потенциалом, являются одними из мощнейших механизмов формирования таких мировоззренческих оснований личности, как гражданственность и патриотизм, и рассматриваются как спортивно-патриотическое воспитание. Кроме того, спортивно-патриотическое воспитание ориентировано на пропаганду военных профессий, на воспитание гордости за героические поступки предков.

Цель спортивно-патриотического воспитания - развитие у детей и молодежи гражданственности и патриотизма как важнейших духовных, социально значимых ценностей личности, развитие высокой работоспособности, формирование у подрастающего поколения глубоко патриотического сознания, идей служения Отечеству и его вооружённой защите, воспитание чувства гордости за наше оружие, уважение к его военной истории, стремление к военной службе, сохранение и приумножение его воинских традиций.

Воспитание в человеке высоких моральных, волевых, эмоциональных, коммуникативных качеств означает оздоровление общества. Физическая культура является единением физического и духовного в человеке, формированием культуры движений, образа жизни и способа развития личности. Физическая культура и спорт являются одним из аспектов гражданско-патриотического воспитания.

Собственно, физическая культура и спорт выступают как мощное средство социального становления личности, активного совершенствования индивидуальных, личностных качеств, а также двигательной сферы. Таким образом, физическая культура и спорт выступают важнейшим условием, а физическое воспитание - важнейшим средством разностороннего развития личности.

Занятия спортом оказывают влияние на развитие следующих сторон интеллекта: внимания, наблюдательности, находчивости и быстроты. Занятия физической культурой и спортом способствуют улучшению умственной работоспособности. Положительное влияние оказывает чередование характера деятельности, смены умственной и физической работы, а также применение физических нагрузок, которые, даже непродолжительные, позитивно влияют на протекание психических процессов.

Наряду с сохранением и укреплением здоровья, повышением уровня физической подготовки одной из задач физической культуры и спорта является воспитание морально-волевых качеств, привитие потребности физического и нравственного совершенствования.

Функции детского организма, правильное психическое и умственное развитие подростков формируются с помощью любой из групп физических упражнений:

- игры;
- гимнастика;
- занятия туризмом;
- любой из видов спорта.

Каждый из видов деятельности связан с различными физическими упражнениями, которые, наряду с оздоровительными силами природы, многими гигиеническими факторами, помогают достигать основных целей физического воспитания.

Увлеченность подрастающего поколения спортом в противовес пиву и курению – главная забота родителей, учителей. Достижения на больших аренах вырастают из школьного спорта, где на уроке физкультуры учитель даёт основы техники движений, на практике объясняет понятия скорости, ускорения, рассказывает о позах, положениях тела, даёт каждому из ребят адекватную его возрасту, полу физическую нагрузку.

Для пока непрофессиональных спортсменов важны внешние комфортные условия: определенная температура, влажность воздуха, санитарные условия помещения. Учитель обязательно должен учитывать состояние пришедших на занятия: насколько они устали, не пугает ли их обстановка проведения тренировок, какие-то из снарядов. Нагрузки дозируются, они не должны приносить вред здоровью.

Важно, особенно для младших, чтобы занятия проходили в игровой форме, на них присутствовал соревновательный дух, чтобы учитель, кроме указаний и команд, использовал пояснения, беседы, сам демонстрировал правильное выполнение упражнений.

В общей системе образования спортивно-патриотическое направление становится одним из наиболее важных. Поэтому так значимы информационная политика, методическое обеспечение. Структурам, ответственным за сферу воспитания молодежи, стоит уделить внимание кадровой политике, развитию нормативно-правовой базы, относящейся к орбите физической культуры и спорта.

Одним из ключевых направлений этой деятельности в школе является создание условий для воспитания и развития личности гражданина и патриота России. А также возрождение комплекса ГТО, целью которого является дальнейшее повышение уровня физического воспитания и готовности людей, в

первую очередь молодого поколения к труду и обороне. Именно так закладывается сейчас фундамент для будущих достижений страны в спорте и обороне.

Целью данной деятельности является воспитание патриотизма и чувства гордости и уважения к нашим героическим предкам и сегодняшним защитникам Отечества; повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья и всестороннем развитии личности.

Для реализации этих целей в школе решаются следующие задачи:

- пропаганда среди подростков и молодежи здорового образа жизни через оздоровительные, спортивные и спортивно-патриотические мероприятия;
- развитие чувства уважения к старшему поколению и его героическому прошлому;
- мотивация ребят к службе в Вооруженных силах России;
- Создание условий для физического развития учащихся, развитие чувства ответственности за свое здоровье и образ жизни, создание условия для занятий спортом;
- привлечение учащихся и родителей к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

В рамках данной деятельности в школе регулярно проводятся следующие оздоровительные, спортивные и спортивно-патриотические мероприятия:

ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

1. Спортивно-массовые мероприятия направления подготовки к сдаче норм ГТО и сама сдача норм ВФСК ГТО:

- «Здоровый дух в здоровом теле! Ты в ГТО - а значит в теме!!!»
- Внеурочная деятельность «ГТОшки»
- Единый День ГТО
- Фестивали ГТО для детей и детей с родителями.

2. Спортивно – массовые мероприятия развития семейственности, чувства уважения к старшему поколению и его героическому прошлому, любви к Родине:

- Фотоконкурс «Спортивный портрет моей семьи»
- Мероприятия с родителями «Папа Фест», «Папа, мама, я -спортивная семья!»
- Онлайн-фестиваль декламаторов стихотворений об отце
- Открытый турнир футболу ко Дню Защитника Отечества
- Открытый турнир по волейболу к Дню Защитника Отечества
- Ежегодные «Пробеги в честь защитников Отечества» в рамках празднования Дня Победы в ВОВ
- Ежегодные соревнования в рамках патриотического воспитания «Добры молодцы»
- Военно прикладная эстафета «Вперед, зарничники!»
- Соревнования по многоборью «Президентские состязания»

3. Спортивно–массовые мероприятия направления развития чувства ответственности за свое здоровье и образ жизни, создание условия для занятий спортом:

- массовые дни здоровья;
- соревнования по различным видам спорта;
- уроки здоровья;
- декады «Быть здоровым – это стильно».

4. Спортивно – массовое мероприятия направления мотивации ребят к службе в Вооруженных силах России.

- Ежегодно в честь Дня Защитника Отечества в гимназии проводится «Смотр песни и строя».
- Слеты гражданско-патриотической направленности среди обучающихся, «Аты-Баты, шли солдаты».

- Ежегодные подготовка и участие в городской Военно-патриотической игре «Зарница» (строевая ходьба и приемы, оказание первой помощи, силовая подготовка, одевание ОЗК для химической защиты, интеллектуальная подготовка знаний символики страны, военной техники, героев ВОВ).

- Подготовка и участие в городских соревнованиях «Первая помощь пострадавшим в экстремальных ситуациях».

- Подготовка и участие в городских соревнованиях «Юные спасатели» в рамках движения «Школа безопасности».

- Школьные соревнования, рекомендованные Российским комитетом образования «Русский силомер».

Спортивная деятельность воспитывает патриотизм и формирует нравственно-волевые качества (трудолюбие, дисциплинированность, доброжелательность, решительность, целеустремленность, смелость, силу воли), развивает у детей чувство любви к Родине и высокой ответственности за свою спортивную подготовку. Спортсмены-школьники стремятся прославить свой коллектив, свою школу новыми спортивными достижениями, что является одним из важнейших форм проявления патриотизма. Спорт воспитывают любовь и преданность к своей Родине, выступает, как средство нравственного и патриотического воспитания.

Таким образом, развитие спортивно-патриотического воспитания как одного из важнейших направлений государственной политики в системе физической культуры и спорта позволит выработать стратегию развития сферы физической культуры и спорта в целом, определить характер научно-исследовательских работ, программно-методического обеспечения по вопросам воспитания в области физической культуры и спорта.

Список литературы

1. Агапова И.А. Патриотическое воспитание в школе / И.А. Агапова. М.: Айрис-пресс, 2011. 240 с.
2. Галкин С.В. Патриотическое воспитание молодежи в пространстве физической культуры: теория и опыт / С.В. Галкин. СПб. Нева, 2011. 240 с.

3. Касимова Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А. Касимова, Д.Е. Яковлев. М.: Айрис-пресс, 2012. 320 с.

4. Киль А.Н. Спортивно-патриотическое воспитание как одно из приоритетных направлений государственной политики в сфере физической культуры и спорта А.Н. Киль. М.: АСТ, 2011. с.227.

5. Методический материал на тему «Спортивно – патриотическое воспитание школьников в сфере физической культуры и спорта» <https://infourok.ru/metodicheskiy-material-na-temu-sportivno-patreoticheskoe-voospitanie-v-sfere-fizicheskoy-kulturi-i-sporta-3695059.html>

6. Проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в общеобразовательных учреждениях. Сборник материалов IV Всероссийской научно-практической конференции (г. Уфа, 22 ноября 2018 года) https://www.omgtu.ru/general_information/institutes/institute-of-design-and-technology/faculty-of-economics-and-service-technologies/the-department-of-tourism-hotel-and-restaurant-business/Проблемы%20развития%20физической%20культуры%20и%20спорта%20в%20образовательных%20учреждениях.pdf

7. Роль физкультуры и спорта в гражданско-патриотическом воспитании школьника <https://www.maam.ru/detskijasad/rol-fizkultury-i-sporta-v-grazhdansko-patrioticheskom-voospitani-shkolnika.html>

8. «Семья и школа» Журнал для родителей <https://семьяишкола.рф/>

© Молчанова Л.В.

УДК 796.03

Никитин Никита Геннадиевич*магистрант,**Донской государственной технической университет,**Ростовская обл., г. Ростов-на-Дону,**E-mail: Nikit_a1999@icloud.com***Саулина Екатерина Васильевна***Ст. преподаватель кафедры «Теория и практика физической культуры и спорта»,**Донской государственной технической университет,**Ростовская обл., г. Ростов-на-Дону***СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ
ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ШКОЛЬНИКОВ****Nikitin Nikita Gennadievich***Master's student,**Don State Technical University,**Rostov region, Rostov-on-Don,**E-mail: Nikit_a1999@icloud.com***Saulina Ekaterina Vasilyevna***Senior lecturer of the department «Theory and practice of Physical culture and Sports»,**Don State Technical University,**Rostov region, Rostov-on-Don***ORIENTEERING AS A MEANS OF DEVELOPING PHYSICAL QUALITIES
OF SCHOOLCHILDREN**

Аннотация. В статье рассмотрена проблема двигательной активности школьников, спортивное ориентирование заявлено как средство развития физических качеств, а также рассмотрены внеурочные спортивные мероприятия, направленные на формирование двигательных навыков.

Abstract. The article considers the problem of motor activity of schoolchildren, orienteering is stated as a means of developing physical qualities, and also considers extracurricular sports activities aimed at the formation of motor skills.

Ключевые слова: спортивное ориентирование, двигательные навык, двигательная активность, школьный спорт, школьники.

Keywords: orienteering, motor skills, motor activity, school sports, schoolchildren.

Особое внимание необходимо уделять школьникам, которые имеют какие-либо ограничения здоровья, что является основанием для перевода в специальную медицинскую группу. Здесь четко встает о вопрос об индивидуализации обучения. Таким детям, больше других, необходимо физическое развитие, которое помогло бы, если не устранить полностью, то хотя бы частично улучшить состояние здоровья. В образовательном учреждении существует несколько способов организации физической активности. Самый главный и важный – проведение уроков физической культуры. Дополнительно, при желании педагога и учащихся, возможно организовывать внеурочные спортивные мероприятия, массовые спортивные игры, туристские походы и другие способы активного проведения досуга. При желании можно организовать мероприятие любого уровня, тем самым привлекая больше людей к здоровому образу жизни, главное, чтобы было желание и инициатива [1].

Во время спортивного ориентирования спортсмен выполняет сразу несколько действий. Для удачного прохождения дистанции и достижения цели, спортсмен должен иметь несколько основополагающих навыков, например, бег по пересеченной местности, при этом уметь работать с картой и компасом. Поэтому, очевидно, что техническая и тактическая подготовка в спортивном ориентировании занимает далеко не последнюю роль. На практике ошибки в технике или тактике могут стоить драгоценных минут, которые будут решающими в итогах соревнования. Если говорить о обычных тренировочных занятиях, то отсутствие тактической и технической подготовки может тормозить общий результат, даже при условии, что спортсмен уже хорошо преуспел в развитии физических качеств [2].

Перед тем, как перейти к подробному разбору технико-тактических средств ориентирования, необходимо установить понятия тактики и техники в спорте. Тактика – это механизм поведения человека, применяемый для выбора средств и способов преодоления препятствия. Тактика позволяет спортсмену не только выбирать тот или иной путь, но и своевременно корректировать траекторию движения или чего-либо в процессе движения. Техника – это

определенный способ выполнения какого-либо действия с максимальной точностью и эффективностью. Любое действие в спорте основывается на выполнении определенной задачи, причем поставленная задача должна быть решена наиболее рационально. Иначе говоря, двигательное действие должно быть эффективным, результативным и точным [3].

Совершенствование техники достигается путем автоматического выполнения движений. Доведение действий до автоматизма, в данном случае, не равно тому, что человек вообще не должен ориентироваться в зависимости от окружающих условий. Просто в той или иной ситуации необходимо четко и слаженно выполнить движения, не задумываясь о том, что и в каком положении должно находиться. Например, в случае сгущения лесного массива, по которому осуществляется передвижение, ориентировщик подсознательно начинает часто сверять свое направление с компасом. Таким образом, спортсмен экономит время, так как мозг быстрее перерабатывает подсознательные импульсы, нежели сознательные. Кроме того, подсознательные действия не занимают сознание в данный момент времени, что позволяет одновременно решать другие задачи, возникающие на дистанции [4].

В случае улучшения тактических навыков, необходимо уделять внимание развитию мышления, в том числе и критического. Здесь тоже важен некий автоматизм, который позволяет на подсознательном уровне принимать решения. В данной ситуации автоматизм заключается, например, в выборе подходящего пути движения. Многие спортсмены называют это профессиональным чутьем и в чем-то они правы, так как такой навык формируется на основе большого количества опыта, проработанных ошибок и верных решений. Подсознательное мышление очень важно в сфере спортивного ориентирования. Каждое действие человека производится исходя

переработки большого количества информации, поступающей в мозг из окружающего мира. Информация может поступать как в виде образов, так и в других сигналах. Можно привести простой пример: на дороге перед спортсменом может появиться препятствие в виде камня, куста или маленькой

ямки. Небольшое изменение маршрута происходит подсознательно, человек огибает объект и продолжает движение дальше. В мозг в этот момент не поступает вопрос, с какой стороны лучше обойти препятствие. Человек на подсознательном уровне делает это быстро, не раздумывая о плюсах и минусах каждого пути. Однако при этом мыслительные процессы также важны и должны идти на равне с автоматическими. Умение переключать внимание с подсознательного мышления на сознание – важный навык любого спортсмена. В технико-тактической подготовке спортсменов ориентирования уделяется внимание практике укрупнения объектов, которых необходимо контролировать сознательно, при этом, к слову, достигается и автоматический контроль мелочей.

Спортивное ориентирование включает в себя, в общем, технику бега по пересеченной местности и технику ориентирования, то есть работу с компасом и так далее. Технические навыки бега базируются на главном действии, а именно беге в определенных условиях. В процесс бега включается несколько составляющих, а именно: отталкивание ног, мах и дальнейшая постановка стопы. Тактические действия в спортивном ориентировании – это мыслительные действия, которые также включают в себя некоторые нюансы, а именно мыслительные операции. В спортивном ориентировании свои особенности бега. Связано это во многом с тем, что если в легкой атлетике бег осуществляется по ровной поверхности, то ориентировщики могут бежать по разным видам местности, особенности которой будут заключаться в грунте и рельефе. Ровное и твердое покрытие способствуют тому, что мышцы эффективно работают из-за своей упругости. Если бег осуществляется по болотистой местности или лугу, где поверхность более мягкая, мышцы не могут использовать свойство упругости, поэтому скорость замедляется примерно на 20 %. Если спортсмен преодолевает дистанцию, которая под углом идет вверх, то также можно наблюдать значительное снижение скорости и увеличение энергетических затрат организма. В этом и заключается необходимость внедрения новых технических приемов бега в спортивное ориентирование. Совершенствование техники бега не

должно оканчиваться на занятиях в спортивном зале, необходимо постоянно находиться в условиях, где постоянно возникают препятствия в виде наклонов, подъемов и так далее. Многие утверждают, что бег в спортивном ориентировании связан с таким понятием, как ловкость. Ловкость также является таким качеством, которое приобретается и развивается при тренировочном процессе в нестандартных условиях.

Таким образом, можно сделать вывод, что в любом случае, основополагающие навыки бега одинаковы в любом случае, поэтому техническое совершенствование бега нужно начинать именно с базовых основ. Главное для спортсмена – точное управление движениями в постоянно меняющихся условиях.

Список литературы

1. Архипова Д.Н., Архипова С.В. Проблема развития школьного спорта в современных условиях // Актуальные вопросы развития школьного спорта. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Министерство физической культуры и спорта Свердловской области; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина». 2021. С. 11-15.

2. Архипова Д.Н. Формирование профессиональных компетенций специалистов в области физической культуры и спорта // Массовый спорт глазами студентов. Материалы молодежной научно-практической конференции Ассоциации студенческих спортивных клубов России. 2021. С. 19-21.

3. Архипова Д.Н., Труфанова С.Н. Профессиональная компетентность специалистов по физической культуре и спорту // Актуальные вопросы подготовки спортивного резерва. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Министерство физической культуры и спорта Свердловской области; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина»; Государственное автономное учреждение Свердловской области «Региональный центр развития физической культуры и спорта с отделением спортивной подготовки по каратэ». 2021. С. 16-19.

4. Шевырева Е.Г., Петров А.В., Архипова Д.Н., Петрова О.В. Роль и значение имиджа тренера в работе с юными спортсменами // Современные проблемы науки и образования. 2021. № 2. С. 44.

УДК 796.03

Пилепенко Ольга Николаевна
учитель физической культуры
МБОУ «Школа для детей с ограниченными
возможностями здоровья»
Пермский край, г. Лысьва
dpilepenko01@mail.ru

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ДЕТЕЙ С ОВЗ ЧЕРЕЗ ВНЕУРОЧНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Pilepenko Olga Nikolaevna
physical education teacher
«School for children with
disabilities»
Perm Krai, Lysva
dpilepenko01@mail.ru

SOCIALIZATION OF CHILDREN WITH DISABILITIES THROUGH EXTRACURRICULAR SPORTS AND RECREATION ACTIVITIES

Аннотация. В статье представлено разнообразие форм и средств внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности, используемых в работе с детьми с ОВЗ в образовательном учреждении. Использование различных средств физической культуры и адаптивного спорта, организация содержательного досуга, расширяют возможности для включения детей с ОВЗ в различные сферы деятельности и способствуют их социализации и успешности в дальнейшей жизни.

Abstract. The article presents a variety of forms and means of extracurricular sports and recreation activities used in working with children with disabilities in an educational institution. The use of various means of physical culture and adaptive sports, the organization of meaningful leisure, expand opportunities for the inclusion of children with disabilities in various fields of activity and contribute to their socialization and success in later life.

Ключевые слова: социализация; внеурочная деятельность; разнообразие форм; расширение социальных контактов; социальное партнёрство; волонтерство; проектная деятельность; семейный досуг.

Keywords: socialization; extracurricular activities; variety of forms; expansion of social contacts; social partnership; volunteering; project activities; family leisure.

Образование лиц с ограниченными возможностями здоровья – одно из приоритетных направлений системы образования России.

Главная проблема ребенка с ограниченными возможностями заключается в нарушении его связи с миром, в ограниченной мобильности, бедности контактов со сверстниками и взрослыми. Поэтому цель специального обучения детей с ОВЗ - интеграция их в общество, умение пользоваться социальными привилегиями и благами, доступными остальным гражданам, самореализация и раскрытие как личности, подготовка к полноценной жизни.

Социализация детей с ОВЗ – это включение их в социум, то есть развитие у детей мотивации к общению, взаимодействию, формирование у них социальных умений и навыков.

Одно из важных направлений социализации в образовательном учреждении – это внеурочная деятельность спортивно-оздоровительной направленности.

Привлечение детей с ОВЗ к занятиям физической активностью - это мощная поддержка, которая им необходима. Участие в спортивных мероприятиях – это яркое проявление социализации, так как в процессе общения происходит освоение опыта данной общности людей. Спортивно-оздоровительные мероприятия способствуют полному раскрытию физических возможностей ребенка с ОВЗ, позволяют испытать чувство радости, полноты жизни, дают возможность самореализоваться, совершенствоваться как личность, расширять социальные контакты.

Для включения детей в социум в образовательном учреждении используются следующие формы работы.

1. Организация спортивных секций.

Цель организации секций: укрепление здоровья учащихся, пропаганда физической культуры и спорта, приобщение учащихся к системным занятиям, физическим упражнениям и различным видам спорта.

Занятия в секциях формируют у воспитанников не только физические качества, но и нравственный аспект спортивного воспитания: развивают силу духа, волю, стремление к победе, коллективизм. Все это помогает детям, адаптироваться к новой среде, новому коллективу, что необходимо при выходе детей из школы во взрослую жизнь.

2. Спортивные состязания.

Принимая участие в спортивных состязаниях разного уровня, у детей формируются различные социальные ценности. Практика показывает, что для детей с ОВЗ физические упражнения жизненно необходимы, так как они являются эффективнейшим средством и методом одновременно физической, психической, социальной адаптации.

Во время любой соревновательной деятельности дети самореализуются, утверждают в своих способностях, учатся стремиться к победе и достойно проигрывать, проявлять позитивные эмоции, контролировать негативные. Спортивные мероприятия учат коммуникабельности, толерантности, взаимопомощи, отзывчивости. Всё это помогает сформировать осознанную жизненную позицию, вырабатывает потребность в здоровом образе жизни.

3. Привлечение семей к спортивно-оздоровительной деятельности.

Важную роль в успешной социализации детей с ограниченными возможностями здоровья играет семья. Именно семья обеспечивает взаимодействия ребёнка с обществом, формирует ценностные ориентации и поведение. И нередко родители сталкиваются со множеством проблем в вопросах социализации ребёнка.

Поэтому привлечение родителей к спортивно-оздоровительной деятельности, поможет решить возникающие проблемы и вопросы в семье. Для этого в образовательном учреждении разработаны и реализованы проекты здоровьесберегающей и обучающей направленности с привлечением родителей: «Мы вместе!», «За здоровьем всей семьёй!», «В здоровом теле – здоровый дух!». Цель этих проектов – пропаганда ЗОЖ среди семей образовательного учреждения, помощь родителям в выборе двигательных

активностей для детей и семьи в целом, укрепление связи между семьёй и школой.

Систематически организуется проведение семейных викторин, конкурсов фотографий, коллажей, рисунков и рассказов о здоровом питании в семье, о спортивных увлечениях семьи.

Важную роль играют совместные семейные спортивные праздники и состязания, где проявляется командный дух семьи, где они знакомятся, общаются, поддерживают друг друга, тем самым расширяют социальные контакты. Это могут быть и школьные состязания («Семья вместе – душа на месте», «Один за всех и все за одного»), и городские и краевые спортивные семейные фестивали.

Таким образом, внедрение в жизнь семей с детьми с ОВЗ различных средств и форм физической культуры, помогает выбрать правильное направление в воспитании детей, способствует их социализации и интеграции в общество, расширению взаимных связей и контактов,

4. Участие в социально значимых мероприятиях и акциях, посвящённых здоровому образу жизни.

Мероприятия могут быть различного уровня, начиная с класса, в котором учится ребёнок (например, организация в классе проведения активных перемен, работа в школьном спортивном клубе) и заканчивая конкурсами и акциями международного уровня. Это выступления в конкурсах агитбригад, изготовление листовок, оформление стенгазет и баннеров антинаркотической направленности, подготовка и проведение тематических акций. Участвуя в таких мероприятиях, дети с ОВЗ учатся ориентироваться в потоке информации и находить нужную, овладевают различными компьютерными программами, например, Word Pad для оформления спортивных календарей, Paint для изготовления баннеров, учатся создавать видеоролики и др. В творческом порыве, дети исследуют окружающий мир и это обогащает их гораздо больше, чем беседа со взрослым. Такая деятельность развивают творческую инициативу детей, учит ответственности

за общее дело, развивает творческую смелость и фантазию, придаёт уверенность в своих силах, а значит и помогает в решении проблем социализации.

5. Волонтёрство - ещё один из способов социализации детей с ОВЗ.

Добровольческая деятельность детей может быть организована как в рамках образовательного учреждения, так и вне.

Примером такой деятельности в образовательном учреждении является реализация проекта «Ура! Перемена!». Цель проекта: познакомить пятиклассников с различными способами интересной организации перемен, научить самостоятельной организации перемен в дальнейшем. А также, создать условия для приобретения учащимися-волонтёрами позитивного социального опыта, формирования у них ответственности, организованности.

Волонтёрами являлись ученики 8-ых классов. Под руководством учителя физической культуры старшеклассники разработали мероприятия, сделали подборку подвижных игр разной направленности и интенсивности, которые дают возможность детям интересно провести перемены, научиться самостоятельной организации свободного времени, изготовили дидактический материал для проведения игр.

В течение месяца, ребята проводили подвижные перемены для пятиклассников.

Продуктом проекта стал «Игровой банк», с играми разноуровневой подвижности, созданный совместно всеми участниками проекта для организации перемен.

Волонтёры отметили, что участие в проекте позволило им стать более ответственными, собранными, дисциплинированными, дало возможность проявить свои организаторские способности.

Помимо проектной деятельности, дети пробуют себя в качестве волонтёров при организации и проведении в образовательном учреждении спортивно-массовых или внеурочных мероприятий.

Они выступают в качестве судей на этапах спортивных мероприятий, занимаются музыкальным оформлением и сопровождением, принимают участие в проведении квест-игр: «В мире дорожных знаков», «По спортивным дорогам Пермского края», «Формула здоровья» и др.

Таким образом, волонтерская деятельность для детей с ОВЗ - это новые знакомства, возможность попробовать себя в различных социальных ролях, приобретение новых навыков, умений и знаний.

Волонтерская деятельность воспитывает активную гражданскую позицию, учит навыкам конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, воспитывает нравственные ценности. Все эти качества способствуют более успешной социализации детей с ОВЗ.

6. Социальное партнёрство.

Социальное партнерство — это система взаимодействия образовательного учреждения с представителями окружающего социума в интересах развития личности ребенка для обеспечения реализации педагогических целей, организации воспитательных мероприятий, расширения взаимодействия с социумом.

Примеров социального партнёрства спортивно-оздоровительной направленности множество.

Реализация проекта «Поверь в себя!» с привлечением известных в городе спортсменов-инвалидов различных видов спорта: плавания, настольного тенниса, большого тенниса, лёгкой атлетики. Цель проекта – предоставить возможность детям с ОВЗ стать увереннее и успешнее, поверить в свои силы, что поможет им в социальной адаптации и повышении качества жизни посредством физкультурно-спортивной реабилитации на примере взрослых спортсменов с инвалидностью.

Внеурочное мероприятие «Вперёд, Россия!», с приглашением членов сборной команды города по футболу, чемпионов Пермского края. Мастер-класс, футбольная викторина, матчевая встреча по футболу, творческие номера для

гостей! Такие встречи учат детей идти к победам, заряжают любовью к спорту, к здоровому образу жизни. А это является важным шагом в социализации детей.

Внеурочные мероприятия «Один день из жизни солдата», «Курс молодого бойца», «Нашей армии сыны» с приглашением ветеранов боевых действий на Северном Кавказе, Афганистане цель которых, воспитание чувства патриотизма, гражданской позиции, уважения к старшему поколению, приобретение новых жизненных навыков, приобретение нового социального опыта.

Таким образом, роль внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления в социализации личности детей с ОВЗ имеет огромное значение. Это направление способствует развитию духовно-нравственной личности, повышает самооценку, обеспечивает будущих выпускников школы необходимыми навыками для их последующей самостоятельной жизнедеятельности в открытой социальной среде, готовит к сотрудничеству с людьми, воспитывает ответственность. Все это помогает ребёнку с ОВЗ найти своё место в обществе.

Список литературы

1. Загладина, Х. Т. Продвижение культуры волонтерства в современной российской школе: проблемы и перспективы / Х. Т. Загладина, Т. Н. Арсеньева // Воспитание школьников. – 2015. – № 10.
2. Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»

© Пилипенко О.Н.

УДК 796.03

Сосницкая Ирина Александровна
Учитель биологии и химии, руководитель юнармейского отряда
 МБОУ «Скальнинская СОШ»,
 Пермский край, г. Чусовой
 E-mail: dydina-irina@inbox.ru

Меньшикова Мария Александровна
Заместитель директора по воспитательной работе
 МБОУ «Скальнинская СОШ»,
 Пермский край, г. Чусовой
 E-mail: muarosa@mail.ru

Лебедев Михаил Александрович
сержант внутренней службы, младший инспектор
 ФКУ ИК-35 ГУФСИН России по Пермскому краю
 руководитель юнармейского отряда,
 Пермский край, г. Чусовой
 E-mail: lebedev-misha-010@mail.ru

**ОРГАНИЗАЦИЯ ВОЕННО-ПАТРИОТИЧЕСКОГО ДВИЖЕНИЯ НА БАЗЕ
 МБОУ «СКАЛЬНИНСКАЯ СОШ» СП «ПОЛОВИНСКАЯ ООШ» ГОРОДА
 ЧУСОВОГО**

Sosnitskaya Irina Aleksandrovna
Biology and chemistry teacher, head of the Unarmeisk detachment
 MBOU «Skalninskaya Middle School»,
 Perm Krai, Chusovoy
 E-mail: dydina-irina@inbox.ru

Menshikova Maria Alexandrovna
Deputy Director for Educational Work
 «Skalninskaya Middle School»,
 Perm Krai, Chusovoy
 E-mail: muarosa@mail.ru

Lebedev Mikhail Alexandrovich
Sergeant of Internal Service, Junior Inspector
 Penitentiary Service of Russia in the Perm Region
 head of the youth army detachment,
 Perm Krai, Chusovoy
 E-mail: lebedev-misha-010@mail.ru

**ORGANIZATION OF THE MILITARY-PATRIOTIC MOVEMENT ON
 THE BASIS OF «SKALNINSKAYA Middle School» and «POLOVINSKAYA
 Middle School» OF THE CITY OF CHUSOVOY**

Аннотация. Статья посвящена развитию юнармейского движения через внеурочную деятельность на базе конкретной сельской школы. Обучающиеся в ходе ее реализации получают знания истории о русской армии, овладевают навыками военной, медико-санитарной подготовки и качествами, необходимыми действий при чрезвычайных ситуациях

и экстремальных условиях. Получение физической закалки, краеведческих знаний и туристической подготовки через участие в туристических походах и участие в проекте «Культурный дневник школьника». Свои умения и навыки проверяют и закрепляют в тактических военных и спортивных играх на местности, комбинированных эстафетах, смотрах строя и песни, конкурсах, викторинах, квестах муниципального уровня, уровне образовательной организации.

Abstract. The article is devoted to the development of the Unarmeist movement through extracurricular activities on the basis of a specific rural school. Students in the course of its implementation gain knowledge of the history of the Russian army, master the skills of military, medical and sanitary training and the qualities necessary to act in emergency situations and extreme conditions. Obtaining physical training, local history knowledge and tourist training through participation in hiking trips and participation in the project «Cultural diary of a schoolboy». They test and consolidate their skills and abilities in tactical military and sports games on the ground, combined relay races, system and song reviews, contests, quizzes, quests at the municipal level, the level of an educational organization.

Ключевые слова: *военно-патриотическое движение Юнармия, патриот, юнармейский отряд.*

Keywords: military-patriotic movement Youth army, patriot, youth army detachment.

История создания юнармейского отряда «Феникс» берет начало с мая 2021 года, когда мы стали участниками ежегодного муниципального квеста «Путь Победы!», по итогу которого команда нашей школы заняла 3 место. Но не смотря на такой хороший результат соревнования показали, что у ребят не хватает знаний по истории России времен Великой Отечественной войны, физической подготовки, не говоря уже о строевой и военной (разборка, сборка автомата, стрельба из винтовки воинские звания и т. д.) подготовки.

М.А. Лебедев предложил помощь в создании школьного отряда обучающихся, деятельность которого развивала бы знания и умения детей в данных направлениях. В это же время в нашем городе стало активно развиваться юнармейское движение. 16 декабря 2021 года 21 участник нашего отряда, а это

обучающиеся 5-9 классов, торжественно были приняты в ряды «Юнармии». На тот момент наш юнармейский отряд «Феникс» был единственным отрядом патриотической направленности в сельских поселениях Чусовского городского округа, реализующий мероприятия Всероссийского военно-патриотического движения Юнармия.

В наших начинаниях нам очень помогают руководитель структурного подразделения Ступак О.А. и заместитель директора по воспитательной работе Меньшикова М.А.

Наши занятия построены не только на отработке строевой и военной подготовки, но и на участии в различных мероприятиях по направлениям нашей деятельности.

Свою деятельность мы направляем на воспитание патриотических качеств, формирование активной гражданской позиции школьника через приобщение к отечественным духовно-нравственным и патриотическим традициям через участие в краевых, муниципальных, поселковых и школьных мероприятиях по следующим направлениям:

1) Туристско-краеведческая деятельность

Ежегодно мы совершаем пешие походы и сплавы с детьми, во время которых ребята в игровой форме приобретают туристические навыки (розжиг костра, вязание узлов, постройка палатки, оказание первой помощи в различных ситуациях, приготовление пищи, управление катамараном и лодкой), изучают достопримечательности и историю родного края.

2) Экологическая деятельность

Туристическая деятельность неотрывно связана с экологической. Участники отряда учатся бережному отношению к природе. Во время походов и сплавов мы участвуем в различных всероссийских, краевых и муниципальных экологических акциях: «Вода России», «Зеленая планета», «оБЕРЕГай», «Чистые игры», «Покормите птиц зимой» и тд.

3) Социальная деятельность

Не забываем мы и ветеранов войны и тыла, ветеранов педагогического труда. Ребята с удовольствием готовят поздравления, подарки и индивидуально поздравляют их. Чтут традиции, ухаживают за памятниками на территории поселка. 2022 году нами высажена аллея из рябин у стелы погибшим воинам в ВОВ.

4) Мероприятия гражданско-патриотического воспитания

В день памяти – в день о гибели Клака Сергея Казимировича, ученика нашей школы, погибшего во время боевых действий в Чечне, ребята несут вахту возле мемориальной доски.

Когда в ходе спецоперации на Украине погиб выпускник нашей школы Фоминцев Андрей Георгиевич, с которым многие наши ребята были знакомы лично, они выступили с инициативой организации вахты памяти в школе, стояли в почетном карауле при прощании. Сейчас папы и дедушки нескольких обучающихся находятся в зоне боевых действий. Ребята активно участвуют во Всероссийских акциях «Письмо солдату», изготавливают открытки для военнослужащих.

5) Интеллектуально-познавательная деятельность

Так же активно принимаем участие в интеллектуально-познавательной деятельности. А это участие в научно-практических конференциях, сетевых проектах, экологических лабораториях, в играх «Что? Где? Когда?», «Мозгоправ», «Брейн Ринг».

6) Художественно-творческая деятельность

Наши Юнармейцы являются постоянными участниками творческих мероприятий различной тематики: конкурсы рисунков, поделок, стихов, плакатов и т.д

7) Спортивно-оздоровительная деятельность

Спортивно-оздоровительная деятельность ориентирована на укрепление и сохранение здоровья человека, улучшение его спортивной формы, отработку техники, необходимой для успешного участия в соревнованиях по баскетболу, в межтерриториальном фестивале юнармейских отрядов «Сила Места», в «Дне

физкультурника», на торжественном мероприятии, посвящённом 441-й годовщине начала похода Атамана Ермака на расширение границ Руси Великой «День Ермака». В военно-прикладных видах спорта среди учащихся сельских школ ЧГО, посвященных 77-летию Победы советского народа в Великой Отечественной войне. В муниципальном военно-патриотическом квесте «Юнармейский старт - 2022» и многом другом.

8) Событийное волонтерство

Добровольческая деятельность, направленная на помощь в организации и проведении крупных значимых событий местного, муниципального регионального, федерального уровней (акции, дни единых дел). Мы ежегодно участвуем в следующих мероприятиях: #КрышечкиДобра, Спасти ежика, Час Земли, Всемирный день посадки леса, «Очистим планету от мусора», «Дни защиты от экологической опасности», в краевом конкурсе природоохранных экологических отрядов «Мое зеленое лето».

Стоит отметить, что особенностью нашей школы является ее расположение – рядом находятся три исправительные колонии. Поэтому мы особое внимание уделяем правовому вопросу при воспитании юнармейцев. Проводятся встречи с различными представителями правоохранительных органов: инспекторы ПДН, ГИБДД, ФКУ ИК-35 является нашим социальным партнером.

Для привлечения к активному участию в деятельности юнармейского отряда «Феникс» и участия в различных мероприятиях нам нужна была юнармейская форма. Приняв участие в конкурсе социальных проектов «Чусовской характер» с проектом «Юнармеец – патриот и гражданин» в номинации «О прошлом для будущего», одержали победу, что позволило нам закупить материал. Наши партнеры ФКУ ИК-35 оказали благотворительную помощь в виде пошива одежды.

Благодаря начальнику ГУФСИН по Пермскому краю ФКУ-ИК-35 Козгову А.В., инспектору отдела охраны ФКУ ИК-35 ГУФСИН России по Пермскому краю Барышникову Е.В. и младшему инспектору ФКУ ИК-35 ГУФСИН России

по Пермскому краю Лебедеву М.А. была сшита форма. И теперь лучшие участники отряда имеют право носить ее во время различных соревнований и мероприятий.

Благодаря нашей активности, а также красивому единому внешнему виду, нас часто приглашают на значимые мероприятия муниципального уровня: присяга казаков, поселковые митинги ко Дню Победы, Дню памяти и скорби, Дню флага, бессмертный полк, концерты для сотрудников ФКУ ИК и прочее.

Активная жизненная позиция и участие в различных мероприятиях привлекает в наш отряд и других ребят. Так 10 июня 2022 года еще 12 человек вступили в наш отряд. Таким образом, из 51 обучающегося в нашем структурном подразделении в отряде Юнармии «Феникс» состоят 33 ученика!!! Что составляет почти 65 %. И на данный момент есть еще кандидаты на вступление в наши ряды.

Отряд у нас разновозрастной, а это воспитывает в детях такие качества как взаимовыручка, поддержка и помощь младшим, помощь в освоении азов военного искусства, истории России и многом другом. Благодаря нашим многочисленным запросам в городе стали проходить мероприятия военно-патриотического характера не только для старшеклассников, но и для ребят с 5 класса.

В заключение хочется сказать, что для наших ребят звание юнармеец не пустой звук. У обучающихся формируется определенная образовательная среда, подчиненная общей идее: пропаганде чувства любви и гордости к историческому прошлому страны, развитие уважительного отношения к Ветеранам войны и труда. Мы ориентируем ребят на выбор воинской специальности, профессии офицера, силовых структур, спасателя, пожарного, социального работника. А это предполагает необходимость формирования у граждан, прежде всего у подрастающего поколения, за которым будущее страны, высоких нравственных качеств, таких как - патриотизм, гражданский и воинский долг, ответственность за судьбу Отечества и готовность к его защите через активное включение отряда

«Феникс» в деятельность Всероссийского военно-патриотического движения Юнармия.

В результате работы в данном направлении через создание самостоятельной альтернативной системы тренировок, теоретических занятий, соревнований для детей, подростков, даже тех детей, которые не вовлечены во внеурочную деятельность вообще, мы хотим получить социально-активную личность, патриота, человека с активной гражданской позицией.

Список литературы

1. Указ Президента Российской Федерации от 29 октября 2015 года «О создании Общероссийской общественно-государственной детско-юношеской организации «Российское движение школьников»
2. Устав Всероссийского детско-юношеского военно-патриотического общественного движения «ЮНАРМИЯ», утвержден Учредительным собранием 28 мая 2016 г.
3. Рабочая программа по внеурочной деятельности гражданско-патриотическое направление «Юнармия».

© Сосницкая И.А., Меньшикова М.А., Лебедев М.А.

УДК 796.03

Фатхутдинова Альбина Альбертовна
Магистрант,
Поволжский государственный университет физической культуры,
спорта и туризма,
Республика Татарстан, г. Казань
E-mail: fathutdinova.albinaa@yandex.ru

ПЕРСПЕКТИВЫ ВКЛЮЧЕНИЯ РАКЕТЛОНА В УЧЕБНУЮ ПРОГРАММУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Fatkhutdinova Albina Albertovna
Master's student,
Volga Region State University of Physical Culture,
Sports and Tourism,
Republic of Tatarstan, Kazan
E-mail: fathutdinova.albinaa@yandex.ru

PROSPECTS FOR THE INCLUSION OF ROCKETLONS IN THE «PHYSICAL CULTURE» CURRICULUM

Аннотация: В статье рассмотрены перспективы включения ракетлона в учебную программу «Физическая культура», чтобы расширить спектр игровых видов. В работе представлены доказательства воспитательного и образовательного потенциала ракетлона.

Abstract: The article discusses the prospects of including racquetlons in the «Physical Culture» curriculum in order to expand the range of game types. The paper presents evidence of the educational and educational potential of the rocketlon.

Ключевые слова: физическая культура, учебная программа, ракетлон.

Keywords: physical culture, curriculum, rocketlone.

На сегодняшний день, существуют проблемы, стоящие перед современным воспитанием, которые требуют ответы для решения важных эстетических и национальных проблем в системе физического воспитания школьников [1].

В Федеральном законе «О физической культуре и спорта в Российской Федерации» определена роль физической культуры и спорта в области воспитания и формирования мировоззренческих основ личности [3].

Школьный спорт следует воспринимать как физические, спортивные и развлекательные (игровые) действия, которые применяются в рамках педагогических процессов в качестве дополнения к образовательному развитию школьников. Спортивные игры занимают одно из главных мест в воспитании школьников разных возрастов (дети, подростки). А. М. Горький говорил: «Игра есть путь детей к познанию мира, в котором они живут и который призваны изменить».

Современная программа по предмету «Физическая культура» многомодульная и включает как инвариантные, так и вариативные модули. К вариативным модулям в основной школе относится модуль «Спорт», концептуальной основой которого является физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО, использование средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

Как показал всероссийский форум школьных спортивных клубов «Школьный спорт – путь к успеху каждого ребенка», прошедший в октябре в г.Казани, третий урок физической культуры в содержательном и организационном аспектах может быть представлен игровыми видами спорта (шахматы, флорбол, фиджитал баскетбол и др.). Для нас представляется важным определить воспитательный и образовательный потенциал ракетлона и перспективы его включения в программу по предмету «Физическая культура» для обучающихся подросткового и юношеского возрастов.

На сегодняшний день в России мало кому известно о существовании ракетлона как вида спорта. Тому есть несколько причин.

Во-первых, ракетлон довольно молодой вид спорта, который включает в себя 4 популярных вида: настольный теннис, бадминтон, сквош и теннис. Такая последовательность обусловлена сменой главного инвентаря – ракетки. Данный

вид спорта зародился в Финляндии и очень популярен в таких странах, как: Швеция, Дания, Австрия, Германия, Франция, Великобритания, Нидерланды.

Во-вторых, в учреждениях дополнительного образования отсутствуют отделения спортивной подготовки по данному виду, а в вузах нет профиля подготовки бакалавров.

Проблема исследования заключается в возможности включения ракетлона в модуль «Спорт» программы учебного предмета «Физическая культура».

Необходимо обосновать перспективы включения ракетлона в программу учебного предмета «Физическая культура».

Результаты исследования. Главная цель предмета «Физическая культура» – развитие физических качеств и двигательных способностей, формирование культуры и здорового образа жизни.

На сегодняшний день учитель свободен в выборе программ, методических документов, информационных ресурсов. Такая нормативно-образовательная свобода дает возможность каждому учителю внедрять инновационное содержание, разрабатывать авторские программы и методики физического воспитания.

Согласно федеральному государственному образовательному стандарту, учебная программа разрабатывается с учетом трехчасовой недельной нагрузки на всех ступенях общего образования. Мы предлагаем рассмотреть возможность включения ракетлона в учебный предмет «Физическая культура» в модуль «Спорт». Ракетлон можно изучать третьим уроком. Что позволит расширить спектр игровых видов в учебной программе.

Ниже представлены доказательства воспитательного и образовательного потенциала ракетлона.

Воспитательная направленность занятий ракетлоном. Ракетлон, как вид спорта не исключение и так же направлен на воспитание:

морально-волевых качеств;

целеустремленности;

дисциплинированности;

самостоятельности;

чувства ответственности.

Образовательная направленность занятий ракетлоном. Ракетлон, как и другие виды спорта имеет свою специфику и решает ряд определенных задач:

формирование и доведение до совершенства двигательных умений и навыков в каждом их подвидах;

овладение целостной системой знаний, необходимых для освоения двигательных умений и навыков.

На наш взгляд, одновременно комплексное воздействие 4 подвигов ракетлона на организм обучающихся, дадут положительный эффект, нежели чем один вид спорта.

Например, занимаясь только футболом, гимнастикой, бадминтоном и т.д. развиваются только определенные группы мышц. Так происходит во многих видах спорта.

Рассмотрим как такие виды спорта, как настольный теннис, бадминтон, сквош и теннис влияют на формирование личности (физических, психических качеств) школьников.

Настольный теннис – направлен на развитие быстроты, координации, скоростно – силовых качеств, гибкости и игрового мышления. Помимо физического развития, теннис положительно влияет на развитие психологических качеств школьников.

Бадминтон – направлен на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Также положительно влияет на зрение.

Сквош – отличная кардиотренировка, которая улучшает внимание, сообразительность (быстрота мышления), скорость реакции. Улучшается дыхательная и сердечно - сосудистая система. Не зря игрок в сквош считается – спринтером, марафонцев, фехтовальщиком и шахматистов одновременно.

Теннис – направлен на повышение физической выносливости, улучшает остроту зрения, скорость реакции, координацию движения, моторику.

Настольный теннис, бадминтон и теннис в основном развивают мышцы рук, ног, туловища, спины и пресса. Сквош, в свою очередь, задействует до 75% мышц.

Как мы видим, в отдельности, каждый вид спорта развивает то, или иное физическое качество, а в комплексе, они будут дополнять друг друга, что положительно отразится на функциональной, физической и психологической составляющей школьников.

Исходя из возрастных особенностей детей, тренеры советуют начать заниматься данными видами спорта с 5-7 летнего возраста. Занимаясь ракетлоном несколько лет, дети (подростки) в дальнейшем могут сделать в выбор пользу того или иного вида спорта: либо остаться продолжать играть в ракетлон, либо уйти углубленно в один из его подвидов.

Какие же преимущества ракетлона как вида спорта? Ракетлон будет способствовать:

повышению интереса к занятию спортом;

всестороннему и гармоничному развитию личности;

расширению двигательного арсенала;

расширению кругозора (необходимо думать не только об одном виде спорта, а сразу о четырех);

образовательной, познавательной, нравственно-духовной и социальной адаптации.

Выводы. В статье мы рассмотрели воспитательный и образовательный потенциал ракетлона. Мы считаем, что ракетлон полностью сочетается с возрастными особенностями подростков и учащейся молодежи, поскольку он воздействует на актуальные для данного возраста физические качества: быстрота, ловкость, гибкость и выносливость. Решает ряд образовательных и воспитательных задач (формирование и доведение до совершенства двигательных действий; воспитание волевых качеств, целеустремленности, чувства ответственности).

Список литературы

1. Попова, Н.В. Спортивно-оздоровительная подготовка детей школьного возраста к занятиям различными видами спорта / Н.В. Попова / Тенденции развития науки и образования. – 2019. - № 48-1. – С. 37-40. – Текст: электронный. – ISSN – 3823-9901. - // eLIBRARY.RU: Научная электронная библиотека: сайт.URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_38239901_18574502.pdf. Режим доступа: для авториз.пользователей.

2. Турбаевский, С.В. Школьный спорт в Российской Федерации: проблемы и пути развития / С.В. Турбаевский / Гуманитарный трактат. – 2020. – № 75. – С. 26-27. - Текст: электронный. – ISSN – 4235 – 0223. - - // eLIBRARY.RU: Научная электронная библиотека: сайт.URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary_42350223_77660348.pdf. - Режим доступа: для авториз. пользователей.

3. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 03.08.2018) «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 2011. – № 48. – Ст. 6724.

© Фатхутдинова А.А.

УДК 796.03

Чернова Светлана Андреевна
 заместитель директора по учебно-воспитательной работе
 муниципального бюджетного общеобразовательного
 учреждения городского округа Тольятти
 «Школа с углубленным изучением отдельных предметов №31»,
 Самарская обл., г. Тольятти
 E-mail: sveandche2008@yandex.ru

**СОЗДАНИЕ И ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СОВРЕМЕННЫХ
 ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ РАЗВИТИЯ
 ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ В
 УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ
 (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ МБУ «ШКОЛА №31» Г.О. ТОЛЬЯТТИ)**

Chernova Svetlana Andreevna
 Deputy Director for educational work
 of the municipal budgetary educational
 institution of the city district of Tolyatti
 «School with in-depth study of individual subjects No. 31»,
 Samara region, Tolyatti
 E-mail: sveandche2008@yandex.ru

**CREATION AND USE OF MODERN HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES
 FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE OF THE YOUNGER
 GENERATION IN THE CONDITIONS OF A GENERAL EDUCATION
 ORGANIZATION
 (FROM THE EXPERIENCE OF MBU «SCHOOL NO. 31» TOLYATTI)**

Аннотация: Статья посвящена вопросу сохранения здоровья детей, обучающихся в школе. Демонстрирует успешный опыт организации работы с обучающимися в условиях массовой общеобразовательной школы по направлению «образовательная среда, обеспечивающая развитие и проявление спортивной активности». Модернизация системы общего образования предполагает, что выпускники школ владеют различными компетенциями, в том числе, в области сохранения и укрепления здоровья, осознанно заботятся о личном здоровье и здоровье окружающих, активно формируют здоровьесохранную среду.

Abstract: The article is devoted to the issue of preserving the health of children studying at school. Demonstrates the successful experience of organizing work with students in a mass secondary school in the direction of «educational environment that ensures the development and manifestation

of sports activity». Modernization of the general education system assumes that school graduates possess various competencies, including in the field of health preservation and promotion, consciously take care of personal health and the health of others, actively form a health-preserving environment.

Ключевые слова: единая образовательная среда, здоровьесберегающие технологии, физическая культура и спорт, тренер-преподаватель, внеурочная деятельность, спортивные секции, дуальное обучение, социальное партнерство, спортивный клуб по месту жительства.

Keywords: unified educational environment, health-saving technologies, physical culture and sports, coach-teacher, extracurricular activities, sports sections, dual training, social partnership, sports club at the place of residence.

*«Здоровье человека – важный показатель его личного успеха. Если у молодёжи появится привычка к занятиям спортом, будут решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм и детская безнадзорность»
(Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»)*

Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года [5] требует выстраивания принципиально иной функциональной модели деятельности школы, базирующейся на принципе полноты образования и «создании условий для прохождения спортивной подготовки» [4]. Последнее означает, что в российской школе впервые общее и дополнительное образование детей становятся равноправными, взаимодополняющими друг друга компонентами и тем самым создают единое образовательное пространство, необходимое для полноценного личностного развития каждого ребенка.

МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти разработала и реализовывает последние годы свой проект по организации образовательной среды, с использованием современных здоровьесберегающих технологий для развития физической культуры подрастающего поколения в условиях общеобразовательной организации, в котором тесно переплетаются задачи двух нацпроектов «Образование» [3] и «Демография» [2].

Педагогический коллектив МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти на первом аналитическом этапе реализации проекта, а именно анализе организации образовательного пространства и ситуации состояния физической культуры обучающихся, выявил:

1. недостаточное использование в образовательном процессе новых методик и современных технологий, в том числе для обучения и диагностики состояния уровня физического развития ребенка;

2. малое количество представленных рекомендаций по организации работы школьных спортивных клубов, недостаточная материально-техническая база для организации образовательного процесса по углубленному изучению предмета «Физическая культура и спорт»;

3. недостаточная индивидуализация, дифференциация обучения.

В реализацию проекта включился весь педагогический коллектив. Необходимо было решить одну из сложных задач проекта – создать равные условия для обучения и развития всех обучающихся школы, в том числе детей с ограниченными возможностями здоровья.

Поэтапно Школа работала по следующим вопросам:

✓ введена **единая «Утренняя зарядка»**, все обучающиеся Школы в своих учебных кабинетах под руководством дежурного в классе и общешкольного аудио-сопровождения выполняют физическую разминку.

✓ Введены обязательные выездные и на территории МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти **«Дни здоровья»** (не менее 5 раз в год) как для обучающихся, так и с привлечением родителей (законных представителей) обучающихся.

✓ В Школе организована работа бесплатных спортивных секций по направлению волейбол, гандбол, легкая атлетика, минигольф, туризм, футбол, баскетбол. Для их функционирования были заключены договора о сотрудничестве с учреждениями дополнительного образования спортивной направленности (МБОУ ДОД ЦДЮТЭ №13 «Эдельвейс», МБОУ ДОД КСДЮСШОР №10 «Олимп», МБОУДО СДЮСШОР «Свежий ветер», АНО ТСК «Верона»). Был разработан механизм поддержки педагогов, а именно ежегодно

составляется единое штатное расписание для учителей школы и *тренеров-преподавателей* спортивных клубов, приглашенных работать по совмещению должностей, которое максимально комфортно позволяет как обучающимся, так и педагогическим работникам совмещать учебную и внеучебную деятельность.

Социальное партнерство со спортивными организациями взаимовыгодно, позволяет:

– значительно расширить образовательное пространство общеобразовательной школы;

– внедрить в практику школы мастер-классы от ведущих тренеров-преподавателей, экскурсии на территории социальных партнеров, профориентацию;

– популяризировать занятия спортом, повысить уровень культуры здоровья школьников.

✓ Организованы занятия для всех обучающихся, отнесённых к специальной медицинской группе. Учителя физической культуры (50% от общего количества учителей физической культуры) прошли курсы профессиональной переподготовки по направлению «Адаптивная физическая культура». Создано расписание, как для индивидуальных, так и групповых занятий с учетом всех психофизических особенностей обучающихся и рекомендациям, указанных в заключении Психолого-медико-педагогической комиссии (при их наличии).

✓ на базе МБУ «Школа № 31» работает *спортивный клуб по месту жительства «Кенгуру»*. Его цель - привлечение наибольшего количества жителей квартала (избирательного округа) к систематическим занятиям физической культурой и спортом. На сегодняшний день клуб насчитывает более 70 участников в возрасте от 12 до 62 лет (более 40 обучающихся Школы). Члены клуба систематически принимают участие в городских спортивно-массовых мероприятиях (Фестиваль Стритбола, Большая Игра, Зимний Мяч, Золотая Шайба, Кросс Наций, Лыжня России), тематических мероприятиях, посвящённых различным традиционным и государственным праздникам

(Рождество, Масленица, День Защитника Отечества, День Государственного флага и др.), проходят подготовку к выполнению нормативов ВФСК ГТО и успешно сдают их, а также участвуют в спортивно-оздоровительных занятиях клуба и тренировках по игровым видам спорта. Возглавляют клуб учителя физической культуры МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти Дроботов С.А., руководитель физической культуры и спорта Школы, и Чистякова М.А., мастер спорта России международного класса.

✓ Начав в 2022 году реализацию проекта «Организация образовательной среды, способствующей поддержке и развитию одаренных обучающихся-спортсменов в условиях общеобразовательной школы» (Приказ Минпросвещения России от 30.12.2021 № 1036 «О федеральных инновационных площадках»), в школе:

– созданы *специализированные спортивные классы-команды*, в которых обучаются юные спортсмены – гандболисты, футболисты, неоднократные призеры первенств по своим видам спорта;

– педагогами школы разработаны рабочие *интегрированные образовательные программы* по предмету «Физическая культура» «Гандбол 5-9 классы» и «Футбол 5-9 классы» [1];

– в образовательную деятельность внедрен гибридный формат обучения, для повышения успешности обучающихся-спортсменов, в первую очередь для обучающихся-спортсменов одиночного вида спорта;

– успешно осуществляется углубленное изучение предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования, обучающиеся нацелены на качественную подготовку и поступление в профессиональные образовательные учреждения, в которых требуется высокий уровень физической подготовленности. В 2022 году 50 выпускников поступили на педагогические специальности (из них 70% обучающихся поступили по направлениям «учитель физической культуры», «тренер-преподаватель») в ССУЗы и ВУЗы, 40 обучающихся – Военные училища и Академии. Успешно реализуется сотрудничество с Тольяттинским социально-педагогическим колледжем по

организации *дуального обучения* (целевая программа). Традиционно выпускники Школы становятся в последующем учителями образовательной организации, в том числе в МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти, благодаря правильно выстроенным приоритетам, профориентационной работе с обучающимися и совместной деятельности Школы с Тольяттинским социально-педагогическим колледжем.

Результативность данной работы демонстрируют спортивные достижения обучающихся МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти: количество спортивных кубков, полученных обучающимися школы в городских, областных, Российских и Международных соревнованиях в 2006 году – 10, в 2021 году – 275. Победы сверстников из «спортивных» классов ориентируют детей активнее заниматься физкультурой и спортом. Спортивные командные игры создают условия для совершенствования и саморазвития личности обучающихся, помогают овладеть современными коммуникативными навыками и ежегодно показывать достойные результаты во Всероссийских спортивных соревнованиях школьников «Президентские состязания» на муниципальном уровне.

Ежегодное анкетирование родителей обучающихся в МБУ «Школа №31» показывает, что современные родители ориентированы на укрепление здоровья и физическое развитие школьников (92% родителей на начало 2018-2019 учебного года и 98% родителей на начало 2021-2022 учебного года), удовлетворены тем, что их дети имеют возможность совершенствовать физические качества в образовательной организации (97% родителей на конец 2018-2019 учебного года и 99% родителей на конец 2021-2022 учебного года).

Миссия школы определяется как создание необходимых условий для системы физкультурно-оздоровительных услуг различных категорий населения, способных не только удовлетворять потребности и интересы людей, но и целенаправленно формировать мотивацию к здоровому образу жизни через осознание личной необходимости в совершенствовании, развитии психофизических качеств, которые повлекут за собой укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение работоспособности и укрепление семьи.

Здоровьесберегающие технологии для развития физической культуры в МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти в своей ориентации нацеливают на более полную и качественную подготовку обучающихся к собственно соревновательной деятельности, поступлению в профессиональные образовательные учреждения, в которых требуется высокий уровень физической подготовленности. Обучающиеся получают качественное образование по учебной и внеучебной деятельности по направлению «Физическая культура» в режиме Школы «полного дня», которое помогают обеспечивать социальные партнеры (тренеры-преподаватели) (школа - спортивная секция (организация) – ССУЗ/ВУЗ).

Список литературы

1. Интегрированная образовательная программа по физической культуре и спорту «Футбол» для 5-9 классов МБУ «Школа №31» г.о. Тольятти Самарской области [Электронный ресурс] // <http://school31.tgl.net.ru/images/2018/Plosadka/Zizikova.pdf> (дата обращения 15.11.2022 г.)
2. Национальный проект «Демография» Министерства просвещения Российской Федерации <https://xn--80aaparmemcchfmo7a3c9ehj.xn--p1ai/projects/demografiya> (дата обращения 15.11.2022 г.)
3. Национальный проект «Образование» Министерства просвещения Российской Федерации // <https://edu.gov.ru/national-project> (дата обращения 15.11.2022 г.)
4. Об образовании в Российской Федерации: федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ (ред. От 23.07.2013) // СПС Консультант-Плюс/ http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения 15.11.2022 г.)
5. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года // <https://minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030/> (дата обращения 15.11.2022 г.)

УДК 796.03

*Шеменева Екатерина Александровна**магистрант**Уральский Федеральный университет, г. Екатеринбург**E-mail: shmelka2000@mail.ru*

РАЗВИТИЕ ШКОЛЬНОГО СПОРТА В РАМКАХ СТРАТЕГИИ–2030 НА ПРИМЕРЕ ГИМНАСТИКИ

*Shemenova Ekaterina Alexandrovna**Master's student**Ural Federal University, Yekaterinburg**E-mail: shmelka2000@mail.ru*

DEVELOPMENT OF SCHOOL SPORTS IN THE FRAMEWORK OF THE STRATEGY–2030 ON THE EXAMPLE OF GYMNASTICS

Аннотация. Ключевой проблемой данной статьи является недостаточный уровень занимающихся физической культурой и спортом в Российской Федерации, в частности в возрастной категории граждан от 3 до 29 лет. Цель работы заключалась в выявлении условий, способствующих развитию школьного спорта в Свердловской области. Результаты исследования показали, что развитие школьного спорта в Свердловской области на примере гимнастики является перспективным направлением в сфере физической культуры и спорта и содействует отбору одаренных детей для дальнейшей профессиональной деятельности в спорте.

Abstract. The key problem of this article is the insufficient level of those engaged in physical culture and sports in the Russian Federation, in particular in the age category of citizens from 3 to 29 years. The purpose of the work was to identify conditions conducive to the development of school sports in the Sverdlovsk region. The results of the study showed that the development of school sports in the Sverdlovsk region on the example of gymnastics is a promising direction in the field of physical culture and sports and promotes the selection of gifted children for further professional activity in sports.

Ключевые слова: *школьный спорт, физическое воспитание детей, популяризация физической культуры, школьники, гимнастика.*

Keywords: school sports, physical education of children, popularization of physical culture, schoolchildren, gymnastics.

В рамках стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года целевой показатель доли детей и молодежи в возрасте от 3 до 29 лет, систематически занимающихся физической культурой и спортом, должен достигать 90 % к 2030 году [1]. В связи с тем, что учебные планы в образовательных учреждениях предполагают организацию и проведение уроков по физической культуре, то значительный процент школьников можно считать систематически занимающимися физической культурой и спортом. При этом занятия по школьному спорту, проводимые во внеурочное время, будут способствовать наиболее углубленному развитию физических качеств, формированию физической культуры личности, а также выявлению наиболее способных детей для будущего карьерного роста юных спортсменов.

Согласно Федеральному закону «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», школьный спорт представляет собой часть спорта, направленную на физическое воспитание и физическую подготовку обучающихся в общеобразовательных организациях, их подготовку к участию и участие в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, в том числе в официальных физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях [4]. Соответственно, школьный спорт может являться основой для развития студенческого спорта, а также для спорта высших достижений. В определении школьного спорта преобладают два основных понятия – физическое воспитание и физическая подготовка. В свою очередь, физическое воспитание направлено на формирование всесторонне развитого человека с высоким уровнем физической культуры, тогда как физическая подготовка подразумевает развитие физических качеств и способностей. Так, для эффективной реализации занятий в рамках школьного спорта необходимо формировать ценностное отношение к физической культуре и здоровому образу жизни.

Для организации школьного спорта необходимо руководствоваться следующими условиями:

- подбором высококвалифицированных кадров;
- развитием объектов спортивной инфраструктуры;
- обеспечением финансирования.

Высококвалифицированным специалистам необходимо обладать профессиональными и общекультурными компетенциями, иметь высшее образование в сфере физической культуры и спорта, проходить курсы повышения квалификации. По завершению этапа школьного спорта следует студенческий спорт, реализация которого возможна при правильно сформированных умениях и навыках в школьном возрасте, что также является компетенцией тренера–преподавателя. Стоит отметить, что становление физического воспитания происходит в детском возрасте и имеет важное значение при формировании внутренней мотивации к занятиям двигательной активностью в юношеском, зрелом и пожилом возрасте. Соответственно, тренеру–преподавателю необходимо формировать базовые знания, умения и навыки таким образом, чтобы в дальнейшем сохранять мотивацию у граждан к занятиям физической культурой и спортом, тем самым способствуя поддержанию уровня здоровья и улучшению качества жизни. Также специалистам в области физической культуры и спорта необходимо выявлять природные данные спортсменов, определять возможные перспективы в профессиональном спорте и осуществлять подготовку занимающихся на различных уровнях подготовки.

Следующим немаловажным условием в организации школьного спорта является инфраструктура, включающая в себя спортивные объекты различных типов, которые должны соответствовать потребностям занимающихся, обладать требуемой пропускной способностью, включать необходимое оборудование и инвентарь, а также обеспечивать безопасность проведения занятий. Соблюдение приведенных требований будет способствовать эффективной организации процесса физической подготовки школьников. На примере гимнастики к

обязательному оборудованию и инвентарю можно отнести: шведскую стенку, маты, ковры, гимнастические предметы – скакалки, обручи и прочее.

В организации школьного спорта еще одним важным фактором является финансирование. Для реализации требуемых условий, как в части подбора высококвалифицированных кадров, так и в обеспечении спортивными сооружениями, необходима финансовая поддержка со стороны государства на всех уровнях – федеральном, региональном и местном, что будет способствовать наиболее эффективному функционированию школьного спорта.

Таблица 1

Целевые показатели до 2030 год

Наименование целевого показателя	Значение целевого показателя				
	2022 год	2024 год	2026 год	2028 год	2030 год
Доля детей и молодежи в возрасте 3 - 29 лет, систематически занимающихся физической культурой и спортом, процентов	84,3	86	87	88,5	90
Уровень обеспеченности граждан спортивными сооружениями исходя из единовременной пропускной способности объектов спорта, процентов	59	62	66	70	74
Количество штатных работников физической культуры и спорта, тыс. человек	428	465	525	585	649

В данной таблице представлены показатели, направленные на увеличение количества детей и молодежи, систематически занимающихся физической культурой и спортом, развитие спортивной инфраструктуры, повышение количества высококвалифицированных специалистов в сфере физической культуры и спорта в Российской Федерации. По приведенным показателям видно, что в настоящее время кадровое обеспечение является особенно актуальным, в связи с этим количество работников сфере физической культуры и спорта должно возрасти в 1,5 раза к 2030 году. Уровень обеспеченности спортивными сооружениями должен повыситься на 15%, такой показатель обусловлен сложностью быстрого возведения спортивных сооружений. В свою

очередь, доля занимающихся детей и молодежи должна увеличиться на 5, 7%, что говорит о вовлеченности данной возрастной группы населения к занятиям физической культурой и спортом.

Таблица 2

Целевые показатели до 2024 года в Свердловской области

Наименование целевого показателя	Значение целевого показателя		
	2022 год	2023 год	2024 год
Доля детей и молодежи в возрасте 3 - 29 лет, систематически занимающихся физической культурой и спортом, процентов	86,8	86,8	86,8
Уровень обеспеченности граждан спортивными сооружениями исходя из единовременной пропускной способности объектов спорта, процентов	57	58	60

При рассмотрении целевых показателей до 2024 года в Свердловской области в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни», доля детей и молодежи в возрасте от 3 до 29 лет, систематически занимающихся физической культурой и спортом в Свердловской области, должна достигнуть показателя 86,8 %. Уровень обеспеченности граждан спортивными сооружениями – 60% [2]. В этой связи развитие школьного спорта будет способствовать поддержанию данных показателей.

В качестве примера реализации школьного спорта можно привести проведение занятий по гимнастике. Данный вид спорта является базовым, соответственно, развитие школьного спорта на основе гимнастики может способствовать выявлению одаренных спортсменов, в дальнейшем которые могут заниматься различными видами гимнастики: художественной, спортивной или эстетической. В целом гимнастика направлена на развитие гибкости и координационных способностей, что может являться фундаментом для освоения других видов спорта. Также занятия гимнастикой способствуют оздоровлению организма школьников: развитию физических качеств, формированию правильной осанки, профилактике плоскостопия, что может содействовать улучшению уровня здоровья занимающихся. Сформированные базовые знания,

умения и навыки в школьном возрасте, а также ценностное отношение к занятиям физической культурой и спортом будут увеличивать количество занимающихся гимнастикой в студенческом возрасте. В свою очередь, высококвалифицированные кадры в образовательных учреждениях должны обладать компетенциями тренеров–преподавателей по видам спорта: художественная гимнастика, спортивная гимнастика, эстетическая гимнастика.

Для достижения профессиональных результатов в гимнастике, необходимо начинать спортивную подготовку с дошкольного возраста. Так, введение дошкольных курсов подготовки при образовательных учреждениях будет содействовать выявлению перспективных спортсменов на более раннем этапе подготовки, что позволит увеличить количество профессиональных гимнастов в дальнейшем. В конце 2022 года в городе Екатеринбург запланировано открытие центра художественной и эстетической гимнастики, в котором будет выстроена система спортивной подготовки гимнасток, начиная с юного возраста и заканчивая спортом высших достижений [3]. Соответственно, в целях популяризации гимнастики создаются благоприятные условия в Свердловской области, что свидетельствует о целесообразности развития данного вида спорта среди граждан дошкольного, школьного и студенческого возрастов. Также важно отметить, что гимнастика, в частности художественная, имеет финансовую доступность только для определенных категорий граждан. Личный инвентарь спортсменов, тренировочная и соревновательная формы предъявляют высокие требования в отношении финансирования. В связи с этим немаловажным фактором в части привлечения спортсменов к профессиональным занятиям гимнастикой является финансирование со стороны государства. Примером может являться выделение субсидий из всех уровней государственного бюджета: федерального, регионального, местного.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что развитие школьного спорта является необходимым с разных точек зрения: происходит увеличение количества занимающихся физической культурой и спортом различных возрастных групп населения, формируется внутренняя мотивация к занятиям

физкультурно-спортивной деятельностью, проходит отбор перспективных спортсменов для их дальнейшего совершенствования в профессиональном спорте. Наиболее важными условиями для организации школьного спорта являются: подбор высококвалифицированных кадров, развитие объектов спортивной инфраструктуры, в том числе предоставление необходимого оборудования и инвентаря; обеспечение финансирования школьного спорта.

В Свердловской области гимнастика является перспективным видом спорта, в связи с этим создаются условия для реализации эффективной спортивной подготовки. Соответственно, организация школьного спорта в Свердловской области на основе гимнастики является целесообразным направлением в части привлечения занимающихся физической культурой и спортом.

Список литературы

1. Министерство спорта Российской Федерации : Стратегия–2030 : сайт. – URL : <http://www.minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030/> (дата обращения: 12.11.2022).
2. Министерство спорта Российской Федерации : Федеральный проект «Спорт – норма жизни» : Паспорт федерального проекта : сайт. – URL : <http://www.minsport.gov.ru/2019/doc/Pasport-federalnogo-proekta.pdf> (дата обращения: 11.11.2022).
3. Официальный сайт Министерства физической культуры и спорта Свердловской области : Новости : сайт. – URL : <https://minsport.midural.ru/news/show/id/563> (дата обращения: 14.11.2022).
4. Российская Федерация. Федеральный закон. О Физической культуре и спорте в Российской Федерации № 329-ФЗ : [принят Государственной думой 16 ноября 2007 года : одобрен Советом Федерации 23 ноября 2007]. – URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038/ (дата обращения: 12.11.2022).

© Шеменова Е.А.

УДК 796.03

Шик Денис Владимирович*учитель физической культуры Муниципального автономного образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 17», г. Красноурьинск**E-mail: schik-fizra17@mail.ru***Злобина Любовь Александровна***учитель физической культуры Муниципального автономного образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 17», г. Красноурьинск**E-mail: pahom962@mail.ru***Самыкин Валентин Андреевич***учитель физической культуры Муниципального автономного образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа № 17», г. Красноурьинск**E-mail: samykinva92@gmail.ru*

**МОНИТОРИНГ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ КАК ОДНА ИЗ
ФОРМ СИСТЕМ ОЦЕНКИ И ПРОГНОЗИРОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ, С УЧЕТОМ ИХ
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ**

Chic Denis Vladimirovich*teacher of physical culture of the Municipal autonomous educational institution «Secondary school
No. 17», Krasnoturinsk**E-mail: schik-fizra17@mail.ru***Zlobina Lyubov Aleksandrovna***teacher of physical culture of the Municipal autonomous educational institution «Secondary school
No. 17», Krasnoturinsk**E-mail: pahom962@mail.ru***Samykin Valentin Andreevich***teacher of physical culture of the Municipal autonomous educational Institution «Secondary school
No. 17», Krasnoturinsk**E-mail: samykinva92@gmail.ru*

**MONITORING OF THE LEVEL OF PHYSICAL DEVELOPMENT AS ONE
OF THE FORMS OF SYSTEMS FOR ASSESSING AND PREDICTING THE
PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS, TAKING INTO ACCOUNT THEIR
INDIVIDUAL CAPABILITIES**

Аннотация. В статье представлены исследования развития нового направления широкомасштабного тестирования в образовании, посвященного мониторингу физического развития и физической подготовленности обучающихся.

Abstract. The article presents research on the development of a new direction of large-scale testing in education, dedicated to monitoring the physical development and physical fitness of students. Annotation. The article presents research on the development of a new direction of large-

scale testing in education, dedicated to monitoring the physical development and physical fitness of students.

Ключевые слова: мониторинг, физическое развитие, мероприятия по наблюдению, физическая подготовленность, двигательная активность, педагогический мониторинг, физические упражнения, индивидуальные показатели.

Keywords: monitoring, physical development, monitoring activities, physical fitness, motor activity, pedagogical monitoring, physical exercises, individual indicators.

Под мониторингом следует понимать систему мероприятий по наблюдению, анализу, оценке и прогнозу состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности обучающихся, мониторинг дает нам возможность как учителю по физической культуре отследить динамику роста и падения результатов, выявить причины и скорректировать работу так, чтобы каждый обучающийся был успешен по окончании школы. Сбор данных о наиболее значимых характеристиках качества образования, их обработку, анализ и интерпретацию с целью обеспечения общества и системы образования достоверной, достаточно полной и дифференцированной по уровням использования информацией о соответствии процессов и результатов образования нормативным требованиям, происходящих переменах и прогнозируемых тенденциях.

Создание системы педагогического мониторинга является одной из важнейших задач школы. В той или иной мере мониторинг в системе школьного образования существовал всегда. Это сдача нормативов на уроках физической культуры.

Однако опыт показывает, что формы традиционного мониторинга недостаточно эффективны и имеют ряд серьезных недостатков:

- контроль за состоянием обучения носит нерегулярный характер;

- методики не ориентированы на систематическое применение, поэтому невозможно проследить динамику тех или иных изменений в образовательном процессе.

Мониторинг должен включать комплекс разнообразных, не сложных в исполнении и вместе с тем информативных широкомасштабных методов тестирования с предоставлением количественно-качественной оценки уровня физического развития обучающихся, физической подготовленности, работоспособности, общего самочувствия и здоровья с целью оптимизации учебно-воспитательного процесса, проведения своевременных профилактических и коррекционных мероприятий.

Целью исследования является изучение мониторинга физического развития и физической подготовленности обучающихся, формирование углубленных знаний в области физического состояния и здоровья обучающихся, овладение широким спектром концептуальных и методических подходов для оценки различных параметров физического развития и физической подготовленности обучающихся (занимающихся и не занимающихся физической культурой и спортом).

В ходе работы поставлены и решены следующие задачи:

– понять законы сохранения уровня физического статуса человека на разных этапах онтогенеза;

– узнать о возможностях и особенностях осуществления мониторинга физического развития, двигательных способностей обучающихся в разнообразных формах физической культуры навыков, помогающих оценить уровень физического развития, физической подготовленности, психомоторных параметров, а также уровня здоровья обучающихся с учетом пола, возраста, характера двигательной активности и применить их на практике;

– научиться обрабатывать, анализировать, обобщать и интерпретировать материалы научной информации, полученной в результате осуществления мониторинга физического развития, физической подготовленности обучающихся физической культурой и спортом;

– получить навыки внедрения информационно-диагностических компьютерных технологий для сбора, обработки и хранения данных по оценке показателей физического развития, физической подготовленности и здоровья.

В целях содействия правильному физическому развитию обучающихся, а также гармоничному воспитанию основных физических качеств и двигательных способностей на уроках физической культуры необходимо осуществляться контроль за физической подготовленностью обучающихся, средством которого служат тестовые упражнения. В качестве тестов используются упражнения, содержание которых характеризуют показатели двигательных способностей, обучающихся скоростных, координационных, скоростно-силовых, а также выносливости и гибкости.

Внедрение мониторинга оказывает влияние на методику работы учителя. Мониторинг ставит перед учителем конкретные методические задачи, решение которых и создает условия для его применения в учебном процессе. Мы работаем над методической темой: «Мониторинг уровня физического развития как одна из форм систем оценки и прогнозирования физической подготовленности обучающихся с учетом их индивидуальных возможностей».

В результате каждый обучающийся:

- знает уровень своего развития по всем тестам,
- отслеживает динамику роста или падения результатов,
- стремится к улучшению своих результатов и выполняет самостоятельные занятия физическими упражнениями.

По всем тестируемым упражнениям мы, как учителя физической культуры:

- отслеживаем динамику и корректируем свою работу так, чтобы она положительно влияла как на слабые стороны каждого обучающегося индивидуально, так и улучшала физические качества обучающихся с высоким уровнем физического развития;

- выбираем формы, методы и средства обучения, организовываем двигательную деятельность обучающегося на уроке с учетом его

индивидуальных особенностей, динамики физической подготовленности и учитываем индивидуальные показатели состояния здоровья.

Быстрота – это способность человека выполнять максимальное число движений за минимальный отрезок времени. Быстрота важна не только в спорте, но и в повседневной жизни. Способность быстро бегать, быстро реагировать на опасности может спасти жизнь. Основным методом воспитания быстроты выполнения различных движений является повторный метод с максимальной быстротой скоростью. Длительность отдыха между повторениями должна позволять ребенку практически полностью восстановиться. Количество повторений должно быть такое, которое ребенок может выполнить без значительного снижения быстроты. Особенно эффективны упражнения в виде различных эстафет и соревнований на быстрейшее их выполнение.

Сила – это физическое качество, которое заключается в способности человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему за счёт мышечного напряжения. Ребенок должен управлять своими мышцами и должен быть способен к мышечному напряжению.

Способность к мышечному напряжению зависит от степени развития костно-мышечной системы, функционального состояния нервных центров, регулирующих частоту, степень и объём мышечных сокращений. Таким образом, развитие силы ребёнка зависит от развития его мышц.

Развитие силы ребёнка является важным условием для развития двигательных умений, т.к. многие из них требуют уже относительно развитой мышечной силы – бег, прыжки, метание, лазание. Не имея достаточно развитой силы, нельзя быстро или долго бегать, плавать, высоко прыгать, далеко метать. Чем лучше развиты мышцы и выше способность к управлению мышечными усилиями, тем легче выполнять движения, овладевать новыми, добиваться эффекта в двигательной деятельности.

Выносливость – важнейшее физическое качество, проявляющееся в профессиональной, спортивной деятельности и в повседневной жизни людей.

Она отражает общий уровень работоспособности человека. **Это способность противостоять утомлению.**

Гибкость - это способность человека выполнять физические упражнения с большой амплитудой. Она также улучшает кровообращение и может уберечь от некоторых серьезных заболеваний, повышает подвижность и координацию мышц, уменьшает мышечные боли и предотвращает травмы.

Ловкость – комплексное качество, компонентами которого являются точность движений в пространстве и во времени и способность изменять координацию движений в зависимости от внезапной смены внешних условий. Соответственно выделяются три стороны ловкости: первая характеризуется пространственной точностью движений, вторая – временной точностью и третья – точностью и быстротой двигательных решений в ответ на внезапные сигналы. При этом наиболее важной является способность адекватно приспосабливать свою деятельность к внезапной смене ситуаций. Пространственная и временная точность движений составляет необходимую предпосылку к развитию ловкости.

Ловкость проявляется в способности овладеть новыми движениями и быстро перестраивать их в соответствии с изменением обстановки. Ловкость развивается довольно медленно.

Под координационными способностями (ловкостью) следует понимать способность человека быстро, целесообразно, экономно и находчиво, т.е. наиболее совершенно, решать двигательные задачи, особенно сложные и возникающие неожиданно. Отражением уровня координационных способностей является степень соответствия двигательных действий окружающей обстановки.

Исходя из вышеизложенного, предлагаем использовать вариант таблицы мониторинга физической подготовленности обучающихся с учетом возрастных особенностей и состояния здоровья обучающихся, а так же с учетом двигательной активности и индивидуальных возможностей (см. таблицу 1).

Таблица 1

Сенситивные периоды развития физических качеств (по Филину В.П.,
Гужаловскому А.А, Волкову В.И., Ляху В.И.)

Физические качества	Возрастные периоды	
	Мальчики	Девочки
Быстрота движений	С 7 до 9 лет	С 7-9, 10-11, 13-14 лет
Сила	С 13-14, 17-18 лет	С 10-11, 16-17 лет
Скоростно-силовые качества	С 14-15 лет	С 9 до 12 лет
Выносливость аэробная (общая)	С 8-9, 10-11, 12-13, 14-15 лет	С 9-10, 11-12 лет
Гибкость	С рождения до 13-14 лет	С рождения до 13-14 лет
Ловкость	С 7 до 10 лет, с 16-17 лет	С 7 до 10 лет, с 16-17 лет

Проводя мониторинг на базе нашего образовательного учреждения, мы получили следующие результаты двигательной активности обучающихся МАОУ «СОШ №17» (см. таблицу 2).

Таблица 2

Двигательная активность обучающихся МАОУ «СОШ №17» г.Краснотурьинск

Параллель	Общее кол-во обучающихся	Кол-во занимающихся в различных спортивных секциях города	Кол-во не занимающихся в спортивных секциях города
1	128	33	95
2	130	43	87
3	107	41	63
4	104	57	47
5	108	19	89
6	111	20	91
7	128	54	74
8	85	29	56
9	87	39	48
10	26	5	21
11	63	17	46

Проанализировав результаты, мы сделали вывод, что большая часть обучающихся нашей школы имеет низкий уровень двигательной активности.

Рассмотрев ряд таблиц с нормативами по физической культуре для обучающихся 1-11 классов общеобразовательных учреждений (мониторинг), представленных различными авторами, мы предлагаем использовать таблицу, в которой будут представлены подвижные игры в начальной и средней школе для оценки такого спортивного качества как: ловкость, координация (см. таблицу 3).

Таблица 3

Нормативы спортивных испытаний

К	Меню	Спортивные (физические) качества
---	------	----------------------------------

		ловкость		гибкость		быстрота		выносливость		сила		скоростно-силовые		активность в игрово-деятельности
		Элементы подвижных игр				30 м		6 мин. бег		Отжимание от скамьи				
		м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	
1	5	+	+	Касание ладонями пол	Касание ладонями пол	6.0	6.2	Без останов ки	Без останов ки	17	11			+
	4	+	+-	Касание стоп	Касание стоп	7.3	7.5	Сочетание шагом	Сочетание шагом	10	6			+-
	3	-	-	Касание голени	Касание голени	7.5	7.6	шагом	шагом	7	4			-
2	5	+	+	Касание ладонями пол	Касание ладонями пол	7.1	6.2	Без останов ки	Без останов ки	17	11			+
	4	+	+-	Касание стоп	Касание стоп	6.7	7.6	Сочетание шагом	Сочетание шагом	10	6			+-
	3	-	-	Касание голени	Касание голени	6.9	7.1	шагом	шагом	7	4			-
3	5	+	+	Касание ладонями пол	Касание ладонями пол	6.8	7.9	Без останов ки	Без останов ки	22	13			+
	4	+	+-	Касание стоп	Касание стоп	6.0	6.2	Сочетание шагом	Сочетание шагом	13	7			+-
	3	-	-	Касание голени	Касание голени	6.2	6.4	шагом	шагом	10	5			-
4	5	+	+	Касание ладонями пол	Касание ладонями пол	6.6	6.6	Без останов ки	Без останов ки	22	13			+
	4	+	+-	Касание стоп	Касание стоп	6.0	6.2	Сочетание шагом	Сочетание шагом	13	7			+-
	3	-	-			6.2	6.4	шагом	шагом	10	5			-
5	Оценка	Полоса препятствий		Наклон вперед из положения стоя		30 м		6 мин бег		Отжимание/Подтягивание на низкой перекладине		Метание мяча на точность		Спортивные игры
	5	ез штрафа	ез штрафа	Касание ладонями пол	Касание ладонями пол	5.2	5.3	Без останов ки	Без останов ки	28/17	14/7	Центр круга	Центр круга	+
	4	1-3 очков	1-3 очков	Касание стоп	Касание стоп	5.5	5.8	Сочетание шагом	Сочетание шагом	18/14	9/6	Внутренний радиус	Внутренний радиус	+-
	3	4 и более	4 и более	Касание голени	Касание голени	6.6	6.6	шагом	шагом	13/9	7/4	Внешний радиус	Внешний радиус	-

6	5	Без	Без штрафа	Касание ладонями пол	Касание ладонями пол	5.2	5.3	Без останов ки	Без останов ки	28/17	14/7	Цен тр круг а	Цен тр круг а	+
	4	1-3 очко в	1-3 очко в	Касание стоп	Касание стоп	5.5	5.8	Сочета ние шагом	Сочета ние шагом	18/14	9/6	Вну трен ний рад иус	Вну трен ний рад иус	+ -
	3	4 и бо лее	4 и бо лее	Касание голени	Касание голени	6.6	6.6	шагом	шагом	13/9	7/4	Вне шний рад иус	Вне шний рад иус	-
7	Оценка	Элемент ы спорт.иг р		Наклон вперед из положения стоя		30 метров		12 мин бег		Отжимание/ подтягивание (на низкой перекладине)		Метение малого мяча/прыжок в длину с места		Спортивные игры
	5	Без штрафа	Без штрафа	+11	+15	4.7	5.0	7.00	7.30	36/24	18/18	39/184	26/179	+
	4	1-3 очко в	1-3 очко в	+6	+8	5.1	5.4	8.05	8.29	24/17	12/12	29/165	20/150	+ -
	3	4 и бо лее	4 и бо лее	+4	+5	5.3	5.6	8.20	8.55	20/13	10/10	25/144	17/139	-
8	5	Без штрафа	Без штрафа	+11	+15	4.7	5.0	6.50	7.14	36/24	18/18	39/184	26/179	+
	4	1-3 очко в	1-3 очко в	+6	+8	5.1	5.4	8.05	8.29	24/17	12/12	29/165	20/150	+ -
	3	4 и бо лее	4 и бо лее	+4	+5	5.3	5.6	8.20	8.55	20/13	10/10	25/144	17/139	-

9	5	Б ез ш т р а ф а	Без штр афа	+11	+15	8.2	9.6	13:00	9:50	36	18	215	180	+
	4	1- 3 о ч к о в	1-3 очк ов	+6	+8	9.2	10.4	14:50	11:40	24	12	190	160	+ -
	3	4 и б о л е е	4 и бол ее	+4	+5	9.6	10.6	15:20	12:10	20	10	170	150	-
10-11	5	Б ез ш т р а ф а	Без штр афа	+13	+16	8.0	9.3	12:40	9:50	42	19	50	44	+
	4	1- 3 о ч к о в	1-3 очк ов	+8	+9	8.5	10.1	14:30	11:20	31	13	40	36	+ -
	3	4 и б о л е е	4 и бол ее	-6	+7	8.8	10.5	15:00	12:00	27	11	36	33	-

Пояснение к таблице 3:

*Нормативы 1-8 класс составлены с учетом нормативов ГТО и нормативов, представленных В.И. Лях и нашего педагогического опыта

*Нормативы для 9-11 классов составлены с учетом нормативов ГТО.

Для определения ловкости обучающихся общеобразовательных учреждений мы предлагаем оценочную систему физических качеств (см. таблицу 4).

Таблица 4

Оценочная система физических качеств обучающихся

Ловкость		
Подвижные игры		
+	+ / -	-

Вовлеченность обучающегося в процесс игры, проявляет высокую двигательную активность с в зависимости от задач игры	Обучающийся менее вовлечен в игровой процесс, при выполнении игровой деятельности менее активен и не показывает высокое качество ловкости в зависимости то задач игры	Обучающийся не проявляет активность в игровой деятельности, пассивное проявление ловкости и координации, нет желание участвовать в игре
Полоса препятствий		
Без штрафа	1-3 очков	4 и более
Преодоление полосы препятствий без нарушения условий прохождения	Преодоление полосы с минимальными нарушениями условий прохождения	Преодоление полосы с многократными нарушениями условий прохождения
Элементы спортивных игры представленных в школьной программе по Ф.К		
Без штрафа	1-3 очков	4 и более
Элементы спортивных игр выполняются с учетом правил игрового вида спорта без их нарушений в техническом исполнении	Элементы спортивных игры выполняются с учетом правил игрового вида спорта с незначительными нарушениями в техническом исполнении	Элементы спортивных игры выполняются без знания правил и с многократными нарушениями правил игры

Для определения уровня физической подготовленности школьников предлагаем использовать бальную систему оценивания.

Таблица 5

Определение уровня физической подготовленности обучающихся

Баллы		
<i>Высокий</i>	<i>Средний</i>	<i>Низкий</i>
1-4 класс		
24-30 баллов	15-23 баллов	14 баллов и ниже
5-6 класс		
28-35	17-27	16 баллов и ниже
7-11 класс		
28-35	17-27	16 баллов и ниже

Пояснения к таблице 5.

Система начисления баллов:

- За выполнение норматива на оценку «5», начисляется 5 баллов.
- За выполнение норматива на оценку «4», начисляется 3 балла.
- За выполнение норматива на оценку «3», начисляется 1 балл.
- За выполнение свыше норматива начисляется +1 балл.

Отслеживание своих результатов обучающиеся могут в Google Форме.

В данной таблице мониторинга обучающийся может видеть уровень подготовленности как всего класса, так и свои индивидуальные показатели, что позволяет обучающемуся провести сравнительный анализ результатов и уровня подготовленности по отношению к своим одноклассникам.

Позитивные изменения в показателях двигательной подготовленности обучающихся определяют эффективность процесса физического воспитания в течение каждого учебного года.

Но, как бы ни были низки исходные показатели двигательной подготовленности учащихся, важно иметь в виду, что ***успех процесса физического воспитания определяется не уровнем подготовленности, а положительной динамикой изменений этих показателей*** в процессе систематических занятий, увлечённостью занимающихся, их заинтересованностью в развитии своего организма.

Таким образом, организация и проведение уроков физической культуры на основе мониторинга развития физических качеств, способствуют в целом положительной динамике показателей, характеризующих физическую подготовленность школьников.

Список литературы

1. Каинов А.Н. Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях. – Волгоград: ВГАФК,
2. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы / Для учителей общеобразовательных учреждений // 7 издание. Москва Просвещение 2010 г.// авт. Доктор пед.наук В.И. Лях, канд. пед.наук А.А. Зданевич.
3. Ломейко В.Ф. Развитие двигательных качеств на уроках физической культуры в 1-10 классах-В.Ф. Ломейко.- Минск: Народная асвета, 1980-128 с.
4. Лукьяненко В.П. Современное состояние и концепция развития общего среднего физкультурного образования в России / В.П. Лукьяненко. Ставрополь: Издательство СГУ, 2002.-312 с.
5. Настольная книга учителя физической культуры / авт.- сост. Г.И. Погадаев; под ред. Л.Б.Кофмана.-М: Физкультура и спорт
6. Настольная книга учителя физической культуры: справ.- метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Изд-во Астрель»,
7. Физическая культура: 5-7-е классы: учебник/ М.Я.Вилевский, И.М. Туревский, Т.Ю.Торочкова [и др. под ред. М.Я. Виленского.- 12-е изд., стер.- Москва: Просвещение, 2022.-255,[1]с.: ил.

8. Физическая культура. 10-11 классы: учеб. Для общеобразоват. организаций / В.И. Лях, А.А. Зданевич ; под ред. В.И. Ляха. – 8-е изд.-М.: Просвещение 2013-237 и.: ил.
9. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / В.И. Лях.- 11-е изд., стр.- М.: Просвещение, 2022.- 271 с.: ил.
10. Физическая культура.1-4 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / В.И. Лях.- 3-е изд.- М.: Просвещение,2016.- 176 с.: ил.- (Школа России).
11. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособие/ Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов.- 2 –е изд.- М.: Издательский центр» Академия», 2001.-480 с.
12. Чермит К.Д. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст] учебное пособие.-М.: Советский спорт, 2005.- 272с.
13. <https://фцоомфв.рф/page351/page544/> .

© Шик Д.В., Злобина Л.А., Самыкин В.А.

Научное издание

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНОГО СПОРТА

Подписано в печать 01.12.2022. Формат 60х84/8.
Бумага для множ. ап. Гарнитура «Таймс». Печать на ризографе.
Усл. печ. л. 10,86. Тираж 100 экз. Заказ №