

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 34
города Таганрога Ростовской области**



**Творческий отчет учителя физической культуры
Горбачевой И.Ю. на заседании ШМО 20.09.2022**

Тема: «Инновации в реализации внеурочной деятельности»

Здоровье человека очень серьёзная тема. Во все времена люди заботились о своём здоровье и переживали за самочувствие близких людей. В современном мире эта тема вышла на первый план.

К сожалению, статистика такова, что количество здоровых детей, продолжает снижаться. Росстат выявил, что в течении последних нескольких десятилетий доля здоровых детей значительно снизилась. Более 60% обучающихся в России имеют различные заболевания, более чем у 80% ребят обнаружена низкая двигательная активность. Её не могут компенсировать даже уроки физической культуры.

Основные причины этой ситуации:

- нарушение экологической ситуации;
- некачественное питание ребят;
- плохая наследственность;
- отсутствие привычки к активному отдыху;

Основная причина происходящего – изменение образа жизни подрастающего поколения.

Это уже привело к тому, что у ребят стало появляться очень много соблазнов, которые способствуют значительному ограничению двигательной активности. Под соблазнами мы понимаем гаджеты, Интернет и т.п.).

Нет таких людей, которые бы не понимали, всю важность занятий физической культурой и спортом. Нет таких людей, которые бы не понимали, что необ

ходимо закаляться, что необходимо делать зарядку. Однако этим людям так тяжело себя пересилить, заставить раньше проснуться утром и сделать зарядку. Мы, взрослые люди, откладываем всё это на «потом», но часто становится поздно...

Считаю, что воспитание серьёзного и сознательного отношения к собственному здоровью необходимо начинать в тот же период что и формирование таких качеств человека, как нравственность и патриотизм. То есть с самого раннего детства.

Если в семье осознают важность занятий физической культурой и спортом для формирования здоровья своего ребёнка, то родители собственным примером помогают формированию у подрастающего человека осознанного и серьёзного отношения к своему здоровью.

В тоже время, считаю, что если учитель, преподающий любой предмет в школе, осознаёт важность вопроса сохранения здоровья своих любимых учеников, то он не будет игнорировать проведение на своих уроках физминуток.

Почему же так происходит? Да просто, мы, взрослые люди, родители, считаем: что для нашего любимого ребёнка самое главное – хорошо учиться. А как получится хорошо учиться, когда у ребёнка часто кружится голова, затекает позвоночник. Что может сделать ученик, когда его маленький организм уже ослаблен болезнями. Что он может сделать, когда бороться с проблемами здоровья не умеет?

Воспитывая малыша, и в семье, и в школе зачастую употребляется слово «привычка».

Такие качества, как, отсутствие желания учиться, неорганизованность на рабочем месте, безответственность, конечно относятся к вредным привычкам.

Убеждена, что в корне всех обозначенных проблем, лежит ещё одна. И она главная. Это отсутствие у ребёнка привычки быть здоровым. Как духовно, так и физически.

Что же у нас получается? Сначала эта привычка не формируется в семье, а затем - в школе.

Давайте вместе подумаем. Мы часто слышим от родителей: «Если ты будешь плохо кушать – то заболеешь! Если ты не будешь тепло одеваться – то простудишься!» К сожалению, встречаются семьи, в которых не говорят: «Если ты не будешь делать зарядку – не станешь крепким! Не начнёшь ходить на стадион – тебе будет очень трудно добиться успеха в учёбе!»

Поэтому оказалось, что наши дети среди жизненных ценностей не ставят здоровье на первое место.

Во время работы над темой, мною были выявлены противоречия между:

- пристальным вниманием государства и общества к сохранению здоровья детей и отрицательной динамикой состояния здоровья современных школьников;
- особой ролью физического воспитания детей в сохранении и укреплении здоровья и недооценкой педагогами этой функции.

Эти противоречия указывают, что возникла необходимость расширить исследования в этой сфере. Так же пора обобщить полученный опыт применения новых технологий в сфере образования. И необходимо выработать нормативные положения их реализации.

Развитие мира привело к тому, что современный человек всё меньше осознаёт, что такое здоровый образ жизни. А что говорить о ребёнке?

Как считают специалисты, даже в том случае если ребята активны, то многие группы мышц не вовлекаются в движение.

Многие родители произносят: «Моему ребёнку достаточно побегать на уроках физкультуры». А я спрашиваю: «Уверены, что хватит?» По всей видимости, эти взрослые не понимают, что только на 11% уроки физкультуры могут восполнить дефицит двигательной активности. Получается, что одни уроки физической культуры не могут в должной мере формировать у ребёнка привычку к сохранению собственного здоровья.

Я поняла: главная цель учителя воспитывать своего ученика так, чтобы он с детства учился любви к себе, к людям, к жизни!

Я начала реализовывать здоровьесберегающие технологии в своей работе.

Через некоторое время разработала программу специально для учащихся начальных классов. И вот в нашей школе уже несколько лет проводятся занятия Корректирующей гимнастики в рамках внеурочной деятельности в соответствии с ФГОС НОО.

Цель реализации программы:

- Помощь в освоении школьниками основных социальных норм.
- Передача школьникам необходимых знаний о здоровом образе жизни и профилактике отклонений в состоянии здоровья.

В процессе реализации данной программы я постаралась создать наиболее оптимальные условия для успешного формирования и развития личности ребенка. Моё

работа строится таким образом, что сначала ребята усваивают простые знания, умения и навыки, выполняют несложные упражнения, затем они усложняются с каждым последующим заданием.

В разминку я включаю много гимнастических упражнений. Они влияют на снятие напряжения в шейном отделе позвоночника, коленном суставе. Стараюсь больше внимания уделяется общеразвивающим упражнениям. Они бывают с предметами или без предметов. При выполнении этих упражнений, мои ребята получают первоначальные представления о разнообразном мире движений. Он на первых порах, является для них чем-то необычным, новым. Именно необычность привлекает ребят на занятиях.

Так же в занятия включается много подвижных игр, для повышения физической активности учащихся: «Охотники и утки», «Два Мороза», «Гуси-лебеди», эстафеты.

Во время занятий я активно внедряю упражнения, способствующие профилактике плоскостопия и сколиоза.

Я провожу занятия с использованием информационных технологий. Например, при изучении подвижных игр по теме «Игры народов России».

Результативность деятельности кружка определяется посредством контроля умений и отслеживается через «диагностическую карту успехов и развития». Я их заполняю после прохождения диагностических тестов:

Таб.1

Ученик	Сентябрь	Декабрь	Март	Май
Быстрота				
Сила				
Выносливость				
Гибкость				
Координация				

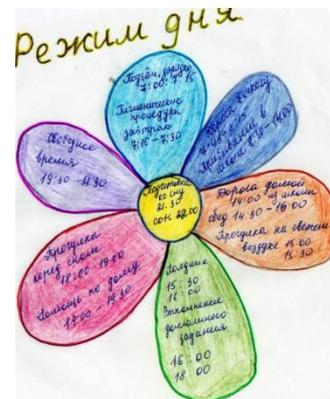
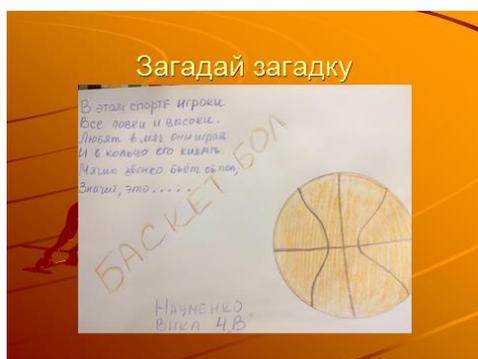


Программа получила экспертную оценку ФГБОУ ВПО «Таганрогский государственный институт имени А.П. Чехова». А также была удостоена диплома призера Всероссийского сетевого конкурса «Профессиональный успех – XXI» в номинации «Программы, способствующие развитию детей и молодёжи во внеурочное время». В 2019 году я представила её на VI Всероссийской Ярмарке социально-педагогических инноваций 2019г. «Инновационные решения в области образования и воспитания гармонично развитой личности на основе традиций и культурного наследия» я заняла 2 место.

Я не останавливаюсь на достигнутом. И для того, чтобы было легче работать с ребятами, которые к сожалению, с ограниченными возможностями, я стала участником Всероссийской Педагогической видеоконференции «Инклюзивная школа: перспективы и барьеры». Прохожу курсы повышения квалификации.

Но не только в урочное время я занимаюсь формированием здоровых основ у ребят.

Ежегодно в нашей школе проводятся недели Физической культуры и спорта. Яркой и запоминающейся стала неделя «Навстречу Олимпиаде». В рамках этой недели я провела праздник «Папа, мама, я – олимпийская семья», Лонг-моб (акция, разработанная Журналом «Спорт в школе»), конкурс проектов.



Так же приняла участие в создании методических материалов, посвященных Олимпиаде «Сочи-2014». Итоги этой акции напечатаны в журнале «Спорт в школе».

ВОЛЕЙБОЛИ И ЧЕРЛИДИНГ

- После пяти лет занятий спортивным плаванием, Ксюша решила попробовать для себя новые виды спорта, которыми она занималась на протяжении двух лет- **черлидинг и волейбол**. Много раз она со своей командой участвовала в городских, областных и даже всероссийских соревнованиях.



В нашей школе проходила акция «Навстречу ГТО», где ребята проверили не только теоретические знания, но свои возможности по некоторым дисциплинам. Явка практически 100%, даже родители пришли.

За последние годы моя работа отмечена грамотами и благодарственными письмами.

Убеждена, что здоровье детей сегодня предопределяет здоровье, а также интеллектуальность нации завтра.

Ребёнок будет здоров том случае, если при его обучении применяются здоровьесберегающие технологии. Соответственно и качество его знаний значительно повысится.



Закончить свое выступление я хотела бы цитатой Д.А. Медведева: «Мы обновляем страну, обновляем общество, меняем нашу жизнь, меняемся сами. И по большому счёту всё, что мы делаем, мы делаем для тех, кого любим сильнее всего – для наших детей, потому что мы хотим, чтобы они жили лучше нас, чтобы они были лучше, чем мы, здоровее, чем мы, чтобы смогли сделать то, что, может быть, не успеем сделать мы. Чтобы из их успехов сложилось успешное будущее нашей великой России. Я уверен, так и будет!» Д.А. Медведев.

Учитель физической культуры

Горбачева И.Ю.