

УДК 796

**ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ ПО ВНЕДРЕНИЮ
ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА
«ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В ШКОЛЕ**

Бельды Н.В.

учитель физической культуры

МБОУ СОШ с. Найхин

с. Найхин, Нанайский район, Хабаровский край, Российская Федерация

E-mail: beldy.nata@list.ru

Аннотация. Статья посвящена организации работы по охране и укреплению физического, психического и социального здоровья детей и подростков через ВФСК ГТО в общеобразовательной организации. Основная задача педагогов нашей школы состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество обучающихся к участию в сдаче норм ВФСК ГТО, а также мотивировать их к увеличению двигательной активности.

Ключевые слова: ГТО, здоровьесберегающие технологии, мониторинг, ЗОЖ.

С целью обеспечения необходимых условий для системного подхода к охране и укреплению физического, психического и социального здоровья детей и подростков педагогами школы большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям на занятиях.

Основные направления работы выбраны на основе результатов диспансеризации учащихся:

- ✓ Обеспечение безопасной среды;
- ✓ Организация учебного процесса таким образом, чтобы он не навредил здоровью;
- ✓ Использование методик, соответствующих возрасту и возможностям учащихся;

✓ Правильная организация двигательного режима и физкультурно-оздоровительной работы;

✓ Формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни;

✓ Взаимодействие с медицинскими учреждениями, анализ состояния здоровья.

Организационная деятельность – это постановка задач, определение методов и средств, проведение опроса обучающихся, педагогов, родителей (законных представителей). Были проведены следующие мероприятия:

- мониторинг состояния здоровья и уровня физической подготовленности учащихся (заключительный с динамикой развития к концу учебного года);

- обновление содержания информационного стенда ВФСК ГТО;

- пополнение стенда «Золотой знак ГТО» (для чествования учащихся успешно выполнивших нормы ГТО);

- составление и работа по реализации плана мероприятий по внедрению ВФСК ГТО в школе;

- сформирована нормативно-правовая база по введению ВФСК ГТО.

- разработка и распространение информационно-пропагандистских материалов, направленных на привлечение всех категории обучающихся к выполнению нормативов ВФСК ГТО;

- изучение новых методических рекомендаций на заседании РМО учителей физической культуры по организации проведения испытаний, входящих во ВФСК ГТО (изменения в нормах с 01.04.2019 г.);

Мероприятия по организации ВФСК ГТО:

- классными руководителями совместно с учителями физической культуры проведены классные часы для учащихся 1-11 классов: «ГТО важно для всех», «Правила тестирования учащихся», «Государственные требования к уровню физической подготовленности учащихся при выполнении нормативов ВФСК ГТО для лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами»

- организован тренировочный процесс для желающих выполнить нормы ГТО;

- организация приема нормативов ВФСК ГТО на базе школы и КГКУ Детский дом;
- оформление сводных протоколов по выполнению норм ВФСК ГТО, отправка данных протоколов в центр тестирования ГТО;
- проведение школьного конкурса агитбригад по пропаганде здорового образа жизни;
- участие в районных спортивных мероприятиях на районном, краевом и всероссийском уровнях.

Организация повышения квалификации учителей физической культуры школы по вопросам внедрения ВФСК ГТО:

- Дополнительная профессиональная программа «Развитие профессиональных компетенций специалистов по физической культуре в условиях реализации ВФСК ГТО»;
- «Подготовка спортивных судей, главной судейской коллегии и судейских бригад физкультурных и спортивных мероприятий ВФСК ГТО»;
- Выступление на педагогическом совете школы по теме: «Работа по внедрению ВФСК ГТО в школе».

Организация процесса физического воспитания в школе.

Внеурочная физкультурная и спортивная работа.

Тема внедрения ВФСК ГТО в общеобразовательной организации сейчас очень актуальна. Основная задача педагогов нашей школы состоит в том, чтобы привлечь наибольшее количество обучающихся к участию в сдаче норм ВФСК ГТО, а также мотивировать их к увеличению двигательной активности.

Поэтому мы поставили следующие задачи:

1. Организационные:

- ✓ создание условий, способствующих развитию мотивации школьников к занятиям физической культурой и осознанному отношению к здоровью;
- ✓ содействие творческому развитию каждого ученика как на уроке, так и вне урока;

- ✓ организация сотрудничества педагогов, детей, родителей.

2. Методические:

Повышение интереса к учебной деятельности за счёт применения здоровьесберегающих технологий на уроках физической культуры;

использование руководств по здоровому образу жизни, специальной литературы и консультаций специалистов;

3. Воспитательные:

- ✓ Со школьниками младшего школьного возраста:

воспитание товарищеской взаимопомощи, умения сочетать личное и общественное; формирование критериев оценки и самооценки; объективная самооценка личных достоинств и недостатков: оценка действий товарищей в выполнении упражнений по заданию учителя, умение помочь товарищу в выполнении заданий, привитие навыков самообслуживания, трудолюбие в подготовке и уборке спортивного оборудования, преодоление трудностей на уроках лыжной подготовки. Самооценка движений при выполнении технического элемента. Решительность в выполнении упражнений на результат (прыжки, бег, метания);

- ✓ В среднем звене:

Сознательное отношение к качественному выполнению упражнений. Самостоятельное решение двигательных задач. Внимательное отношение к товарищам;

- ✓ В старшей школе:

Формирование самостоятельности в выполнении заданий. Подготовка к основной части занятий по лёгкой атлетике. Воспитание воли к победе на уроках спортивных игр. Формирование самостоятельности: самостоятельное решение в процессе подготовки и выполнения двигательных задач. Организация группы и проведение с ней тренировочного занятия;

4. Оздоровительные:

- ✓ коррекция отклонений физического развития;
- ✓ улучшение психоэмоционального состояния учащихся;

5. Контроль:

- ✓ медицинский мониторинг;
- ✓ психологический мониторинг;
- ✓ педагогический мониторинг.

Обучающиеся школьного возраста занимаются по типовой программе по физическому воспитанию для общеобразовательных школ. Программный материал усложняется по разделам за счёт увеличения сложности новых элементов – ведение модуля «Самбо».

В содержании рабочих программ учебный материал спланирован так, что один и тот же элемент физического упражнения для одних занимающихся будет предметом изучения, для других – закреплением и совершенствованием техники, а для третьих – станет подводным упражнением. Физические упражнения, направленные на освоение правильной ходьбы, бега, прыжков, метаний, навыков в равновесии, а также в передвижении на лыжах, дают возможность организовать работу детей основной, подготовительной и специальной медицинских групп.

Так, на каждом уроке после сообщения и уяснения учебных заданий и соответствующей организационно-подготовительной работы учащиеся получают возможность, во-первых, после необходимого инструктажа помогать друг другу при выполнении упражнений в парах, тройках, посменно в шеренгах. Во-вторых, выполнять роль помощников учителя. В-третьих, помогать одноклассникам, когда сами юные инструкторы поняли и уже освоили разучиваемые упражнения.

С первых уроков используются практические задания, способствующие формированию у учащихся умений самостоятельно решать отдельные задачи урока, соответствующих им заданий для учащихся разного возраста и с разным уровнем сформированности навыков самостоятельности.

В процессе самостоятельной работы происходит передача учащимся некоторых функций контроля за учебным процессом. При этом в младших классах поручается преимущественно количественная оценка выполнения движений, а

старшеклассники постепенно осваивают и качественную оценку выполняемых упражнений.

Представления о технике у учеников формируются по схеме: объяснение упражнения, восприятие показываемых движений, просмотр наглядных пособий, анализ собственных мышечных и других ощущений, возникающих при первых попытках выполнения движений, наблюдения за действиями других занимающихся. Все это создаёт ориентировочную основу, без которой невозможно освоение техники действия.

В зависимости от особенностей и сложности изучаемой техники действия, физической подготовленности занимающихся двигательное действие разучивается по частям или в целом. На этом этапе разучивания действия применяются подводящие упражнения в условиях, облегчающих выполнение движений. Осуществляется исправление ошибок, указывая на ошибку, предъявляя правильное исполнение и предоставляя ученику дополнительные попытки овладеть правильным способом выполнения.

На последующих уроках в целях совершенствования движений применяются различные методические приёмы: повышение высоты снарядов, увеличение амплитуды и скорости движений, поточное выполнение упражнений, повторение в форме соревнования на качество исполнения и результат, в игровой форме и др.

Специальные упражнения для совершенствования координации движений разрабатываются с учётом специфики темы урока.

Индивидуальную коррекционно-педагогическую работу с детьми строится с учётом их образовательных потребностей, индивидуальных и возрастных особенностей, которые определяются, прежде всего, в результате комплексного обследования, проводимого в первой половине сентября. С обучающимися, имеющими низкую мотивацию к предмету, или затруднения в обучении планируется индивидуальная работа:

- ✓ консультирование;
- ✓ участие в предметных Интернет-олимпиадах;

- ✓ привлечение к участию в физкультурно-массовых мероприятиях (например: День бега, Лыжня России и др.);
- ✓ организация помощи на уроках;
- ✓ привлечение к участию в секциях и кружках в зависимости от физических и индивидуальных особенностей;
- ✓ индивидуальные занятия по физкультуре с детьми ОВЗ.

Для повышения эффективности и поддержания интереса к занятиям систематически используются:

- ✓ мультимедийные презентации
- ✓ ресурсы сети «Интернет» (картинный материал, программно-методические разработки, фонотеку, различные игры и упражнения. Регулярно используются в подготовке к урокам материалы сайтов: [http://numi.ru /docs/](http://numi.ru/docs/), <http://kopilkaurokov.ru>, www.prodlenka.org, <http://multiurok.ru>.

Используются на уроках физической культуры цифровые предметно-методические материалы. Применяются для объяснения учебного материала разработки из Интернет-сообществ, большое внимание уделяется созданию собственных презентаций, активно вовлекая в эту работу учащихся.

Много внимания уделяется домашнему заданию, разработаны и собраны комплексы домашних заданий. Благодаря им учащиеся приучаются к самостоятельности, активно участвуют в процессе самосовершенствования.

Такой план позволяет систематизировать занятия, повысить их эффективность и усилить коррекционную направленность, а также осуществлять личностно-ориентированный подход в обучении и воспитании.

Контрольные испытания, задания, тестирования и т.д. дают исходную (и текущую) информацию для разработки индивидуальных заданий, суть которых – учащийся должен в каждый очередной период времени продвинуться дальше, что и подтвердит следующее тестирование. Если же этого не произошло, то вносятся в индивидуальные задания соответствующие коррективы. Задания даются реальными и стимулирующие учащихся к активной работе.

Тестирование уровня развития физических кондиций на уроках физкультуры, мониторинги уровня физической подготовленности, ставшие традиционными в нашей школе, не только позволяют продемонстрировать учащимся развитие двигательных и статических умений и навыков, но и дают богатый материал для организации дифференцированного обучения предмету и организации внеклассной работы, т.е. в соответствии со способностями и возможностями каждого. Данные обследования проводятся 2 раза в год.

По итогам мониторинга в 2021-2022 учебном году в сравнении с 2020-2021 учебным годом положительную динамику имеют показатели в метании набивного мяча, беге на 30 м, прыжке в длину с разбега. Разработаны индивидуальные маршруты с детьми, показавшими низкие результаты по прыжкам в длину, наклону вперед (причина: индивидуальные особенности детей, 3 группа здоровья, мышечная дистония и др.). Контроль за физическим развитием детей даёт возможность проанализировать динамику развития каждого ребёнка, наметить пути достижения наилучших результатов, а также убедиться в правильности выбора методов работы.

Уровень физической подготовленности учащихся

Уровень физической подготовленности	2020-2021 уч. год		2021-2022 уч. год	
	Всего учащихся: 102 чел		Всего учащихся: 136 чел	
выше среднего	65	64%	70	65%
средний	28	27%	40	28%
ниже среднего	9	9%	26	7%

Качественные и количественные показатели за 2021-2022 учебный год:

- ✓ Посещаемость спортивных мероприятий – 80-90 %;
- ✓ Успеваемость по физкультуре – 100%, качество – 93-100 %;

Наблюдается стабильный показатель качества знаний, это объясняется рядом факторов:

✓ профессиональный рост и авторитет педагога – о чём свидетельствуют позитивные выступления детей на соревнованиях, олимпиадах, хорошие результаты обучения;

✓ привлечение инновационных технологий в физкультуру

✓ применение учителем компьютерных технологий

✓ повышение интереса к предмету

✓ выбор обучающихся сдача нормативов ВФСК ГТО

Именно интерес и успешность является основным стимулом для систематических занятий.

Организация внеурочной деятельности

Принцип единства урочных и внеклассных занятий по физической культуре помогает осуществлять физкультурно-оздоровительную, физкультурно-спортивную работу. Целенаправленная урочная деятельность влечет за собой целенаправленную внеклассную работу.

В школе используются различные формы физкультурно-оздоровительной деятельности: спортивно-массовая, физкультурно-массовая, спортивная, спортивно-туристическая работа, физические упражнения на уроках, агитация и пропаганда физкультуры и здорового образа жизни.

В работе применяются такие формы физической активности, как:

1. «Малые формы» физической активности: физкультминутки во время учебной деятельности. Они помогают при интенсивном поиске индивидуальной оздоровительной системы.

2. Школьная олимпиада: получение физкультурного образования (приобретение знаний, умений, навыков, развитие физического потенциала, овладение основными движениями, улучшающими здоровье).

3. Спортивные секции: реализация желания совершенствоваться в избранном виде спорта, с пользой проводить досуг.

4. Спортивные соревнования и школьная спартакиада: проверка физического потенциала в условиях максимальной интенсивности.

5. Конкурс «Здоровый образ жизни»: комплекс мероприятий под девизом «Сотвори себя сам» (оценка физического потенциала учебных групп, состоящая из восьми тестов, проверка ростовесовых показателей, учет пропуска занятий по причине острых респираторных заболеваний).

6. Физкультурно-оздоровительные мероприятия, приобщение занимающихся к здоровому образу жизни (спортивные праздники, Дни здоровья, туристские походы, «Губернаторские состязания», фестиваль по национальным видам спорта, легкой атлетике и русской лапте и др.).

В нашей школе стало традиционным проведение школьной олимпиады по физической культуре. Олимпиада проводится в полном объеме (теоретическая и практическая части).

Занятия в спортивных секциях, кружках проводятся таким образом, чтобы они были приятными и ненавязчивыми, чтобы укрепить и развить интерес к занятиям физической культурой.

Всего во внеурочной деятельности задействовано более 100 человек, что составляет 60% от общего числа учащихся.

Организация и проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий за 2021-2022 учебный год

Большое место во внеклассной работе отведено спортивным соревнованиям, которые носят массовый характер. Среди них – традиционные соревнования по легкой атлетике, лыжам, баскетболу, туристскому многоборью, месячник по военно-патриотическому воспитанию. И каждое мероприятие тщательно готовится. В судейских коллегиях каждого соревнования работают подготовленные юные арбитры (это ребята, добившиеся высоких результатов в том или ином виде спорта, а также имеющие спортивные разряды). В этих мероприятиях принимает участие вся школа: и взрослые, и дети. Они направлены на пропаганду здорового образа жизни; на развитие таких качеств, как выдержка, соперничество и др.

Выход за рамки уроков физической культуры во внеурочную деятельность, свидетельствует о высокой мотивации воспитанников, которые дают положительные результаты.

Участие в сдаче норм ВФСК ГТО

Ученики школы успешно пройдя регистрацию на всероссийском портале ВФСК ГТО, выполнили полный комплекс ВФСК ГТО соответствующей возрастной ступени, участвуя в районном фестивале по ГТО. Обсуждение вопроса по внедрению ВФСК ГТО в школе на родительских собраниях. Результаты анкетирования показывают, что 100 % родителей положительно относятся к введению и выполнению нормативов ВФСК ГТО.

В рамках подготовки к муниципальным этапам зимнего и летнего фестивалей Всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) среди обучающихся образовательных организаций, проводились тренировочные занятия и отборочный тур на базе КГКУ Детский дом 37 и территории школы. Участие приняли учащиеся – III-IV ступени.

Испытания (тесты) проводились по видам: стрельба из пневматической винтовки из положения сидя или стоя с опорой локтей о стол или стойку, дистанция – 10 м, подтягивание из виса на высокой перекладине; сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу; наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье; прыжок в длину с места толчком двумя ногами; бег на лыжах на 1 км, 2 км, 3 км, 5 км.

Проблемы и нерешенные вопросы по внедрению и реализации комплекса ГТО

1. Одна из главных проблем – отсутствие помещений, оборудованной спортивной площадки и условий для реализации и внедрения комплекса ГТО;
2. Нехватка оборудования и инвентаря, используемого для проведения испытания по приему нормативов комплекса ГТО.

Предложения по реализации комплекса ГТО

1. Необходима методическая работа по подготовке спортивных судей, главной судейской коллегии и судейских бригад физкультурных и спортивных мероприятий ВФСК ГТО.

2. Приобретение спортивного инвентаря для приема нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО – в соответствии с приложением «Рекомендуемые оборудования и инвентарь, используемые для проведения мероприятий ВФСК ГТО»

Всё запланированное и все осуществляемое – это жизнь нашей школы, это участие в данном деле и педагогов, и (главное) самих воспитанников.

Бельды Наталья Владимировна, учитель физической культуры МБОУ СОШ с. Найхин, Почётный работник общего образования РФ.
Российская Федерация, 682375 Хабаровский край, Нанайский район, с. Найхин, ул. Школьная, д. 56.

Поступила в редакцию / Received 05/04/2023.

Принята к публикации / Accepted 11/04/2023.

Опубликована / Published 13/04/2023.