

Воропаева Татьяна Михайловна

учитель физической культуры

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа «Центр образования»

пос. Варламово муниципального района Сызранский Самарской области

пос. Варламово Сызранского района Самарской области

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВЛИЯНИЯ ВНЕКЛАССНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА ОБЩЕЕ ФИЗИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ШКОЛЬНИКОВ

Рассматривая вопрос сохранения генофонда нации, необходимо формировать соответствующую инфраструктуру здоровьесберегающих технологий. Цель здоровьесберегающего образования – укрепление психофизиологической жизнеспособности школьников и коррекция смысловой системы «внутренняя картина здоровья» до адаптационно-поддерживающего уровня. В настоящее время широко распространено и активно пропагандируется мнение о том, будто вовлечение детей и подростков в активные занятия спортом позволяет автоматически решить комплекс воспитательных задач (сохранение и укрепление их здоровья, формирование нравственной культуры различных аспектов девиантного поведения). На самом деле спортивная активность не во всех случаях оказывает позитивное влияние на занимающихся спортом. Практика показывает, что реализация потенциала зависит от целого ряда факторов. Иногда юноши и девушки любой ценой (даже за счет здоровья, нарушения нравственных принципов) стремятся победить, продемонстрировать своё превосходство над другими, завоевать ценные призы, приобрести славу. На основе проведенного опроса учащихся школы, выяснилось, что 24,6% не отказались бы от допинга ради достижения высокого спортивного результата. Во время спортивных соревнований 8,7% опрошенных искажали год рождения, 31,2% выступали под чужой фамилией.

Участие детей и подростков в спортивных соревнованиях и подготовка к ним нередко являются причиной возникновения у них сильных стрессов. Исследования, проведенные директором психиатрического института в Вашингтоне Лоуренсом Брейном, выявили тревожные данные о двадцати трёх миллионах американских детей, не достигших ещё одиннадцатилетнего возраста. Среди этих детей зафиксировано много случаев стресса, и часто они связаны именно с соревнованиями, в том числе спортивными. Дети переживают соперничество, отчаяние, нервное перенапряжение.

Особенно негативное влияние на детей и подростков оказывает участие их в спорте высших достижений. Ориентируясь на высокие спортивные результаты, на победу и рекорды, педагоги применяют не воспитательные технологии, а методы, которые истощают детей духовно и физически. Чтобы удержать спортсмена «на вершине», применяют методы, несовместимые с этикой.

Ради победы, достижения успеха спортсмены готовы сознательно жертвовать своим здоровьем. В связи с этим возникает комплекс проблем, касающихся школьного спорта: допустимо ли с гуманистических позиций включение школьников в спортивные соревнования высших достижений и использование этих соревнований в системе школьного образования и воспитания? Какое влияние они оказывают на духовную (нравственную, эстетическую, интеллектуальную) культуру школьников, не приводят ли к негативным последствиям для личностного развития и социальных отношений? Возможно ли каким-то образом и как именно избежать этого негативного влияния? Как должен быть организован школьный спорт, какое место занимать в системе физического воспитания школьников? Какой должна быть преимущественная ориентация школьного спорта – спортивной или оздоровительной?

Своё отношение к спортивным соревнованиям высказывал основоположник научной системы физического воспитания в России

П.Ф. Лесгафт. Он неоднократно обращал внимание на то, что спорт с соревнованием не должен быть допущен в школьном возрасте, а при организации игр детей и подростков необходимо, чтобы устанавливаемые правила ни в коем случае не допускали какого – либо соревнования, поощрения или наказания.

Прислушиваясь к рекомендациям Г. Андреса, которые он обсуждал в своей лекции в МОА, нужно учитывать следующее, при проведении спортивных соревнований в школе:

- не следует ставить спортивные соревнования в какое-то исключительное положение, они должны занимать одинаковое положение с играми, творчеством и т.д.;

- не должно быть никаких установок на победу любой ценой;

- должен быть тщательный отбор мероприятий: особое внимание следует уделять тому, чтобы включать разнообразные виды деятельности для того, чтобы они представляли интерес для многих учащихся;

- в школьных соревнованиях следует отдавать предпочтение групповым соревнованиям, поскольку здесь важны именно коллективные усилия;

- мероприятия должны проводиться в рамках спортивных занятий, успех в соревнованиях должен быть следствием школьных занятий спортом;

- участие в школьных спортивных соревнованиях должно быть сугубо добровольным.

Изменение подхода к программе спортивного соревнования. Речь идет о том, чтобы уйти от ориентации на узкую специализацию участников спортивных соревнований. Необходимо преодолеть изоляцию спорта от искусства. Интеграция спорта с искусством будет способствовать повышению духовно-нравственных, культурных начал спорта. Это видно на практике проведения различных фестивалей спорта и искусства. Так, в 1979г. во Франции была создана «Ассоциация Друзей Дней Радуги». В 1993г. Институтом международного спорта (США) разработан проект организации

Всемирных игр школьников – спортсменов. Программа «Спортивная юность» для школьников, разработанная в МОГАФК, наряду со спортивными соревнованиями включает в себя конкурс рисунков и поделок на спортивную тематику, а также викторину олимпийских знатоков.

Изменение подхода к системе определения и поощрения победителей.
Изменение подхода к оценке участников игрового соперничества – введение поощрений не только для победителей соревнований, но и для тех участников, кто демонстрирует высоконравственное поведение в ходе соперничества.

Изменение подхода к составу участников спортивных соревнований. При модификации подхода к составу участников спортивного соревнования совместно и на равных могут участвовать люди разного пола, возраста, физического состояния. Для этого разрабатывается методика, позволяющая сравнивать результаты лиц различного пола и возраста. В нашей стране разработана такая программа под названием «Президентские состязания».

Исследования ученых показывают, что общая цель, значимая для участников игровой деятельности, объединяет их, способствует гуманизации отношений, а индивидуальные цели, напротив, порождают отношения недоброжелательства. Исходя из этого, предлагаются различные формы и методы повышения ориентации участников спортивных соревнований на сотрудничество, формирования у них высокодуховного чувства общности, единения. При организации игр рекомендуется постановка задач, которые можно решить только совместно, которые требуют умения поставить себя на место товарища, учитывать интересы или возможности всех участников, и которые к тому же доставляют удовольствие.

К спортивному празднику, который проводится в школе традиционно в рамках Всемирного дня футбола, предъявляются следующие требования:

- должна быть возможность сравнивать и оценивать параметры как физического, так и духовного развития участников, их разносторонние способности, проявляемые в разных видах деятельности.

- при подборе конкурсов должен соблюдаться принцип сбалансированности тех качеств и способностей, которые необходимы для участия в них, чтобы исключить возможность достижения победы за счет одностороннего развития лишь физических или психических качеств.

- конкурсы должны соответствовать возможностям (способностям) участников и быть интересными для них.

- конкурсы должны быть такими, чтобы в них могли принимать участие лица разного пола, возраста и физического состояния.

- конкурсы должны содействовать проявлению и развитию творческих способностей участников, патриотическому воспитанию, а также воспитанию уважения (толерантности, терпимости).

Сценарий праздника «Футбол для всех»

За две недели до проведения праздника классным коллективам 5-9 классов раздается положение о спортивном празднике, и предлагается определить в каких именно номинациях класс примет участие.

Звучит песня о футболе.

Ведущий: Добрый день! Приветствуем всех участников и болельщиков общешкольного спортивного праздника “Футбол для всех”. Праздник проводится в честь Международного дня футбола в рамках подготовки к Чемпионату мира по футболу 2018 года.

Право поднять государственный флаг Российской Федерации предоставляется победителю общешкольного конкурса “Лучший спортсмен школы” ученице 9 класса Калачевой Алене.

Звучит гимн РФ.

Ведущий: Спортивный праздник “Футбол для всех” объявляется открытым.

Слово для приветствия предоставляется руководителю Раменского филиала Макаровой Е.В.

Выступление руководителя структурного подразделения.

Слово для приветствия предоставляется гостю праздника, кандидату педагогических наук, заведующему кафедрой физического воспитания Логунову В.И.

Выступление Логунова В.И..

А теперь спортсмены футбольного клуба «Сызрань – 2003» для всех присутствующих проведут мастер класс по футболу.

Проведение мастер класса

Ведущий: Для получения листов-маршруток приглашаем капитанов команд. Капитанами являются ученики 9 класса. В состав каждой команды входят ученики с пятого по девятый класс и один человек из числа родителей (мама или папа).

1 станция *“Талисман Чемпионата мира по футболу 2018г”*.

Для участия в данной номинации команда придумывает талисман к чемпионату мира по футболу. Возможны две формы представления эскиза: художественное оформление на бумаге или электронная презентация. Участникам необходимо защитить свой проект. Роль родителей: совет, идеи, подсказки при защите проекта.

Критерии оценки: оригинальность замысла; художественное оформление; содержание; техника исполнения; общее впечатление.

2 станция *«Футбольная викторина»*.

Участникам “Викторины” предлагается серия вопросов по теме “Футбол”. Викторина «подвижная», так как ответ необходимо дать одновременно всей командой, заняв круг с соответствующим ответу числом. Родители встают в круг, после того как все участники команды заняли свои места. За каждый правильный ответ каждого участника – по 1 баллу. Победители определяются по максимально набранному количеству баллов.

3 станция «Жонглирование»

Участникам предлагается жонглировать футбольный мяч ногами и головой. Каждому участнику дается три попытки. Родители принимают участие в конкурсе на равных условиях. Сумма набитых мячей всех участников команды складывается.

4 станция «Лучший спортивный комментатор».

Для участия в номинации приглашаются по 1-му человеку от команды. Участникам необходимо в течение 3 минут прокомментировать отрезок футбольного матча (состав команд-игроков предоставляется). Родители комментируют ролик с пенальти.

Критерии оценки: эмоциональность; быстрота реагирования; грамотность речи; владение дополнительной информацией; общее впечатление.

5 станция «Пенальти»

На стене чертится разметка в виде ворот, разделенная на квадраты с номерами. Каждому игроку по очереди предоставляется право выполнить пять ударов по изображенным воротам и набрать как можно больше очков. Родители принимают участие в конкурсе на равных условиях. Команда, члены которой больше раз попадут в цель, получает 1 очко.

6 станция «Футбольный боулинг»

На расстоянии 5 метров от линии устанавливаются кегли в следующем порядке: 1 ряд – 1 кегля, 2 ряд – 2, 3 ряд – 3, 4 ряд – 4.

Мяч посылается в цель ударом ноги. Команда, сбившая в сумме больше кеглей, считается победителем. Каждому игроку даётся одна попытка. Родители принимают участие в конкурсе на равных условиях.

7 станция «Мини-футбол».

В данной номинации участвуют команды в составе 5 человек (1 вратарь + 4 игрока). Время игры – 10 минут (два тайма по пять минут). Родители принимают участие в конкурсе на равных условиях. По итогам игры

определяется победитель. Если матч закончен с одинаковым результатом команд, победитель определяется серией пенальти (по 5 ударов в каждые ворота).

Подведение итогов. Самым техничным футболистам вручаются грамоты. Командам вручается праздничный торт с изображением футбольного поля.

Именно такие мероприятия создают наиболее благоприятные условия для проявления игровой, оздоровительной и релаксационной двигательной активности школьников. Поэтому проведение таких массовых спортивно – оздоровительных мероприятий эффективно влияет на общее физическое состояние школьников.

Опыт и результаты здоровьесберегающей деятельности педагогического коллектива Раменского филиала убедительно доказывают, что массовость и системность в организации спортивно – оздоровительных мероприятий являются более корректными качественными показателями эффективности здоровьесберегающей деятельности общеобразовательного учреждения, чем применяемое сегодня в качестве показателя количество спортивных достижений учащихся.

Используемая литература:

1. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. Учебное пособие под общей редакцией Н.В. Сократова. Москва 2005г.
2. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. Ю.В. Науменко. 2011г.
3. Олимпийский урок – час здоровья. Концепция олимпийского образования школьника. Столяров В.И, Сухинин В.П, Логунов В.И. 2011г.