

**Итоги областных конкурсов**

**физкультурно-оздоровительной и**

**спортивной направленности**

**за 2009 год**

В период с 16 по 20 ноября на базе МОУ СОШ № 91 и д/с № 113 г. Тюмени был проведён областной этап очного Всероссийского конкурса «Мастер педагогического труда по внеучебным формам физкультурно - оздоровительной и спортивной работы».

К участию в конкурсе было допущено 20 педагогов 8 территорий юга Тюменской области: Армизонский, Аромашевский, Исетский, Сладковский, Тюменский районы, города Тюмень, Ишим, Ялуторовск.

Конкурсанты соревновались в следующих номинациях:

- «специалисты физической культуры и спорта дошкольных образовательных учреждений»;  
- «специалисты физической культуры и спорта учреждений дополнительного образования детей»  
- «специалисты физической культуры и спорта общеобразовательных учреждений».

Экспертное жюри признало большинство конкурсных материалов соответствующими требованиям Положения о Конкурсе, раскрывающими технологию достижения результата в организации учебной физкультурно - оздоровительной и спортивной работы в конкретном образовательном учреждении.

Программа очного Конкурса включала:  
- практическое учебное занятие с группой обучающихся;  
- теоретическую защиту автореферата по организации внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

В номинации «Специалисты физической культуры и спорта дошкольных образовательных учреждений»

участниками Конкурса в ходе практических занятий были продемонстрированы различные подходы к формированию у детей навыков здорового образа жизни. Большое значение имеет создание традиций, не только образовательного учреждения, но и семейных, через активное участие в воспитательной работе родителей.

В номинации «Специалисты физической культуры и спорта общеобразовательных учреждений» участниками Конкурса были продемонстрированы инновационные подходы к организации учебно-воспитательного процесса. Всё большее внимание уделяется использованию информационных технологий в физическом воспитании школьников.

В номинации «Специалисты физической культуры и спорта учреждений дополнительного образования детей» были представлены тренеры-преподаватели по различным видам спорта: от традиционных, олимпийских (в основном – единоборства) до неолимпийских, динамично развивающихся в нашем регионе, таких как спортивные танцы. Определяющим фактором в данном случае стало педагогическое мастерство тренеров, умение индивидуализировать учебно-воспитательный процесс.

В теоретическом конкурсе акцент делался на системный подход к организации учебно-воспитательного процесса. Представленные теоретико-методологические основы учебно-воспитательных систем, как правило, подтверждаются диагностическим аппаратом изучения их эффективности.

В соответствии с Положением о YII областном конкурсе «Мастер педагогического труда по учебным формам физкультурно-оздоровительной и спортивной работы» и на основании заключений экспертных групп оргкомитет Конкурса принял решение:

1. Утвердить список победителей YII областного конкурса «Мастер педагогического труда по внеучебным формам физкультурно-оздоровительной и спортивной работы» (приложение).
2. Рекомендовать муниципальным органам управления образованием:  
   - изыскать возможность для материального поощрения педагогов, победителей и призёров Конкурса;  
   - рассмотреть возможность повышения квалификационной категории участникам областного этапа Конкурса.
3. Рекомендовать ИФК ТГУ рассмотреть возможность организации научно-методического сопровождения педагогической деятельности участников Конкурса, использующих инновационные подходы в подготовке спортивного резерва Тюменской области.

*Оргкомитет*

ИТОГИ

**«VII областного конкурса «Мастер педагогического труда по внеучебным**

**формам физкультурно-оздоровительной и спортивной работы»**

**1 группа – «Cпециалисты физической культуры и спорта**

**общеобразовательных учреждений»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ММесто** | **Ф.И.О** | **Должность, место работы** | **Территория** |
| **1** | Вернигорова  Гульнара Газизовна | Учитель физической культуры  МОУ СОШ № 8, г.Тюмень | г.Тюмень |
| **2** | Здоровых  Андрей Алексеевич | Учитель физической культуры  МОУ Маслянская СОШ | Тюменская обл., Сладковский район, п.Маслянский |
| **3** | Сараева  Ульяна Петровна | Учитель физической культуры  МОУ Армизонская СОШ | Тюменская обл., с.Армизонское, |
| **2 группа – «Cпециалисты физической культуры и спорта**  **Учреждений дополнительного образования детей»** | | | |
| **1** | Лесникова Анастасия Сергеевна | Педагог дополнительного образования  ДЮЦ «Старт», г.Тюмень | г.Тюмень |
| **2** | Парц  Михаил Геннадьевич | Тренер-преподаватель по каратэ  МАУ ДОД «Ялуторовская ДЮСШ» | г. Ялуторовск |
| **3** | Пяткин  Дмитрий Борисович | Тренер-преподаватель по греко-римской борьбе МАОУ ДОД ДЮСШ Тюменского муниципального района | Тюменский район,  п. Новотуринск |
| **3 группа – «Cпециалисты физической культуры и спорта**  **дошкольных образовательных учреждений»** | | | |
| **1** | Абрамова  Ольга Александровна | Инструктор по физической культуре МАДОУ детский сад № 172, г.Тюмень | г.Тюмень |
| **2** | Мухутдинова Татьяна Николаевна | Инструктор по физической культуре МА ДОУ ЦРР «Детский сад № 163», г.Тюмень | г.Тюмень |
| **3** | Боярских  Ирина Александровна | Воспитатель по физической культуре АОУ ДО д/с «Сказка» Аромашевского муниципального района | Тюменская обл., с. Аромашево |

**Победители в дополнительных номинациях**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номинация** | **Ф.И.О** | **Должность, место**  **работы** | **Территория** |
| **«За лучшее представление опыта**  **работы»** | Вернигорова  Гульнара Газизовна | Учитель физической культуры МОУ СОШ № 8, г.Тюмень | г.Тюмень |
| **«За преданность профессии» им. В.М. Христова** | Бочкарёв  Олег Васильевич | Тренер-преподаватель по шахматам МАОУ ДОД СДЮСШОР № 4, г.Тюмень | г.Тюмень |
| **«Молодая**  **надежда»** | Чупина  Оксана Викторовна | Тренер-преподаватель по дзюдо АУ ДОД «Ишимская городская ДЮСШ № 1» | г. Ишим |

***Конкурсные материалы участников YII областного конкурса «Мастер педагогического труда по внеучебным формам физкультурно-оздоровительной***

***и спортивной работы»***

**Формирование здорового образа жизни в условиях детского сада и семьи**

***Абрамова Ольга Александровна***,

*инструктор по физической культуре муниципального автономного учреждения дошкольного образования д/с № 172 г. Тюмени высшая квалификационная категория, Почетный работник общего образования РФ*

**Пояснительная записка**

Обеспечение здоровья детей – основная цель и главная забота каждого цивилизованного общества.

По данным Министерства здравоохранения, Россия находится на грани демографической катастрофы: ежегодно в стране убывает на 1,5 миллиона человек: рождаемость снизилась вдвое, в среднем на одну семью приходится 0,8 ребенка. В связи с этим каждый родившийся ребенок приобретает чрезвычайную ценность не только для его родителей, но и для будущего страны.

Проблема ухудшения здоровья населения страны и особенно детей становится национальной. Подписанное президентом России В.В. Путиным постановление «О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни населения» показывает беспокойство государства за будущее нашей страны.

По мнению ученых, здоровье взрослого народонаселения на 75% определяется условиями его формирования в детстве.

Именно поэтому задача сохранения и укрепления здоровья ребенка, как для семьи, так и для образовательного учреждения, по-прежнему остается **актуальной.**

Новая социально-экономическая действительность диктует необходимость формирования культа здоровья в сознании подрастающего поколения.

В воспитании сегодняшнего малыша, будущего гражданина, заинтересованы и родители, и детский сад.

**Основной целью**взаимодействия детского сада и семьи по проблеме приобщения дошкольника к здоровому образу жизни является необходимость построения диалога на основе сотрудничества, содружества, взаимопомощи по созданию единого пространства развития каждого ребенка, которые бы позволили добиться максимальной пользы для психического, физического и нравственного благополучия ребенка.

Для осуществления поставленной цели решаются следующие **задачи**:

* + повышение роли родителей в оздоровлении детей;
  + приобщение их к здоровому образу жизни;
  + создание традиций семейного физического воспитания;
  + формирование у родителей знаний умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых.

Необходимо оказать семье педагогическую помощь, привлечь семью на свою сторону в плане единых подходов в воспитании здорового ребенка.

Отечественный врач и педагог Е. А. Аркин указывал: «Как физическая постановка нашего тела, так и душевная установка по отношению к окружающему миру – всецело дело воспитания, результат тех примеров и образцов, которые ребенок видит и слышит со стороны родителей».

Общепризнанно, что фундамент здоровья ребенка закладывается в семье. Важным элементом семейного воспитания является физическое воспитание. Однако мы вынуждены констатировать факт недостаточной активности родителей в физическом воспитании детей. Между тем семейное физическое воспитание способствует как полноценному развитию и укреплению здоровья детей, так и установлению благоприятного семейного микроклимата.

Следовательно, возрождение традиций семейного физического воспитания в современных условиях имеет значение не только для улучшения здоровья подрастающего поколения, но и для укрепления семейных ценностей.

С целью выявления роли родителей в формировании здоровья и приобщения детей старшего дошкольного возраста к здоровому стилю жизни проводится анкетный опрос (Приложение 1) с участием 100 респондентов. Большинство родителей находилось в возрасте 26-35 лет, имели среднее специальное и высшее образования. В анкетировании участвовали родители, имеющие одного и двух детей.

По мнению родителей, наиболее предпочитаемыми детьми видами деятельности во время пребывания дома являются подвижные игры (50%), занятия рисованием и лепкой (30%), пешие прогулки вместе с родителями (27%), прослушивание рассказов, сказок (26%), просмотр детских телевизионных передач (26%), конструирование (17%). На занятия физическими упражнениями с родителями отводится лишь восьмое место (12%), что не вызывает оптимизма.

Опрос в форме беседы 100 детей в возрасте 5-7 лет показал, что наиболее предпочитаемым видом их деятельности во время пребывания дома является просмотр телепередач и компьютерные игры, конструирование.

Установленный факт констатирует дефицит двигательной активности дошкольников во время их пребывания в домашних условиях, что служит одним из факторов, обуславливающих недостаточный уровень здоровья детей.

Основными причинами, мешающими родителям уделять большее внимание здоровью детей, являются: дефицит времени, вследствие высокой профессиональной занятости (51%), отсутствие у родителей специальных знаний и умений (32%); 23% респондентов считают, что их ребенок и так достаточно здоров, 21% -указывают на недостаточный уровень материальной обеспеченности, 15% - признались в собственной инертности, лишь 6% родителей отметили, что не видят в этом смысла.

Среди мер, предпринимаемых с целью укрепления здоровья детей, более половины родителей регулярно используют соблюдение санитарно-гигиенических требований, прогулки на свежем воздухе, правильное питание.

Следует отметить выраженное противоречие между пониманием респондентами важности регулярных занятий физическими упражнениями и недостаточностью степенью их применения, а также чрезвычайно низким уровнем физической активности родителей. Так, 30% респондентов отметили, что вообще не используют физические упражнения с целью укрепления здоровья детей, в то время как регулярно их применяют лишь 21% родителей. Кроме того, отводя важное место соблюдению режима дня в системе мероприятий, направленных на укрепление здоровья детей, лишь 35% респондентов регулярно используют этот фактор, в то время как 24% родителей указали, что не соблюдают режим дня дошкольника вообще. Таким образом, очевидно, что действия респондентов не согласуются с их знаниями.

Большинство родителей испытывают потребность в информации о способах оздоровления ребенка. В вопросах, связанных с укреплением здоровья детей, наибольший интерес родителей вызывают темы о профилактике простудных заболеваний, физической подготовке детей к обучению в школе, организации рационального питания, двигательном режиме, закаливании и режиме дня ребенка дошкольника, а также профилактике нарушений осанки и плоскостопия.

**«Вот моя семья – спортивный папа, спортивная мама и спортивный я!»**

В нашем дошкольном учреждении разработан и действует проект «Вот моя семья – спортивный папа, спортивная мама и спортивный я!», который предусматривает проведение совместных мероприятий на протяжении всего учебного года.

***Перспективное планирование взаимодействия с семьей по формированию***

***здорового образа жизни***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Мероприятие** | **Место**  **проведение** | **Срок** | **Участники,** | **Ответственные** |
| Анкетирование родителей | Детский сад | Сентябрь | Родители | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре |
| Кросс  «Осенний марафон» | Парк им. Ю.А.Гагарина | Октябрь | Родители  и  дети | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре, воспитатели групп |
| Фотовыставка  Итоги кросса «Осенний марафон» | Детский сад | Октябрь |  | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре |
| Спортивный праздник для старшего дошкольного возраста  «Папа, мама, я – спортивная семья» | Детский сад Спортивный зал | Ноябрь | Родители  и  дети | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре, воспитатели групп |
| Фотовыставка  Итоги спортивный праздник для старшего дошкольного возраста  «Папа, мама, я – спортивная семья» | Детский сад  (спортивный зал) | Ноябрь |  | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре |
| Информационный материал для родителей  «Хочу быть здоровым!» | Детский сад | Декабрь | Родители | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре |
| Выставка семейных опытов по формированию здорового образа жизни | Детский сад | Январь | Родители | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре, воспитатели групп |
| Спортивно-музыкальное развлечение, посвященное Дню защитника отечества «Армейские учения» | Детский сад (спортивный зал) | Февраль | Родители  и  дети | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре, музыкальный руководитель, воспитатели групп |
| Фотовыставка  «Армейские учения» | Детский сад | Февраль |  | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре |
| Лыжная спартакиада МАДОУ д/с №172 | Парк им. Ю.А.Гагарина | Март | Родители  и  дети | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре, воспитатели групп |
| Фотовыставка  Итоги лыжной спартакиады МАДОУ д/с №172 | Детский сад | Март |  | Замдиректора по УВР, инструктор по физической культуре |
| Окружные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья» на коньках |  | Март | Родители  и  дети | Центральный административный округ |

**Заключение**

*Обобщая результаты проведенного исследования, можно отметить следующее*.

Здоровье ребенка с первых дней жизни зависит от того микросоциума, который его окружает. Это обстоятельство налагает на членов семьи, и в первую очередь на родителей, особую ответственность.

*Таким образом*, поиск эффективных способов сохранения и укрепления здоровья дошкольников должен предусматривать повышение роли родителей в оздоровлении детей, приобщении и к здоровому образу жизни, создание традиций семейного физического воспитания. Важное место в решении этих социально значимых задач занимает детский сад, который должен выступить в роли своеобразного центра пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирование у родителей знаний умений и навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья, как детей, так и взрослых.

Много написано и сказано о том, что воспитание ребенка начинается с воспитания в семье. Это действительно так. Начинается воспитание в семье, а продолжается в детском саду. Вернее сказать, эта исключительная забота становится обоюдной и для семьи и для детского сада. Общими усилиями они добиваются единой цели – растят полноценную, гармонически развитую личность, воспитывают достойного гражданина своей страны.

**Список литературы**

1. Давыдова М.А. Спортивные мероприятия для дошкольников: 4-7 лет- М.: ВАКО, 2007.
2. Дорохова Т.Н. Играют взрослые и дети: из опыта работы дошкольных образовательных учреждений России. М., 1988.-55с.
3. Изергина К.П., Преснякова Л.С и др.; Наш «взрослый» детский сад: Кн. Для воспитателя детского сада: Из опыта работы. Просвещение, 1991.- 95с.
4. Килько Н.Н. 80 игр для детского сада.-М.: Просвещение, 1973.
5. Кошкина Н.А. Двигательные качества и методика из развития у дошкольников. СПб., 1993.
6. Кузин В.В. и др. 500 игр и эстафет.-М.: Физкультура и Спорт, 2003.
7. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры.- М.:Просвещение, 1986.
8. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика (дошкольный возраст): Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. М., 1997.
9. Маханева М.Д. Воспитание здорового ребенка: пособие для практических работников детских дошкольных учреждений. – М.: АРКТИ, 1997.
10. Новикова О.Л. Наш «взрослый» детский сад (из опыта работы «о совместной работе детского сада и семьи по физическому воспитанию детей»). –М.: Просвещение, 1993.
11. Проблемы совершенствования физического воспитания дошкольников. / Под ред. Бондаревского Е.Я. М., 1998.
12. Решетнева Г.А. Социальная обусловленность здоровья детей. // Физическое воспитание детей дошкольного возраста: теория и практика. Челябинск, 2004. Вып.2.С.100-105.
13. Система физического воспитания в ДОУ: планирование, информационно-методические материалы, разработки занятий и упражнений, спортивные игры /авт.-сост.О.М. Литвинова. – Волгоград:Учитель, 2007.
14. Старковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет.-М.: НОВАЯ ШКОЛА-1994.
15. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М., 2005.
16. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка. – М.,2001.
17. Усов И.Н. Здоровый ребенок: справочник педиатра. Минск, 1994.
18. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении.- М.: ВЛАДОС, 1999.

Приложение 1

**Анкета для родителей**

***«Какое место занимает физическая культура в вашей семье?»***

1. 1. Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- образование\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

место работы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- количество детей в семье\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Кто из родителей занимается или занимался спортом?

- каким\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- есть ли спортивный разряд\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Посещает ли Ваш ребенок спортивную секцию, какую?

- в дошкольном учреждении\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- в спортивной школе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**II.** 1. Установлен ли для Вашего ребенка дома

- режим дня \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

-соблюдает ли он его\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. Делает ли Ваш ребенок утреннюю гимнастику?

- в детском саду\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- дома один\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- вместе с взрослым\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- регулярно, нерегулярно\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Соблюдает ли Ваш ребенок дома правила личной гигиены?

- моет руки перед едой\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- после туалета\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- умывается\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- чистит зубы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- моет ноги\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4. Знаете ли Вы основные принципы и методы закаливания?

Перечислите их.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5.Проводите ли дома с детьми закаливающие мероприятия? Какие?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**III.** 1. Какое физкультурное оборудование и спортивный инвентарь есть у вас дома (для взрослых и детей):

- детский спортивный комплекс

- лыжи, коньки, клюшка для игры в хоккей

- велосипед, самокат

- мяч, скакалка, обруч, кегли, бадминтон

2. Кто из членов семьи чаще всего гуляет с ребенком?

3. Гуляете ли Вы с ребенком после детского сада?

4. Гуляет ли Ваш ребенок один, без взрослых?

**IV**. Виды деятельности ребенка после прихода из детского сада и в выходные дни:

- подвижные игры

- спортивные игры и упражнения

- настольные игры

- конструирование

- лепка, рисование

- просмотр телепередач

- музыкально-ритмическая деятельность

- чтение книг

-трудовая деятельность

- походы.

**V.** 1. Смотрите ли ВЫ по телевидению детские спортивные передачи?

2. Какие трудности в физическом воспитании детей Вы испытываете?

3. Что Вы читали о физическом воспитании ребенка?

4. Консультацию, по какому вопросу Вы хотели бы получить?

**Использование информационных технологий в физическом  
воспитании школьников**

***Вернигорова Гульнара Газизовна,****учитель физической культуры МОУ СОШ № 8 г. Тюмени*

**I.Пояснительная записка**

Современное общество неразрывно связано с процессом информатизации. Происходит повсеместное внедрение компьютерных технологий. При этом одно из приоритетных направлений процесса информатизации современного общества — информатизация образования. Эта тенденция соответствует изменившимся целям среднего образования, которые требуют обновления методов, средств и форм организации обучения.  
 В программных документах рекомендуется обучать школьников теоретическим знаниям на уроках физической культуры. Однако эта цель требует к себе более серьезного отношения: для познания теоретических основ физической культуры необходимо полноценное учебное время. Например, объем теоретических знаний, который проверяется на экзамене по физической культуре, невозможно «выдать» в процессе уроков, ибо основная часть времени не отводится работе с теоретическими понятиями, а посвящается другому виду учебной деятельности – двигательной. Поэтому учителя ограничиваются лишь сообщением кратких сведений об основных понятиях физической культуры, зная, что их усвоение – минимально, так как двигательная деятельность на уроке обязательно «вытеснит» полученные знания. Это приводит к низкому уровню знаний школьников в данной области. К сожалению, и методическое обеспечение учителей и учащихся по этому предмету школьной программы неудовлетворительное.  
 Одним из приоритетных направлений нашей работы, является повышение качества образования через использование информационных технологий на уроках и внеклассных занятиях. В школе имеются все условия для проведения занятий с компьютерной поддержкой: мультимедийный проектор, компьютер.  
 Начиная с 2008-2009 года, с учащимися 5 - 9 классов, нами используются электронные презентации. Мы овладели компьютерными технологиями и программой Мicrosoft Рower Рoint, что позволило создать систему занятий с использованием ИКТ по усвоению теоретического материала. Это позволило нам сделать занятия более интересным, наглядным и динамичным.   
 Для того чтобы проследить эффективность учебной работы с использованием компьютерных технологий нами проводились различные формы учебной (тестирование) и внеклассной работы (интеллектуальный марафон).

**II.Содержание**

Электронные презентации в физическом воспитании предназначены для решения ряда педагогических задач. Их использование позволяет нам значительно повысить производительность обучения, так как одновременно задействованы зрительный и слуховой каналы восприятия. Именно поэтому в учебных презентациях мы свели текстовую информацию к минимуму, заменив её схемами, диаграммами, рисунками, фотографиями, касающихся физической культуры и спорта. Темы уроков выстраиваются в соответствии с основными разделами программы по основам знаний предмета физическая культура.  
 Многие объяснения техники выполнения разучиваемых движений, исторические справки и события, биографии спортсменов, освещение теоретических вопросов различных направлений не могут быть показаны ученикам непосредственно, поэтому мы используем демонстрационные средства (слайды, картины, анимации, видеозаписи), что способствует формированию у детей образных представлений, а на их основе — понятий.  
 Для учащихся 5-9 классов разработаны электронные презентации: «Гимнастика» - в ней рассказывается об истории становления гимнастики, видах гимнастики, правилах техники безопасности на уроках гимнастики, первая помощь при травмах на уроках, «Здоровье – это здорово»- всё о здоровом образе жизни: правильное питание, режим дня, гигиена при занятиях физической культуры и спорта, закаливание, «История лыжного спорта» - история возникновения, основные приёмы лыжных ходов, спусков и подъёмов, «Виды лыжного спорта», «Лёгкая атлетика» - история и развитие лёгкой атлетики, правила соревнований, техника выполнения прыжков, бега, метания различных снарядов, «О вред курения и алкоголя» - тема актуальна в наше время, так как дети с раннего возраста начинают приобщаться к сигаретам и вину. Внимание детей в этой презентации уделено пагубности вредных привычек на организм человека, последствия которые могут произойти после употребления алкоголя. Для самостоятельной подготовки к экзаменам в 9 классах разработана электронная презентация «История Олимпийских игр».  
 Этот материал соответствует Комплексной учебной программе для 1-11 класса и опирается на федеральный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденный приказом Минообразования России от 9 марта 2004 г. № 1312.

**III.Заключение**

С применением на теоретических уроках физической культуры электронных презентаций и компьютерных тестов повысилось качество обучения учащихся:

* - качественная успеваемость сдачи экзамена по физической культуре 9 классы 2007-2008 уч. год -до использования ИКТ составляла 65%;  
    
  - качественная успеваемость сдачи экзамена по физической культуре 9 классы 2008-2009 уч. год – после использования ИКТ составила 71%.
* Динамика изменения качественной успеваемости на теоретических уроках по физической культуре учащихся 5 классов 2008-2009 учебный год:  
  - 1 четверть – 33%;  
  - 2 четверть – 52%;  
  - 3 четверть – 64%;  
  - 4 четверть – 71%.

Мы разработали электронные презентации, которые могут быть использованы учителями полностью или частично. Данная форма поможет учителю рационально организовывать познавательную деятельность детей и подготавливать их к устному экзамену, к олимпиаде по физической культуре, к различным мероприятиям (фестиваль «Спорт, Искусство, Интеллект).  
 Проблема создания электронных учебных пособий по физической культуре, к которым относятся и учебные презентации, на сегодняшний день весьма актуальна. Это создаёт условия для получения и активизации теоретических знаний по физической культуре на основе использования электронных презентаций и увеличение динамизма и выразительности излагаемого материала. Предлагаемые формы приводят к повышению мотивации, росту эмоциональной выразительности урока.  
 Информационная технология обучения является новой методической системой, позволяющей рассматривать учащегося не как объект, а как субъект обучения, а компьютер - как средство обучения. Практически неоспоримым является факт, что дизайн презентаций оказывает самое непосредственное влияние на мотивацию обучаемых, скорость восприятия материала утомляемость делает материал более приемлемым и доступным учащимся.   
 В дальнейшей своей работе мы хотели бы создать тестирующие программы. Использование тестирующих компьютерных программ на уроках физической культуры позволяет объективно оценить теоретические знания учащихся.  
 Компьютерная программа сама приведет множество примеров, сосчитает правильные ответы и выставит объективную оценку. Использование компьютерных тестов на теоретических уроках физической культуры даст возможность:

* осуществлять реальную индивидуализацию и дифференциацию обучения;
* вносить обоснованные изменения в процесс преподавания;
* достоверно оценивать качество обучения и управлять им.

Только использование при автоматизированном контроле действительно хороших продуманных вопросов способно оказать положительное влияние на учебный процесс. Известный педагог-новатор И. Н. Ильин говорил, что учащиеся помнят не ответы, а вопросы и свою реакцию на них – найденное решение.

**IV.Список литературы**

1. «Комплексная программа по физическому воспитанию для учащихся

1 – 11 классов общеобразовательных школ (1996 год., авторы В.И.Лях (руководитель), Л.Б. Кофман

2. Д.А.Сайбель, студент кафедры ТиМФК, Д.В.Фонарёв, к.п.н., доцент, Чайковский ГИФК, Пермский край. «Теория физической культуры для учащихся 5-6 классов?» Газета «Спорт в школе» №10, 2008г.  
3. Ильдар Латыпов. « Нужны ли теоретические уроки физической культуры?» Газета «Спорт в школе» №8 , 2006г

**Каратэ – спорт и образ жизни**

***Парц Михаил Геннадьевич,***

*тренер – преподаватель по каратэ МАУ ДОД «Ялуторовская детско-юношеская спортивная школа»,*

*высшая квалификационная категория*

«*Ни один наставник не должен забывать, что его*

*главная* *обязанность состоит в приучении*

*воспитанников к труду и что эта обязанность*

*более важна, чем передача самого предмета.»*

*К. Д. Ушинский*

В настоящее время спортивное каратэ приобретает все большую популярность. Все большее количество детей с каждым годом приходит заниматься ко мне в секцию. Конечно, происходит естественный отбор среди начинающих спортсменов т. к. спорт – это, прежде всего, дисциплина и огромный физический труд. Но те, кто, выбирают эту дорогу, становятся крепкими как физически, так и психологически, и я, как педагог, получаю настоящее профессиональное удовлетворение от успеха своих учащихся.

Второе десятилетие подходит к концу с тех пор, как я профессионально занимаюсь своим любимым делом.

**Цель:**

Способствование всестороннему и гармоничному развитию личности ребенка.

**Задачи:**

- содействовать нормальному физическому развитию ребенка: укреплять здоровье, закаливать организм, повышать общую работоспособность;

- формировать жизненно необходимые знания, двигательные умения и навыки;

- совершенствовать психологические и интеллектуальные качества детей;

- приучать их к эффективному распределению сил в соответствии с условиями двигательной деятельности;

- воспитывать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;

- формировать организаторские умения и навыки, умения самостоятельно использовать средства физического воспитания;

- воспитывать высокие нравственные качества дисциплинированность, ответственность за свои действия, трудолюбие и эстетические чувства.

При работе с детьми, для решения поставленных задач я выявляю необходимые условия, которые необходимо создать, и возможные проблемы, которые необходимо устранить.

**Основные условия:**

* Мои педагогические знания
* Наличие необходимой материально-технической базы;
* Создание и организация продуктивной деятельности родительского комитета.

**Проблемы, влияющие на проведение образовательного процесса:**

1. Отсутствие у детей необходимых знаний о правильном поведении на тренировке или занятии.
2. Небольшой объём знаний в области физической культуры.
3. В большинстве случаев - слабое физическое развитие.
4. Отсутствие привычки трудиться.
5. Низкий уровень двигательной активности.
6. Ослабленное здоровье.
7. Всевозможные вредные привычки: возможное употребление наркотиков, алкоголя и табака.
8. Отсутствие положительного примера и влияния в семьях. Во многих семьях конфликтные ситуации или другие социальные проблемы.
9. Отсутствие положительного опыта занятий физкультурной или спортивной деятельности.
10. Отсутствие, каких либо целей в жизни.
11. Отсутствие общественно полезных авторитетов.
12. Финансовая недостаточность. Нет денег для нормального питания, проезда, соответствующей одежды по сезону.
13. Низкий уровень развития психологических качеств.
14. Отсутствие должного интереса к занятиям, непонимание и нежелание укреплять свое здоровье.
15. Отсутствие элементарных теоретических знаний по анатомии, гигиене, навыкам здорового образа жизни.
16. Низкий уровень основных учебных умений. Отсюда боязнь быть непонятыми или осмеянными товарищами.
17. Слабо развито или деформировано умение самовыражаться, строить отношения с окружающими людьми.
18. Стереотип мышления о будущих занятиях единоборствами не соответствует действительности.
19. Ограниченный ресурс двигательной активности занимающихся.

Самым действенным фактором дополнительного образования я считаю, были и остаются действия тренера-преподавателя, которая и определяет собой ту или иную степень успешности воспитанника.

Все образовательные процессы носят двусторонний характер: каждому действию педагога соответствует определённая деятельность учеников. Учителя специально организуют познавательную работу учащихся в соответствии со своими действиями. Деятельность учителя по организации творческой активности учеников имеет решающее значение и не может быть отменена или заменена каким-либо другим процессом.

Образовательный процесс невозможен также без поддержания учителем интереса, любознательности и положительного эмоционального настроя учеников. Устойчивый интерес учеников побуждает их к дальнейшей мыслительной деятельности и реалистической самооценке достижений, при этом необходимо учитывать моральные и физические усилия со стороны занимающегося. Предвидение целей и мотивов учеников лежит в фундаменте образовательного процесса. Он не может начаться до осознания учителем характера и уровня способностей и имеющихся достижений детей, их сильных и слабых сторон, среды их общения и семейной обстановки, интересов и вкусов.

Моя работа с детьми строится на общении и сотрудничестве, воспитательные принципы каратэ помогают нам иногда просто без слов понимать друг друга, и каждый ребенок, прошедший через мои руки знает, что спорт - это сила духа и тела, радость сердца и благородство души.

*« Если хочешь найти хорошего*

*учителя, сторонись*

*равнодушного».*

*Морихэй Уэсибо.*

Более 20 лет назад я поставил перед собой, сейчас понимаю - довольно амбициозную задачу овладеть прекрасным искусством, родившимся на Окинаве, каратэ - до или «Путь каратэ». Дорога к цели оказалась не из легких, но насыщенной яркими событиями и эмоциями.

Сегодня каратэ – международный спорт, признанный во всем мире. Это заслуга моих учителей и наставников, моих друзей и единомышленников, моих учеников, а значит и моя тоже.

Возникшее на Востоке как боевое искусство затем, развиваясь и изменяясь в веках каратэ стало не только высокоэффективным средством защиты, но и захватывающим соревновательным видом спорта. каратэ тренирует ум и волю, дает закалку физическому телу и характеру спортсмена.

Но выявление победителя и побежденного не является высшей целью в каратэ. Общаясь с учениками, на каждом занятии я стараюсь раскрыть каратэ как искусство формирования характера. Каратист должен уметь преодолевать любое препятствие явное или скрытое и каратэ как система упражнений, в которых совершенствуются все свойства тела. Ученик должен применять технику каратэ усилием воли, нанося удары по цели точно и быстро. Чтобы стать победителем нужно преодолеть прежде всего себя.

Проблема раскрытия и развития внутренних сил спортсмена прежде всего стоит в механике каратэ и практически не имеет стадии завершения. Здесь можно говорить о совершенствовании процесса обучения.

В системе моего преподавания принцип совершенствования стоит на первом месте, принцип ДО, в основе его лежит постоянство, движение от простого к сложному, от малого к большому.

Основные заповеди каратиста закладываются с первых же занятий и они не являются красивыми словами, а становятся принципами жизни учеников, что позволяет им уверенно идти в своей жизни.

- Думайте не о красоте тела, а о своем духовном содержании, и о силе тела, его выносливости.

- Не пейте спиртного. Не курите. Сигареты мешают выполнению дыхательных ката, а спиртное расхолаживает организм.

- Соблюдайте чистоту тела.

- Занимайтесь самоконтролем.

- Не думайте, что вы самый сильный, всегда найдется более сильный.

- Питайтесь растительной пищей, свежими фруктами и овощами – это позволит избавиться от тяжести в теле.

В преподавании каратэ нет популярных педагогических методик. Все строится на тесной связи учителя и ученика и это необходимо исходя из моральных и практических соображений:

1. Каждый наставник сам прошел по тернистому пути каратэ и накопил свой собственный опыт, который повлиял на развитие его личности, на его технику, поэтому он может легко сориентировать ученика и избавить его от ошибок, что поможет сэкономить ему время и силы.

2. Техническое и духовное содержание каратэ невозможно передать только словами, здесь главная роль отводится интуиции. На занятиях чаще всего общаются на «языке тела» т.е. учитель показывает движения из которых состоит упражнение, а ученик постигает их суть и притом постепенно.

3. По – настоящему гармоничная взаимосвязь учителя с учеником базируется с одной стороны – на готовности к самоотверженным действиям, а с другой – на полном доверии к авторитетному мнению наставника.

4. Настоящий учитель – это, прежде всего, тонко ощущающий душу ученика друг. Который умело направляет свободное развитие индивидуальности своего подопечного. Он служит ему примером. Способствует внешнему и внутреннему равновесию во взаимоотношениях с учеником, стимулирует его успехи в техническом и духовном плане, оказывает ему во всех делах эффективную помощь. При этом стираются как социальные, так и национальные барьеры.

5. Добровольно принятая и сознательно выполняемая задача воспитать достойного ученика способствует моральному и профессиональному совершенствованию учителя. Это вынуждает его постоянно анализировать и освежать уже накрепко вошедшие в его подсознание навыки, прежде чем они будут в усовершенствованном виде доведены до автоматизма и преподаны подопечному. Однако это предполагает, что учитель сам регулярно тренируется, и по возможности под чьим – либо руководством.

6. Благодаря усилиям учителя ученик проникается доверием, признательностью и прилежанием. Он чувствует себя обязанным сберечь все полученное от наставника и передать это своим собственным ученикам, когда для этого придет время. Таким образом каратэ остается, проходя через жизнь отдельных людей, действенной и постоянно обновляющейся силой.

Анализируя различные методические пособия по преподаванию каратэ, опыт работы и полученные знания мною в соавторстве с Юрием Ивановичем Усенком (мастер спорта Международного класса по каратэ (WKF), судья Республиканской категории, Вице-президент Всестилевой федерации каратэ Тюменской области) была составлена образовательная программа по каратэ – до.

Цели и задачи образовательной программы по каратэ-до

**Спортивно-оздоровительные группы (СОГ)**

**Цель –** образовательного процесса СОГ – выработка устойчивой внутренней мотивации к занятиям физической культуры и спорта. Возраст занимающихся 6-17 лет.

**Задачи:**

1. Организация здорового образа жизни.

2. Развитие физических качеств.

3. Формирование положительного отношения к спортивной деятельности и умению трудиться.

4. Обучение взаимоотношениям в коллективе со сверстниками и с другими участниками образовательного процесса.

5. Спортивный отбор наиболее перспективных спортсменов.

**Направленность образовательной программы для СОГ** – заключается в создании условий для работы и решении возникающих проблем на данном этапе. Возраст занимающихся 6-17 лет.

При работе с детьми, пришедшими заниматься контактными ударными единоборствами в образовательное учреждение, выявлены необходимые условия, которые необходимо создать, и возможные проблемы, которые необходимо устранить для выполнения задач воспитания, обучения и развития

**Педагогическая целесообразность СОГ** заключается в дополнительном охвате детей, которые по своему физическому развитию не могут попасть в спортивные основные группы. На данном этапе появляется дополнительное время и возможности для поиска перспективных спортсменов. Именно с этими характеристиками учеников сообразуются ближайшие и отдалённые цели образовательного акта и всего учебного курса содержание образования в программе. Диагностика возможностей и способностей учащихся предшествует образовательному процессу и осуществляется на всём его протяжении.

Исходя из цели, занятия каратистов могут быть учебными, учебно-тренировочными, тренировочными, контрольными, соревновательными. Цель учебных занятий сводится к усвоению нового материала. На учебно-тренировочных занятиях идет не только разучивание нового материала, закрепление ранее пройденного, но и большое внимание уделяется повышению общей и специальной работоспособности. Тренировочные занятия целиком посвящены повышению эффективности выполнения ранее изученных движений и совершенствованию работоспособности. Контрольные занятия обычно применяются в конце прохождения определенного раздела учебной программы. На таких занятиях принимаются зачеты по технике, проводится тестирование, что позволяет оценить качество проведенной учебно-тренировочной работы, успехи и отставание отдельных каратистов и их главные недостатки в уровне моральной, волевой, физической и технико-тактической подготовленности. Соревновательные занятия проводятся в форме неофициальных соревнований. Это могут быть классификационные турниры для начинающих каратистов спортсменов младших разрядов или турниры-прикидки с участием квалифицированных каратистов с целью окончательной коррекции состава команды. Такие турниры проводятся в присутствии зрителей, с награждением и другими атрибутами официальных соревнований. Они особенно полезны и крайне необходимы при недостаточном количестве официальных соревнований или с целью моделирования предстоящих стартов. С их помощью удается формировать у занимающихся соревновательный опыт.

Данная программа была рецензирована на кафедре теоретических основ физического воспитания ИФК ТюмГУ с оценкой, как универсальная система гармоничного развития личности, комплексной регуляции функций организма и формирования не только отличной физической подготовленности, но и внутреннего мира спортсмена его моральных и волевых качеств.

На сегодняшний день программа помогает боле точно сформировать группы упражнений по физической нагрузке, отследить результативность каждого спортсмена, провести диагностику его возможностей, поставить конкретные цели и замотивировать его на успех.

Для моих учеников каратэ– это труд, это большой труд для ума и для тела. Это огромный труд для их родителей, потому что мы всегда с ними вместе. На отделении каратэ работает родительский комитет, на котором лежит обязанность помогать детям, мамы и папы здесь не наблюдатели тренировочного процесса они непосредственные и активные его участники. Родители у нас всегда рядом - на соревнованиях, на отдыхе, на сборах, они мои основные помощники в воспитании спортсменов.

**Особенности методики спортивной подготовки дзюдоистов 13-15 лет с учётом индивидуально-психологических особенностей**

***Чупина Оксана Викторовна,*** *тренер-преподаватель по дзюдо*

*АУ ДОД ДЮСШ № 1 г.Ишима*

**Введение**

Проблема личности спортсмена – один из фундаментальных аспектов психологической теории спортивной деятельности. Это связано с тем, что практика подготовки спортсменов-дзюдоистов высокого класса к борьбе за самые высокие первенства приводит к необходимости всестороннего познания каждого спортсмена. Без такого знания невозможно ни развития его спортивного таланта, ни конкретная подготовка к выступлению в ответственных соревнованиях.

Дзюдо- это вид спортивной борьбы, который требует не только отличной физической подготовки, технического мастерства, но высшую степень сформированности морально-волевых качеств, и вообще психологической подготовки в целом. Не зная психологии личности спортсмена, нельзя полностью строить его обучение и воспитание, совершенствования его специальных особенностей в условиях спортивной деятельности. Анализ доступной литературы показал, что в настоящее время не достаточно разработаны вопросы подготовки спортсменов с учетом индивидуально психологических особенностей, в сфере детско-юношеского спорта.

Многие авторы утверждают, что эффективность процесса спортивной подготовки во многом зависит от характерологических особенностей и проявления темперамента. Но эти вопросы изучались на высококвалифицированных спортсменах и отсутствуют данные в сфере детского спорта. Поэтому мы считаем тему исследования актуальной.

**Проблема нашего исследования** заключается в противоречии между поиском путей дальнейшего совершенствования процесса спортивной подготовки на основе учёта индивидуально-психологических особенностей и отсутствием их теоретического обоснования.

**Объект исследования**: Тренировочный и соревновательный процесс дзюдоистов.

**Предмет исследования**: Методика организации учебно-тренировочных занятий с учётом индивидуальных особенностей личности.

**Цель**: Совершенствовать процесс подготовки юных дзюдоистов.

**Задачи**:

1. Изучить особенности проявления индивидуально психологических качеств в процессе подготовки дзюдоистов различной квалификации.
2. Выявить индивидуально-психологические особенности дзюдоистов 13-15 лет.

3. Проанализировать особенности тренировочной и соревновательной деятельности дзюдоистов в зависимости от индивидуально-психологических особенностей.

**Гипотеза**: Предполагается, что юные дзюдоисты имеют разные выраженности индивидуально – психологических особенностей.

**Методы:**

1. Анализ научно-методической и психолого-педагогической литературы.
2. Анкетирование.
3. Педагогическое наблюдение
4. Педагогическое тестирование
5. Метод математической статистики

**Организация исследования.**

Наше исследование проходило на базе ДЮСШ №1 в период с мая 2007 по май 2009 года. В исследовании принимало участие 10 дзюдоистов 13-15 лет. Среди них 4 девочки и 6 мальчиков, все спортсмены имеют юношеские и взрослые разряды.

На 1 этапе (май 2007- сентябрь 2008) мы проанализировали психолого-педагогическую и научно методическую литературу, по теме нашего исследования. Нами были изучены 37 источников, из них 36 источников были использованы для написания работы.

На 2 этапе ( сентябрь- октябрь 2008) мы провели анкетирование в котором использовали многофакторный опросник Кэттелла содержащий в себе 105 вопросов и три варианта ответа под буквами (а, в, с). Отвечая на вопрос, вы должны выбрать один из трёх предлагаемых вам ответов – тот, который в наибольшей степени соответствует вашим взглядам, вашему мнению о себе.

На 3 этапе (ноябрь 2008 – май 2009) обработаны полученные данные, сформулированы выводы работы и закончен печатный вариант выпускной квалификационной работы, подготовлены наглядные материалы.

**Результаты работы**

Проведённое нами тестирование с помощью 16-факторного опросника Кетелла, позволило нам изучить индивидуально- психологические особенности юных дзюдоистов.

Анализ результатов тестирования показывает, что у дзюдоистов 13-15 лет высокий показатель имеет фактор А (общительность), то есть, общительность, открытость, естественность, непринужденность, готовность к сотрудничеству, приспособляемость, внимание к людям, готовность к совместной работе, активность в устранении конфликтов в группе, готовность идти на поводу. Легкость в установлении непосредственных, межличностных контактов. Склонность к добродушию, легкости в общении, эмоциональному выражению; готов к сотрудничеству, внимателен к людям, мягкосердечен, добр, приспособляем. Предпочитает ту деятельность, где есть занятия с людьми, ситуации с социальным значением. Этот человек легко включается в активные группы. Он щедр в личных отношениях, не боится критики. Хорошо запоминает события, фамилии, имена и отчества.

Так же наблюдается высокий показатель фактора С (эмоциональная устойчивость) то есть, эмоциональная устойчивость, выдержанность; человек эмоционально зрелый, спокойный, устойчив в интересах, работоспособный, может быть ригидным, ориентирован на реальность. Эмоционально зрелый, устойчивый, невозмутимый. Высокая способность к соблюдению общественных моральных норм. Иногда смиренная покорность перед нерешенными эмоциональными проблемами. Хороший уровень «С» позволяет адаптироваться даже при психических расстройствах.

И высокие показатели по фактору Н, то есть смелость, предприимчивость, активность; человек имеет эмоциональные интересы, готовность к риску и сотрудничеству с незнакомыми людьми в незнакомых обстоятельствах, способность принимать самостоятельные, неординарные решения, склонность к авантюризму и проявлению лидерских качеств. Общительный, смелый, испытывает новые вещи; спонтанный и живой в эмоциональной сфере. Его «толстокожесть» позволяет ему переносить жалобы и слезы, трудности в общении с людьми в эмоционально напряженных ситуациях. Может небрежно относиться к деталям, не реагировать на сигналы об опасности.  
 Нами отмечено, что занимающиеся отличаются низким уровнем фактора В (интеллект), то есть, конкретность и некоторая ригидность мышления, затруднения в решении абстрактных задач, сниженная оперативность мышления, недостаточный уровень общей вербальной культуры. Низкая оценка по фактору В может быть получена как в результате невысокого интеллекта, так и вследствие эмоциональной дезорганизации мышления. В целом, оценивая уровень физической подготовленности, можно сказать, что юные дзюдоисты имеют высокий уровень. Высокие показатели при сдачи тестов показали в таких упражнениях как: сгибание рук в упоре лёжа, сгибание туловища лёжа на спине за 20 секунд. Из них отличились такие дзюдоисты как: Т.А, Д.А, К.М, К.С.

Таблица 1

*Результаты сдачи контрольных нормативов по физической подготовке мальчиков-дзюдоистов 13-15 лет*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по физической подготовке | | | | |
| Бег 32,81 ярды, с | Подтягивание на перекладине | Сгибание рук в упоре лёжа | Сгибание туловища лежа на спине за 20 сек | Бег 400 м |
| 1 | К.М | 5.2 | 8 | 50 | 18 | 1.16 |
| 2 | А.А | 5.0 | 12 | 48 | 15 | 1.14 |
| 3 | Г.Е | 5.2 | 8 | 45 | 16 | 1.15 |
| 4 | С.М | 5.3 | 10 | 50 | 17 | 1.16 |
| 5 | Д.А | 5.2 | 13 | 52 | 19 | 1.14 |
| 6 | К.С | 5.2 | 10 | 50 | 18 | 1.15 |
|  | В среднем | 5.2 | 10 | 49 | 17 | 1.15 |

Таблица 2

*Результаты сдачи контрольных нормативов по физической подготовке девочек-дзюдоисток 13-15 лет*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по физической подготовке | | | | |
| Бег 30 м, с | Подтягивание на перекладине | Сгибание рук в упоре лёжа | Сгибание туловища лежа на спине за 20 сек | Бег 400 м |
| 1 | В.М | 5.4 | 25 | 40 | 16 | 1.14 |
| 2 | Т.А | 5.3 | 35 | 50 | 18 | 1.12 |
| 3 | Ш.М | 5.4 | 27 | 43 | 15 | 1.13 |
| 4 | Ч.И | 5.5 | 30 | 40 | 16 | 1.14 |
|  | В среднем | 5.4 | 29 | 43 | 16 | 1.13 |

Так как по уровню физической подготовленности все дзюдоисты относительно одинаковы, то результативность соревновательной деятельности будет зависеть от технико-тактической подготовленности спортсменов, а также, по нашему мнению, от индивидуально-психологических особенностей юных дзюдоистов.

Для изучения технико-тактической подготовки нами были использованы следующие тесты: 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с); Вставание на гимнастический мост из положения стоя (с); перевороты на мосту 10 раз (с).

Таблица 3

*Результаты сдачи контрольных нормативов по технико-тактической подготовке мальчиков-дзюдоистов*

*13-15 лет*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по технико-тактической подготовке | | |
| 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с) | Вставание на мост из стойки 5 раз (с) | Перевороты на мосту 10 раз (с) |
| 1 | К.М | 21 | - | 22 |
| 2 | А.А | 20 | - | - |
| 3 | Г.Е | 24 | - | - |
| 4 | С.М | 23 | 11 | 18 |
| 5 | Д.А | 24 | 18 | 19 |
| 6 | К.С | 24 | - | - |
|  | В среднем | 23 | 5 | 10 |

Таблица 4

*Результаты сдачи контрольных нормативов по технико-тактической подготовке девочек-дзюдоисток*

*13-15 лет*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по технико-тактической подготовке | | |
| 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с) | Вставание на мост из стойки 5 раз (с) | Перевороты на мосту 10 раз (с) |
| 1 | В.М | 29 | 22 | 30 |
| 2 | Т.А | 20 | 16 | 22 |
| 3 | Ш.М | 24 | 18 | 25 |
| 4 | Ч.И | 25 | - | 31 |
|  | В среднем | 25 | 14 | 27 |

Уровень технико-тактической подготовки юных дзюдоистов можно оценить как невысокий.

Используя первоначальную батарею тестов, мы провели итоговые контрольные нормативы по общей физической подготовки юных дзюдоистов.

Все испытуемые сдавали тесты в одинаковых условиях. У юношей мы получили следующие результаты (табл.5), у девочек (табл. 6)

Таблица 5

*Результаты сдачи контрольных нормативов по физической подготовке мальчиков-дзюдоистов 13-15 лет*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по физической подготовке | | | | |
| Бег 30 м, с | Подтягивание на перекладине | Сгибание рук в упоре лёжа | Сгибание туловища лежа на спине за 20 сек | Бег 400 м |
| 1 | К.М | 5.1 | 10 | 55 | 18 | 1.13 |
| 2 | А.А | 5.0 | 12 | 50 | 18 | 1.12 |
| 3 | Г.Е | 5.2 | 9 | 45 | 17 | 1.15 |
| 4 | С.М | 5.0 | 10 | 55 | 19 | 1.14 |
| 5 | Д.А | 5.0 | 13 | 55 | 20 | 1.12 |
| 6 | К.С | 5.1 | 11 | 50 | 18 | 1.15 |
|  | В среднем | 5.1 | 13 | 52 | 18 | 1.13 |

Таблица 6

*Результаты сдачи контрольных нормативов по физической подготовке девочек-дзюдоисток 13-15 лет*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по физической подготовке | | | | |
| Бег 30 м, с | Подтягивание на перекладине | Сгибание рук в упоре лёжа | Сгибание туловища лежа на спине за 20 сек | Бег 400 м |
| 1 | В.М | 5.4 | 30 | 40 | 18 | 1.14 |
| 2 | Т.А | 5.2 | 40 | 55 | 20 | 1.12 |
| 3 | Ш.М | 5.3 | 30 | 50 | 18 | 1.13 |
| 4 | Ч.И | 5.5 | 30 | 45 | 18 | 1.13 |
|  | В среднем | 5.4 | 33 | 48 | 19 | 1.13 |

Таблица 7

*Изменение показателей физической подготовленности юных дзюдоистов*

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Тесты по физической подготовке | | | | |
| Бег 30 м, с | Подтягивание на перекладине | Сгибание рук в упоре лёжа | Сгибание туловища лежа на спине за 20 сек | Бег 400 м |
| Мальчики | до | 5.2 | 10 | 49 | 17 | 1.15 |
| после | 5.1 | 13 | 52 | 18 | 1.13 |
| Прирост | | +1 | +3 | +3 | +1 | +2 |
| Достоверность | | р>0,05 | р>0,05 | **р<0,05** | р>0,05 | **р<0,05** |
| Девочки | до | 5.4 | 29 | 43 | 16 | 1.13 |
| после | 5.4 | 33 | 48 | 19 | 1.13 |
| Прирост | | 0 | +4 | +5 | +3 | 0 |
| Достоверность | | р>0,05 | р>0,05 | р>0,05 | **р<0,05** | р>0,05 |

Анализируя динамику показателей тестов по физической подготовке дзюдоистов, можно сделать заключение, что наилучший показатель прироста показали мальчики. Прирост прослеживается во всех тестах .Особенно выделились такие нормативы как: подтягивание на высокой перекладине и сгибание рук в упоре лёжа. Прослеживая динамику прироста у девочек мы видим большой прирост в отличие от мальчиков в таких нормативах как: подтягивание на перекладине +4 ед. увеличение и сгибание рук в упоре лёжа +5 ед. Что касается тестов: бег 30 м и бег 400м, остались без изменений.

Контрольное тестирование по технико-тактической подготовке, 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с); вставание на гимнастический мост из положения стоя (с); перевороты на мосту 10 раз (с).Показало наглядно следующие результаты, мальчики (табл.8) девочки (табл.9)

Таблица 8

Результаты сдачи контрольных нормативов по технико-тактической подготовке мальчиков-дзюдоистов 13-15 лет

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по технико-тактической подготовке | | |
| 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с) | Вставание на мост из стойки 5 раз (с) | Перевороты на мосту 10 раз (с) |
| 1 | К.М | 20 | - | 21 |
| 2 | А.А | 20 | - | - |
| 3 | Г.Е | 23 | - | - |
| 4 | С.М | 21 | 11 | 16 |
| 5 | Д.А | 20 | 16 | 17 |
| 6 | К.С | 23 | - | - |
|  | В среднем | 21 | 5 | 9 |

Таблица 9

*Результаты сдачи контрольных нормативов по технико-тактической подготовке девочек-дзюдоисток*

*13-15 лет*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. | Тесты по технико-тактической подготовке | | |
| 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с) | Вставание на мост из стойки 5 раз (с) | Перевороты на мосту 10 раз (с) |
| 1 | В.М | 26 | 20 | 26 |
| 2 | Т.А | 19 | 15 | 20 |
| 3 | Ш.М | 23 | 16 | 23 |
| 4 | Ч.И | 23 | - | 27 |
|  | В среднем | 23 | 13 | 24 |

Таблица 10

*Изменение показателей технико-тактической подготовленности юных дзюдоистов*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Тесты по технико-тактической подготовке | | |
| 10 бросков партнёра своего веса через бедро (с) | Вставание на мост из стойки 5 раз (с) | Перевороты на мосту 10 раз (с) |
| Маль-  чики | до | 23 | 5 | 10 |
| после | 21 | 5 | 9 |
| Прирост | | +2 | - | +1 |
| Достоверность | | **р<0,05** | р>0,05 | р>0,05 |
| Девочки | до | 25 | 14 | 27 |
| после | 23 | 13 | 24 |
| Прирост | | +2 | +1 | +3 |
| Достоверность | | **р<0,05** | р>0,05 | **р<0,05** |

Прослеживая изменение показателей тестов по технико-тактической подготовке спортсменов, можно заключить. Лучший показатель прироста показали девочки, прирост показателей во всех тестах. Показатели тестов мальчиков возросли незначительно и норматив вставание на мост из стойки 5 раз (с), остался без изменений.

Педагогические наблюдение в ходе соревновательной деятельности дзюдоистов дали нам следующие показатели активности (ПА) и количественного показателя эффективности технико-тактических действий дзюдоистов (КОПЭ).

В ходе проведённого наблюдении мы выявили группу, наиболее активных борцов в условиях соревнований Ду.А, Ша.М., Га.Е, и группу дзюдоистов с низким показателем активности Ку.С, Са.М., Ар.А. Кроме этого, мы так же выделили две группы с высоким количественным показателем эффективности: Ко.М, Са. М.. Вы, М., и низким количественным показателем эффективности :Ду. А, Ар.А, Га. Е.

Таблица 11

*Показатели активности и количественный показатель эффективности дзюдоистов 13-15 лет в условиях соревновательной деятельности.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И | П.А | КОПЭ |
| Мальчики | | | |
| 1 | Ду.А | 0.1 | 0 |
| 2 | Ко.М | 0.06 | 0.66 |
| 3 | Ку.С | 0.044 | 0.5 |
| 4 | Са. М | 0.055 | 0.66 |
| 5 | Ар.А | 0.05 | 0 |
| 6 | Га.Е | 0.1 | 0 |
| Девочки | | | |
| 7 | Чу.И | 0.09 | 0.36 |
| 8 | Ти. А | 0.072 | 0.45 |
| 9 | Ша.М | 0.1 | 0.4 |
| 10 | Вы.М | 0.067 | 0.67 |

Для изучения особенностей соревновательной деятельности юных дзюдоистов с учётом их индивидуально- психологических особенностей мы разделили спортсменов на две группы, с высоким и низким показателем активности (П.А), а так же на две группы с высоким и низким количественным показателем эффективности ( КОПЭ) по 3 человека в каждой (рис. 1)

**Рис 1. Показатель активности юных дзюдоистов**

На рис. 1 видно отличие этих двух групп друг от друга по факторам A, G, I ,M, Q2, то есть дзюдоисты с высоким показателем активности обладают фактором А что означает: общительность, открытость, добродушность, внимательность и непринуждённость в поведении. Охотно работает с людьми. Активен, не боится критики, живо откликается на события. Фактор G, что означает: осознанное соблюдение норм и правил поведения, настойчивость в достижении цели, точность, ответственность, осознанное соблюдение общепринятых моральных правил и норм, настойчивость в достижении цели, деловая направленность.

Фактор М, что означает: развитое воображение, ориентирование на свой внутренний мир, высокий творческий потенциал, легкость отказа от практических суждений, умение оперировать абстрактными понятиями, мечтательность.

Фактор Q2, означает: человек предпочитает собственные решения, независим, следует по выбранному им пути. Сам принимает решения и сам действует, однако не всегда доминантен, имея особое мнение он не стремиться навязывать его окружающим. Группу спортсменов с низкими показателями активности отличает низкий показатель фактор I, что означает: мужественность, самоуверенность, рассудочность, реалистичность суждений, практичность, некоторая жёсткость, суровость, чёрствость по отношению к окружающим.

Кроме этого, мы так же выделили две группы с высоким коэффициентом эффективности ( 3 человека) и низким коэффициентом эффективности (3 человека), чтобы отследить те личностные факторы дзюдоистов, которые влияют на эффективность выполнения технико-тактических действий в условиях реальных схваток.

Мы получили следующие результаты рис (2)

**Рис 2. Коэффициент эффективности юных дзюдоистов**

Спортсмены с высоким коэффициентом эффективности отличаются более высокими значениями личностных факторов: A, F, H, Q3 и более низким показателем Q4.Это означает, что дзюдоисты более эффективно действующие в уловиях соревновательной деятельности имеют высокие показатели по фактору А, что означает: общительность, открытость, добродушность, внимательность и непринуждённость в поведении. Охотно работает с людьми. Активен, не боится критики, живо откликается на события.

Фактор F, что означает: жизнерадостность, импульсивность, восторженность, беспечность, безрассудность в выборе партнеров по общению, эмоциональная значимость социальных контактов, экспрессивность, экспансивность, эмоциональная яркость в отношениях между людьми, динамичность общения, которая предполагает эмоциональное лидерство в группах.

Фактор Н, что означает: смелость, предприимчивость, активность; человек имеет эмоциональные интересы, готовность к риску и сотрудничеству с незнакомыми людьми в незнакомых обстоятельствах, способность принимать самостоятельные, неординарные решения, склонность к авантюризму и проявлению лидерских качеств.

Фактор Q3, что означает: люди с высокими оценками по этому фактору склонны к организаторской деятельности и добиваются успеха в тех профессиях, где требуются объективность, решительность, уравновешенность. Фактор характеризует осознанность человека в регулировании силы «я» и определяет выраженность волевых характеристик личности.

И низкий уровень по фактору Q4, что означает: расслабленность, вялость, апатичность, спокойствие, низкая мотивация, излишняя удовлетворенность, невозмутимость.

А затем попытались выяснить личностные особенности двух выделенных групп по КОПЭ. В группе с высоким количественным показателем эффективности можно выделить дзюдоиста Ко.М. Данный борец занимается третий год, систематически посещает занятия. Но в условиях соревновательной деятельности крайне не предсказуем, что и вызвало интерес для описания его индивидуально- психологических качеств. Ко. М, имеет высокие показатели по фактору +Н, что означает: смелость, предприимчивость, активность; человек имеет эмоциональные интересы, готовность к риску и сотрудничеству с незнакомыми людьми в незнакомых обстоятельствах, способность принимать самостоятельные, неординарные решения, склонность к авантюризму и проявлению лидерских качеств. Фактор H - четко определенный фактор, который характеризует степень активности в социальных контактах. При этом надо учитывать, что этот фактор имеет генетическое происхождение и отражает активность организма и особенности темперамента. Люди с высокими оценками этого фактора имеют склонность к профессиям риска (летчики-испытатели), упорны, социабельны, умеют выдерживать эмоциональные нагрузки, что часто делает их лидерами.

Фактор + I,что означает: личность с высокими показателями по этому фактору характеризуется как физически и умственно утонченная, склонная к рефлексии, задумывающаяся над своими ошибками и путями избегания таковых. Они обладают развитым воображением.

Отметим, что оценки по данному фактору у женщин выше, чем у мужчин, при этом они зависят от окружающих условий и культурного уровня. Кеттелл определяет данную черту личности как «запрограммированную эмоциональную чувствительность», подчеркивая тем самым прерогативу генетического происхождения этого свойства личности.

Фактор - Q1, что означает: консервативность, устойчивость по отношению к традициям, ориентация на конкретную реальную деятельность.

Фактор - Q4, что означает: расслабленность, спокойствие, невозмутимость. Лица со значениями этого фактора от 5 до 8 баллов характеризуются оптимальным эмоциональным тонусом и стрессоустойчивостью.

В группе с низким коэффициентом эффективности можно выделить дзюдоиста Ду. А., занимающийся с желанием посещает тренировки, тренируется так же на протяжении трёх лет , имеет хороший прирост в контрольных испытаниях по физической подготовке, но так же не предсказуем в условиях соревнований. Имеет высокие показатели по факторам +А, что означает: общительность, открытость, естественность, непринужденность, готовность к сотрудничеству, приспособляемость, внимание к людям, готовность к совместной работе, активность в устранении конфликтов в группе, готовность идти на поводу. Легкость в установлении непосредственных, межличностных контактов. В целом фактор А ориентирован на измерение общительности человека в малых группах и способности к установлению непосредственных, межличностных контактов.

Фактор + G, что означает: Добросовестность, ответственность, стабильность, уравновешенность, настойчивость, склонность к морализированию, разумность, совестливость. Развитое чувство долга и ответственности, осознанное соблюдение общепринятых моральных правил и норм, настойчивость в достижении цели, деловая направленность.

Фактор +Н, что означает: смелость, предприимчивость, активность; человек имеет эмоциональные интересы, готовность к риску и сотрудничеству с незнакомыми людьми в незнакомых обстоятельствах, способность принимать самостоятельные, неординарные решения, склонность к авантюризму и проявлению лидерских качеств.

Фактор + L,что означает: осторожность, склонность к ревности, стремление возложить ответственность за ошибки на окружающих, раздражительность.

Учитывая выявленные индивидуально-психологические особенности у юных дзюдоистов с высокой и низкой эффективностью соревновательной деятельности можно рекомендовать:

- обратить особое внимание в процессе тренировки на воспитание волевых качеств смелости и решительности. Для этого необходимо включать в тренировочный процесс такие задания как: борьба за захват в схватке, борьба в тройках, ведение соревновательной борьбы первым номером.

- воспитывать у юных дзюдоистов ответственность как за спортивный результат, так и за любое порученное дело

- формировать в процессе учебно-тренировочной деятельности и применять во время соревнований элементы самоконтроля и саморегуляции:

1. Я уверенно подхожу к соревнованиям.

2. Соревнования для меня - праздник, праздник моей готовности, силы воли мужества.

3. Я сделал всё, что было необходимо, качественно выполнил всё, что от меня требовалось. Теперь остаётся только спокойно и уверенно реализовать то, что в меня заложено.

4.Я много и добросовестно тренировался. Значительно выросла моя тренированность, на новый уровень поднялись мои возможности.

5. С приближением соревнований я чувствую всё возрастающую уверенность в себе, спокойствие и хладнокровие, лёгкость, раскованность, устойчивость по отношению к любой ситуации.

- поощрять юных спортсменов за принятие самостоятельных, неординарных решений

- чаще проводить анализ результатов тренировочной и соревновательной деятельности с выявлением как положительных, так и отрицательных моментов

- формировать лидерские качества, поддерживать инициативность, высокую активность не только в спортивной деятельности

ВЫВОДЫ:

1. Анализ доступной литературы позволил нам заключить что, изучению индивидуально-психологических особенностей спортсменов различных квалификаций уделяется достаточно большое влияние, а именно изучалось влияние данных особенностей на эффективность соревновательной деятельности баскетболистов, боксёров, футболистов, гимнастов и т.д., но в большей мере это касается взрослых спортсменов.
2. Проведённое нами анкетирование по изучению индивидуально-психологических особенностей дзюдоистов 13-15 лет выявило следующие личностные особенности: высокие показатели фактора А (общительность); фактора С (эмоциональная устойчивость) и высокий показатель по фактору Н (смелость). При этом занимающиеся отличаются низким уровнем фактора В (интеллект).
3. Тестирование уровня физической подготовленности юных дзюдоистов показало, что в среднем спортсмены имеют высокий уровень развития силы, быстроты, выносливости и прыгучести.
4. По показателям технико-тактической подготовленности у юных дзюдоистов отмечается низкий уровень.
5. Юных дзюдоистов, имеющих высокий коэффициент эффективности соревновательной деятельности отличает: высокая общительность (фактор А), смелость (фактор Н), экспрессивность (фактор F) и высокий самоконтроль (фактор Qз).

**Проект «Спортивный муравейник»**

***Сараева Ульяна Петровна,***

*учитель физической ультуры МОУ «Армизонская  
 средняя общеобразовательная школа»*

В «Национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» - одно из главных направлений - это здоровье школьника. Педагогический коллектив Армизонской школы поддерживает эту инициативу и работает под девизом « Если хотите стать успешными -вы должны быть здоровыми». Народная мудрость гласит: «Здоровье не купишь - его разум дарит».

Состояние здоровья учащихся на сегодняшний день нельзя назвать удовлетворительным. Мною проанализированы данные заболеваемости учащихся нашей школы в 2008-2009 учебном году:

* нарушение осанки - 30,8%;
* болезни дыхания - 22 %;
* нервные заболевания-20,1%;
* психические заболевания - 8,5%;
* эндокринные заболевания- 6,7%.

Хронический дефицит двигательной активности в режиме жизни школьников, может

стать реальной угрозой их здоровью и нормальному физическому развитию. Так, при обследовании школьников, с низким уровнем двигательной активности у большинства было установлено:

* нарушение осанки;
* плоскостопие;
* частая заболеваемость ОРИ;
* 43% близорукость;
* 38% - ожирение;
* 24% -повышение артериального давления, у всех снижен уровень физической работоспособности.

Школьникам, как доказывают ученые, необходима не менее чем 2-х часовая неорганизованная деятельная активность. К сожалению, ежедневные уроки физической культуры в школе пока нереальны. Следует не только совершенствовать на научно-медицинской и педагогической основе методику проведения уроков физической культуры, но и распространять применение других форм внеклассной оздоровительной работы в режиме дня школьников.

Главная задача - побудить в детях желание регулярно заниматься физической культурой и спортом. К внеурочным формам работы относятся следующие виды деятельности:

* зарядка до занятий;
* подвижные перемены;
* спортивные кружки и секции;
* спортивные соревнования по видам спорта;
* спортивные праздники;
* Дни Здоровья;
* туристические походы, ит.д.

Воспитательное значение физической культуры и спорта очень важный момент в жизни школьника. Солоненко Г.М. - директор Калмакской средней школы с тридцатилетним стажем работы

говорила так: - «Если хорошо поставлена физическая культура в школе, проблем с дисциплиной не будет». У нас в школе сегодня работают службы, которые закладывают в подсознание детей понятия о здоровье, о вредных привычках, ведётся воспитательная работа на всех уровнях, (классные руководители, учителя предметники, общешкольные мероприятия ), поэтому объединили всю работу в проект «Школа Здоровья». Разработаны правила поведения учащихся на внеклассных занятиях, спортивных секциях, они заключаются в следующем:

* соблюдение техники безопасности на занятиях;
* опрятный внешний спортивный вид;
* взаимоотношение друг с другом доброе и уважительное;
* речевая культура школьника соответствует своему поведению;
* отношение к спортинвентарю – бережное;
* понимание важности здорового образа жизни;
* бережное отношение к собственному здоровью;
* соблюдение личной и общественной гигиены;
* сформированность мотивации учащихся к участию в спортивной жизни школы.
* Результативность участия учащихся в спортивной жизни школы регулярно отслеживается на основе разработанных критериев: контрольных показателей физического развития (таблица 1).

Таблица 1

**Мониторинг учащихся 4 классов. Спортивная секция – баскетбол**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**п /п | | Ф.И. | **на начало 2008-2009 учебного года** | | | | | | | | **на конец 2008-2009 учебного года** | | | | | |
| подтягивание  на  перекладине | | прыж ки на скакалке за 1  мин. | | Подъем тулови ща за 1 мин. | | сгиб, и разгиб, рук из п. лёжа | | подтягивание  на  перекла дине | | прыж ки на скакалке за 1 мин. | | подъем туловища за 1 мин. | сгиб, и разгиб, рук из п. л ежа на полу |
| **1** | | **Батыров Валихан** | 0 | | 40 | | 28 | | 18 | | 5 | | 89 | | 49 | 36 |
| **2** | **Баранов Пётр** | | 0 | 49 | | 27 | | 15 | | 5 | | 101 | | 48 | | 22 |
| **3** | **Фишер Саша** | | 3 | 46 | | 29 | | 23 | | 8 | | 108 | | 51 | | 48 |
| **4** | **Муравьев**  **Максим** | | 4 | 48 | | 30 | | 31 | | 9 | | 120 | | 59 | | 54 |

Среди многообразия внеклассной спортивной деятельности в процессе воспитательной работы школы нашел своё определённое место массовый спортивный праздник -«Спортивный муравейник».Данный проект предоставляет собой проведение спортивно - массовых мероприятий для детей и подростков на стадионах, спортивных площадках, спортивных залах. Состязания включают в себя несколько этапов, каждый из которых предполагает нагрузку на определённую группу мышц, развитие определённых спортивных навыков, умение работать индивидуально и в коллективе. Предполагает свободу выбора, воспитание нравственных качеств. Спортивный муравейник можно проводить как с огромным количеством спортинвентаря, так и без него. Проект реализуется в сотрудничестве учителей физической культуры, классных руководителей, работников Домов детского творчества, спортивных клубов, работниками РДК.

Спортивное состязание можно проводить с детьми групп продленного дня, в параллельных классах, в одном классе, спортивных переменах. При формировании программы, использовано учебное пособие из серии «Профессиональная культура педагога» Ю.Г.Коджаспирова. «Физкульт -Ура! Ура! Ура!» ( педагогическое общество России, Москва 2002г.).

*Основные достоинства проекта:*

* Массовые состязания в полной мере отражают преимущества здорового образа жизни, наглядно показывают возможность и интерес здорового активного отдыха.
* Необычность формы соревнований привлекает детей младшего, среднего и старшего школьного возраста к занятиям физической культуры и спорта.

*Цели и задачи проекта:*

* Развития и популяризация массовых занятий физической культурой и спортом;
* Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся;
* Массовое привлечение учащихся к занятиям к физической культурой и спортом;
* Укрепление духа спортивной состязательности;
* Приобретение навыков спортивной и жизненной конкуренции.
* *Ожидаемые результаты:*
* Общее оздоровление участников, детей и подростков. В это понятие входит как их физическое развитие, так и улучшение психологического климата в классах, семьях, коллективе учителей.
* Объединение участников состязаний в коллектив, сплочение коллектива для каждого нового состязания;
* Получение участниками соревнований навыков коммуникабельности, понятий о здоровой конкуренции.

*Дальнейшее развитие проекта:*

* При успешном, дозированном проведении «Спортивного муравейника» в школе данный проект может быть реализован в коллективах учителей, семейных праздниках, товарищеских встречах между школами.
* Программы можно изменять, дозировать, объединяться и проводить, совместно превращая мероприятия в культурно - спортивные праздники.

*Результативность проекта:*

* «Спортивный муравейник» помогает проводить соревнования в необычной форме с охватом - 100% учащихся;
* Растёт чисдо учащихся, занимающихся в спортивных секциях (с 20% -до 60%);
* Улучшается воспитанность учащихся;
* Растет число занимающихся в секциях трудных учащихся и учащихся «группы риска»;
* Повышается качественная успеваемость уроков физической культуры до 100%;
* Растёт общая и качественная успеваемость по остальным предметам.

**ИТОГИ**

**областного заочного конкурса «На лучшее учреждение дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности»**

В конкурсе приняли участие 12 учреждений дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности из 9 муниципальных образований: Ишимский, Тюменский, Тобольский, Упоровский, Юргинский районы, Заводоуковский городской округ, города Ишим, Тобольск, Тюмень.

***Победителями стали:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ММесто** | **Наименование организации** | **Территория** | **Количество очков** |
| ***В номинации – «сельские ДЮСШ»:*** | | | |
| **1** | МАОУ ДОД ДЮСШ Тюменского муниципального  района | Тюменск. район, п.Боровский | **2036** |
| **2** | МАУ ДОД ДЮСШ Тобольского района | Тобольский р-н,  с.Ворогушино | **1573** |
| **3** | АУ ДОД ДЮСШ «Кристалл» Юргинского муниципального района | Юргинский р-н,  с. Юргинское | **940** |
| ***В номинации – «городские ДЮСШ»:*** | | | |
| **1** | АУ ДОД «Ишимская городская ДЮСШ № 1» | г. Ишим | **7370** |
| **2** | МАУ ДОД ДЮСШ № 1 г. Тобольска | г. Тобольск | **522** |
| ***В номинации – «СДЮСШОР»:*** | | | |
| **1** | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 2 | г.Тюмень | **5873** |
| **2** | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 3 | г. Тюмень | **5250** |
| **3** | МАОУ ДОД СДЮСШОР «Центр дзюдо» | г. Тюмень | **4685** |

**ИТОГИ**

**областного заочного конкурса «На лучшего тренера-преподавателя учреждений дополнительного образования детей физкультурно-спортивной   
направленности»**

В конкурсе приняли участие 13 педагогов из 4 территорий юга области: Тюменский, Юргинский районы, Заводоуковский городской округ, город Тюмень.

***Победителями стали:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ММесто** | **Ф.И.О., вид спорта** | **Территория, место работы** | **К-во**  **очков** |
| ***В номинации – «МАССОВОСТЬ»*** | | | |
| **1** | Бутакова Лидия Григорьевна,  тренер-преподаватель по *баскетболу* | АУ ДОД ДЮСШ «Кристалл», с.Юргинское | **865** |
| **2** | Худатова Ольга Васильевна,тренер-преподаватель по *спортивной гимнастике* | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 1, г.Тюмень | **510** |
| **3** | Ефимов Андрей Григорьевич,  тренер-преподаватель по *лыжным гонкам и биатлону* | МАОУ ДОД «ДЮСШ Тюменского муниципального района» | **307** |
| ***В номинации – «МАСТЕРСТВО»*** | | | |
| **1** | Трубина Валентина Евгеньевна, тренер-преподаватель по *спортивной гимнастике* | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 1, г.Тюмень | **650** |
| **2** | Нечаева Марина Владимировна,  тренер-преподаватель по *спортивной аэробике* | МАОУ ДОД «ДЮСШ Тюменского муниципального района | **375** |
| **3** | Зиятдинова Лариса Николаевна,  тренер-преподаватель по *волейболу* | МАОУ ДОД «ДЮСШ Тюменского муниципального района | **322** |
| ***В номинации – «СОВЕРШЕНСТВО»*** | | | |
| **1** | Сергеев Сергей Сергеевич,  тренер-преподаватель по *скалолазанию* | МАОУ ДОД «Подростковый туристский клуб «Алькор» | **2895** |
| **2** | Досаев Андрей Иванович,  тренер-преподаватель по *греко-римской борьбе* | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 3, г.Тюмень | **1489** |
| **3** | Токмаков Сергей Александрович, тренер-преподаватель по *гребному слалому* | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 2, г.Тюмень | **1172** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Участие муниципальных образовательных учреждений дополнительного**  **образования детей г. Тюмени в областных конкурсах физкультурно-спортивной направленности (2007-2009 г.г.)** | | | | | | | | | | | | |
| **№** | **Наименование учреждения** | **Мастер педагогического труда** | | | **Лучший**  **тренер** | | | **Лучшее**  **учреждение** | | | **Методические**  **материалы** | |
| **2007** | **2008** | **2009** | **2007** | **2008** | **2009** | **2007** | **2008** | **2009** | **2008** | **2009** |
| 1 | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 1 |  | Номинация «Специалисты учреждений дополнительного образования детей» не была представлена |  | **2** | **2** | **2** |  |  |  |  |  |
| 2 | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 2 |  |  |  | **1** | **1** |  |  |  |  |  |
| 3 | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 3 |  |  | **3** | **2** | **1** |  |  |  | **1** |  |
| 4 | МАОУ ДОД СДЮСШОР № 4 |  |  | **1** |  |  |  |  |  | **1** | **2** |
| 5 | МАОУ ДОД ДЮСШ "Водник" |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | МАОУ ДОД СДЮСШОР "Центр дзюдо" |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1** |
| 7 | МАОУ ДОД СДЮСШОР "Прибой" |  |  |  | **1** |  |  |  |  |  | **1** |
| 8 | МАОУ ДОД ДЮСШ "Рубин" |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | МАОУ ДОД ДЮСШ "Строймаш" |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | СДЮСШ - филиал АНО ХК "Газовик" |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | ДЮСШ ТюмГУ "Олимпия" |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | МАОУ ДОД ДЮЦ "Старт" |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | МАОУ ДОД ДЮЦ "Алькор" |  |  |  | **1** | **1** |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | участие | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | неучастие | | |  |  |  |  |  |  |  |  |