

## Выступление на РМО учителей физической культуры

### «Внеурочная деятельность, развитие личности и самореализация обучающихся на занятиях спортивной направленности»

Человек – высшее творение природы. Но для того чтобы наслаждаться её сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию: быть здоровым. Физическое воспитание учащихся является неотъемлемой частью всей учебно-воспитательной работы школы и занимает важное место в подготовке учащихся к жизни, к общественно полезному труду. Работа по физическому воспитанию в школе отличается большим многообразием форм, которые требуют от учащихся проявления организованности, самостоятельности, инициативы, что способствует воспитанию организационных навыков, активности, находчивости.

Внеурочная деятельность в условиях внедрения ФГОС приобретает новую актуальность, ведь именно стандарты закрепили обязательность ее организации, это ресурс, позволяющий школе достичь нового качества образования. Именно в новом Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования внеурочной деятельности школьников уделено особое внимание, определено пространство и время в образовательном процессе.

Реализация внеурочной деятельности в школе позволяет также решить ряд очень важных задач:

- обеспечить благоприятную адаптацию ребенка в школе;
- снизить учебную нагрузку обучающихся;
- улучшить условия для развития ребенка;
- учесть возрастные и индивидуальные особенности обучающихся

Согласно требованиям ФГОС внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное).

Одним из видов внеклассной работы в школе является массовая физкультурная и спортивная работа.

#### 1.Задачи внеклассной работы:

- содействовать школе в выполнении стоящих перед ней учебно-воспитательных задач;
- содействовать укреплению здоровья, закаливанию организма, разностороннему физическому развитию учащихся;
- углублять и расширять знания, умения, навыки, получаемые учащимися на уроках, физической культуры;
- воспитывать и развивать организаторские навыки у школьников;

- организовывать здоровый отдых учащихся;
- прививать учащимся любовь к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

## **2. Содержание внеклассной работы**

Чтобы добиться массового охвата учащихся внеклассной работой, используются самые различные формы организации и проведения занятий с детьми с учетом их возраста, состояния здоровья и физической подготовленности. Создана система внеурочной деятельности по физическому воспитанию, которая включает в себя различные формы работы. Основными формами являются: походы, занятия в группах общей физической подготовки, спортивные соревнования, физкультурные праздники, занятия в спортивных секциях.

### **3. Организация внеклассной работы**

Во всех классах школы избираются физкультурные организаторы. Они работают под руководством классных руководителей, организуя учеников своего класса для участия в различных физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях, проводимых школой.

Для проведения практической работы с учащимися организуются секции, работающие весь учебный год. Это секции волейбола, бокса, футбола. На занятиях секции совершенствуются умения и навыки, в выполнении упражнений, введением новых элементов.

В учебных группах секции 15-20 человек. Комплектование групп производится с учетом возраста и физической подготовленности учащихся. В период подготовки к соревнованиям создаются команды. Количество участников зависит от условий соревнований.

#### **3.1 Спортивные секции**

Спортивные секции создаются для учащихся, желающих заниматься определенным видом спорта. Основные задачи секций:

- приобщить школьников к систематическим занятиям спортом;
- содействовать их спортивному совершенствованию в избранном виде спорта;
- готовить их к участию во внешкольных соревнованиях;
- содействовать приобретению знаний и навыков инструкторской работы и судейства соревнований.
- На сегодняшний день в школе работает секция волейбола

## **4. Формы внеклассной работы**

**«Часы игр»** проводятся во внеурочное время, а также и каникулярный период, причём сбор детей для участия в играх назначается в определенный день и час в школе или на площадке. Традиционным стало проведение игры для начальных классов в осенние каникулы. Введение 3 часа физкультуры позволило в старших классах школы уделять командным играм, близкие по своему содержанию к спортивным. К ним относятся «Пионербол», «Эстафеты», «Охотники и утки» и многие другие.

Как любимое занятие детей во внеурочное время игры проводятся не только в специальные «часы игр», но также на утренниках, праздниках, прогулках, экскурсиях

### **3. Спортивные соревнования**

Спортивные соревнования являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеклассной работы по физическому воспитанию в школе. Они содействуют привлечению учащихся к систематическим занятиям физическими упражнениями дома и в коллективе физкультуры, повышают физическую подготовленность учащихся, сплачивают детский коллектив.

Соревнования, как и другие виды внеклассной работы, включаются в общий годовой план работы школы. В начале учебного года точно определяются сроки проведения, положение и программы соревнований. С учетом этих сроков заблаговременно проводится подготовка к соревнованиям.

Каждое соревнование проводится в соответствии с положением, в котором указываются: цели и задачи соревнования, руководство, время и место проведения, участники, программа, условия проведения и зачет, порядок награждения лучших участников команд, форма заявки и сроки ее представления.

Программа любых соревнований разрабатывается с учетом физической подготовленности учащихся.

### **4. Дни здоровья**

Дни здоровья проводятся один раз в квартал с охватом всех учащихся 1-11-х классов. В программу соревнований входят спортивные и подвижные игры, «Веселые старты» и эстафеты. Выбирается лучший спортивный класс из параллели.

Эффективность внеклассной работы обеспечивается при соблюдении следующих условий:

- тесная связь с учебной работой (преемственность содержания, организационно-методические приемы и т. д.);
- доступность занятий и разнообразие форм, обеспечивающих включение в физкультурно-спортивную деятельность широкого контингента учащихся;
- преемственность принципов и методов всей системы внеклассной образовательно-воспитательной работы при широком участии ученического актива;

- четкое руководство со стороны администрации и учителей деятельностью школьного коллектива физической культуры.

### «Игры нашего двора»

Очень грустно понимать, что часто свободное время наши дети проводят перед экранами телевизоров и компьютеров. Большинство родителей не пускают гулять детей самостоятельно, боясь каких-либо опасностей в наше беспокойное время. Может быть, поэтому дворовые игры почти исчезли из жизни современных ребятишек?

Те самые игры, в которые играли не только мы, а и наши родители, дедушки и бабушки. Те самые игры, которые учили детей ловкости, меткости, внимательности, умению побеждать и достойно проигрывать, помогали находить общий язык, решать споры и конфликты...

Чтобы возродить любимые игры, дать им вторую жизнь, нужно всего лишь научить детей в них играть, нужно обязательно восстановить ту «ниточку», когда правила передавались от старших ребят младшим, из поколения в поколение.

В нашей школе проходит внеурочная деятельность под названием «Игры нашего двора», где мы с детьми изучаем игры прошлых лет и современные. Игры направлены на развитие физических качеств ребенка. Например:

№ урока	Тема	Содержание
1	«Гуси-лебеди»	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.
2	«Казачьи - разбойники»	Игры на закрепление и совершенствование на дальность и точность, развитие способностей к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.
3	«Казачьи - разбойники»	Игры на комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.
4	«Чижик»	Игры на закрепление и совершенствование передачи, ведения мяча и на развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве
5	«Штангер»	Совершенствование техники приёма и передачи мяча. Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.

6	«Ворота»	На комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.
7	«Удочка»	Совершенствование техники нижней прямой подачи. Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве
8	«Горелки»	Игры на закрепление и совершенствование длительного бега. Развитие скоростной выносливости
9	«Пятнашки»	Игры на комплексное развитие координационных и кондиционных способностей с элементами лазания и перелазания. Игры на развитие силовых способностей.
10	«Цепи кованные»	Совершенствование передачи и ловли мяча. Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.
11	«Цепи кованные»	Совершенствование техники владения мячом. Развитие координационных способностей.
12	«Коршун»	Игры на закрепление и совершенствование на дальность, точность попадания по движущейся цели.
13	«Бабки»	Игры на комплексное развитие скоростных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.
14	«Золотые ворота»	Игры на комплексное развитие координационных и кондиционных способностей, овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.
15	«Волки и овцы»	Совершенствование бросков мяча. Развитие способностей к дифференцированию параметров движений, реакции, ориентированию в пространстве.
16	«Два мороза»	Овладение элементарными умениями в беге. Развитие силовых способностей.
17	«Два мороза»	Овладение элементарными умениями в беге. Развитие скоростных способностей.
18	«Салки»	Совершенствование передачи и ловли мяча, осаливания. Развитие скоростных, координационных качеств.
19	«Салки»	Совершенствование передачи и ловли мяча, осаливания. Развитие скоростных, координационных качеств.

20	«Салки»	Совершенствование техники верхнего прямого удара. Метание мяча на дальность. Развитие выносливости.
21	«Царь горы»	Совершенствование техники верхнего прямого удара. Метание мяча на дальность. Развитие выносливости.
22	«Кружева»	Совершенствование тактических действий в защите. Развитие двигательных способностей.