**Создание и реализация системы физической культуры и оздоровительной деятельности в школе.**

*«Результатом нашей работы должна стать*

*осознанная молодым поколением необходимость в здоровом образе жизни,*

*в занятиях физической культурой и спортом.*

*Каждый молодой человек должен осознать,*

*что здоровый образ жизни – это успех, его личный успех»*

*Владимир Путин*

В последнее десятилетие отчетливо наблюдаются тенденции к ухудшению здоровья и физического развития детей. Родители, медицинские и педагогические работники констатируют отставание, задержки, нарушения, отклонения, несоответствия нормам в развитии детей, неполноценность их здоровья. Это касается в первую очередь нервной системы и опорно-двигательного аппарата.

Детство – уникальный период в жизни человека, в процессе которого закладывается фундамент здоровья: происходит созревание и совершенствование жизненных систем и функций организма, развиваются его адаптационные возможности, повышается его устойчивость к внешним воздействиям, формируется осанка, приобретаются физические качества, привычки, вырабатываются волевые черты характера, без которых невозможен здоровый образ жизни. Всё, что приобретено ребёнком в детстве, сохраняется потом на всю жизнь.

В настоящее время в Российской Федерации в сфере физической культуры и спорта особое внимание стало уделяться необходимости модернизации системы физкультурно-спортивного воспитания в образовательных учреждениях всех уровней.

Также актуальность данной темы определяется:

1. важностью регламентировать свою деятельность выполнением и выстраиванием своей работы со школьниками в соответствие с основными требованиям ФГОС ООО и ФООП;

2. созданием условий для самореализации личности: совершенствование и развитие физических и образовательных потребностей каждого ученика;

3. повышением интереса обучающихся к уроку физической культуры, в основе которой лежит сотрудничество учителя и ученика;

4. вовлечение обучающихся во внеурочную деятельность

5. Здоровый образ жизни пока не занимает первое место в главных ценностях человека в нашем обществе. Но если мы научим детей ценить, беречь и укреплять свое здоровье, будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущее поколение будет здоровым и развитым, не только духовно, но и физически, и справится с теми большими целями, которые определяет для него государство.

Для реализации системы физической культуры и оздоровительной деятельности в школе мною были поставлены следующие цели и задачи:

Цель: создание условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности.

Задачи:

* формировать личностные качества обучающихся в общении и совместной деятельности;
* развивать мотивацию школьников к занятиям физической культурой на уроках и во внеурочной деятельности;
* обеспечивать обучающихся необходимой достоверной информацией и технологиями в области формирования здорового образа жизни;
* готовить к сдаче комплекса норм ГТО посредством занятий на уроках и во внеурочной деятельности

Для реализации данной цели и задач считаю важным реализовать:

* **Индивидуальный подход к каждому ученику**. Важно учитывать физические возможности, уровень подготовки и состояние здоровья ребёнка.
* **Мотивация к здоровому образу жизни**. Направляю детей на осознание важности физической активности для их здоровья и будущей жизни. Для этого использую разнообразные методы и подходы, например, игровые технологии.
* **Организацию внеклассной спортивной деятельности**. Спортивные секции, школьные соревнования, дни здоровья — всё это способствует укреплению интереса к спорту и развитию командного духа среди школьников.
* **Личный пример**. Если учитель сам ведёт активный образ жизни, участвует в спортивных мероприятиях, это становится мощным стимулом для учеников следовать его примеру.
* **Создание положительного эмоционального фона**.

Для этого мною используются как стандартные, так и не стандартные методы обучения.

Основные направления спортивно-массовой деятельности в ОУ:

1.Организация спортивно-оздоровительной работы.

2. Работа с родителями.

3. Взаимодействие с педагогическим коллективом школы по данному вопросу.

* **Организация спортивно-оздоровительной работы.**

1. Составление календарного плана спортивно-массовой работы на год.
2. Создание информационных материалов.
3. Нормативы ГТО.
4. Использование инновационных методик.

**Внеклассная работа в ОУ во внеурочное время:**

1. Соревнования, конкурсы, организация оздоровительной работы в пришкольном лагере, турпоходы, профилактические мероприятия, занятость детей в каникулярное время и т.д.

2. Мониторинг анкетирование, подведение итогов внеклассной работы по предмету.

* **Работа с родителями**

Социально-психологическая защищенность, успешность ребенка зависят от того, кто и как влияет на его развитие. Большую часть времени ребенок проводит в школе и дома, поэтому важно, чтобы воздействия педагогов и родителей не противоречили друг другу, а положительно и активно воспринимались ребенком. Стараюсь, чтобы мы с родителями были союзниками в данном вопросе.

Для этого реализую:

1. Участие в родительских собраниях по вопросам здоровья детей и их физического развития.

2. Привлекаю родителей в физкультурно-оздоровительную работу в школе.

3. Организую беседы, семинары о ЗОЖ, режиме школьника, сдачу норм ГТО для школьников и т.д.

Такие встречи позволяют мне сформировать доверительные отношения между мною и родителями, помогают понять индивидуальные особенности учащихся, выработать общую стратегию, направления работы с ребёнком.

* **Взаимодействие с педагогическим коллективом школы по данному вопросу.**

Взаимодействие между педагогами школы осуществляется в таких формах работы, как консультации, семинары-практикумы, совместные беседы по подведению итогов коррекционно-воспитательной работы и определению перспектив дальнейшей деятельности.

Подводя итог, можно сказать, что успешное решение всех этих задач возможно только при условии взаимодействия семьи и школы, когда все участники образовательного процесса – педагоги, дети, родители – становятся единым целым, большим и сплоченным коллективом. Сотрудничество семьи и школы становится все более актуальным и востребованным. Для полноценного прохождения процесса обучения и формирования личности ребенка необходим соответствующий микроклимат между педагогами и учащимися, самими учащимися, образовательным учреждением и семьей в целом.

Хотелось бы закончить методическую разработку словами А.В. Луначарского, которые полностью разделяю: «Физическое образование ребенка есть база для всего остального. Без правильного применения гигиены в развитии ребенка, без правильно поставленной физкультуры и спорта мы никогда не получим здорового поколения».

**Используемая литература**

1. Агишева Т.И. Здоровье современных подростков и здоровье сберегающие технологии в школе http:/www.allbest.ru/dip/.

2. Безух К.Е. Культура здоровья школьников. 5-11 классы. Волгоград: «учитель», 2011г.

3. Виленский М.Я., Чичикин В.Т., Торочкова Т.Ю. Физическая культура. Методические рекомендации (5,6,7, классы). – М.: Просвещение, 2013

4. Здоровьеобеспечение детей младшего школьного возраста в условиях взаимодействия «ООУ – ФОК». Информационно-методический сборник (Выпуск 2,3) - Н.Новгород:

5.Ковалько В.И. Азбука физкультминуток для школьников: Практические разработки физкультминуток, игровых упражнений, гимнастических комплексов и подвижных игр (средняя, старшая, подготовительные группы).-М.: ВАКО, 2005.-176с.

6. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе». Москва, 2002 г.

7.Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;

8. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации»

19 . Концепция всероссийского физкультурно-оздоровительного комплекса