

**Региональный фестиваль
по выявлению лучших воспитательных практик
в образовательных организациях
«Искусство воспитания»**

**Номинация
«Лучшая практика по физическому формированию
культуры здоровья»**

**Елецких Наталья Алексеевна
Классный руководитель 10-Г класса
МБОУ «Лицей № 5 г. Ельца»**

Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (ФГОС СОО), утвержденный приказом Министерства образования и науки России от 17. 05. 2012 г. № 413, является стратегическим документом, ориентированным на «портрет выпускника», который осознанно выполняет и пропагандирует правила безопасного образа жизни.

Актуальность предлагаемой практики по формированию культуры здоровья и физического воспитания в конкретном классе на уровне СОО позволяет достигнуть личностных результатов каждым учеником.

Личностными результатами освоения ООП СОО являются:

- принятие и реализация здорового образа жизни, потребности в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;

- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому здоровью.

Данная практика может быть востребована классным руководителем на любом уровне образования, исходя из возможностей каждого обучающегося в классе, так как предполагает составление индивидуальной целостной здоровьесберегающей модели и руководство ею.

Целью деятельности классного руководителя формирование у детей и родителей потребности в здоровом образе жизни как показатель общечеловеческой культуры, частью которой является физическая культура.

Задача классного руководителя – изучить потребности и возможности детей, а также возможности образовательной организации.

Для достижения личностных результатов обучающихся в лицее создана современная инфраструктура с необходимым оборудованием по всем программам учебной программы.

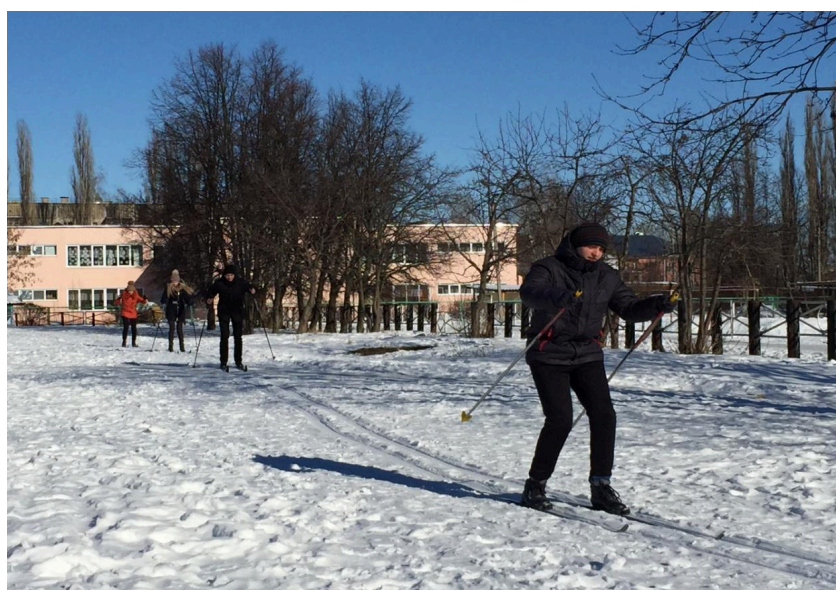
Зал для занятий гимнастикой



Спортзал МБОУ «Лицей № 5 г. Ельца»



Футбольное поле возле лицея, на котором проводятся урок, соревнования по лыжным гонкам, футболу и др. спортивные мероприятия



Хоккейная коробка МБОУ «Лицей № 5 г. Ельца»



В рамках двухчасовой урочной деятельности 27 обучающихся осваивают предметные результаты по физической культуре. Для 3 обучающихся с ОВЗ была организована двухчасовая коррекционная работа с учетом состояния их физического здоровья. Им оказывалась помощь в освоении программы по предмету «Физическая культура».

С десятиклассниками работают учителя с высшей квалификационной категорией, в том числе учитель коррекционной физкультуры.

Для снижения нагрузки зрительной и физической в ходе использования компьютерной техники на уроках в классе используются офтальмологические тренажеры по В. Ф. Базарному во время физпауз. У всех обучающихся сформирована компетенция и потребность в необходимости физпауз в ходе работы с ПК.

Тренажер по Базарному



В результате все 30 обучающихся 10 класса освоили теоретические знания и овладели практическими навыками по физической культуре на «отлично».

Кружковая работа

Разнообразие кружковой работы в рамках дополнительного образования предоставило десятиклассникам возможность выбора системных занятий физической культурой в МБОУ «Лицей № 5 г. Ельца».

Панорама возможностей кружковой работы для 10 класса

Все обучающиеся активно занимаются спортом.

100%-ое участие десятиклассников в кружковой работе подтверждает сформированность у них потребностей в системных занятиях физкультурой и спортом.

Для признания значимости физкультурно-оздоровительной деятельности для обучающихся проводится «Вечер тех, кто растит умы и таланты», где чествуют победителей олимпиады по физической культуре родителей обучающихся, которые активно поддерживают своих детей, системно занимающихся спортом.

Деятельность классного руководителя не ограничивается организацией занятости кружковой работой.

Обучающиеся 10-Г класса активно участвуют во внеурочной деятельности и социальных практиках физкультурно-оздоровительной направленности.

Все обучающиеся выбрали внеурочную деятельность по физкультуре «Значок ГТО».

Результативность внеурочной деятельности

Статус значка	Золотой	Серебряный	Бронзовый
Кол-во учащихся	4	7	4
50% учащихся	13,5 %	23 %	13,5 %

В ходе социальных практик десятиклассники осознанно пропагандируют правила здорового образа жизни среди обучающихся и взрослых людей. Проводился конкурс плакатов, посвященный здоровому образу жизни.



Работая в совете физоргов, они проводят Дни здоровья и различные соревнования с учениками младших классов.

В ходе дистанционного обучения и самоизоляции обучающиеся ограничены в движении, т.к. работают с персональными компьютерами. Напряжение не только на зрение, но и в движении. У детей нет возможности смотреть по сторонам, вертеться, как в классе.

Кредо классного руководителя – «в ходе дистанта особая потребность в движении».

Поэтому с марта по май 2020 года образовательный процесс по физкультурно-оздоровительной работе не был приостановлен с обучающимися 10-г класса.

Обучающиеся, уже имеющие навык работы с офтальмологическим тренажером по В. Ф. Базарному, продолжали с ним работать. Каждые 15 минут делали также простые физические упражнения.

Это были упражнения на координацию движения, гибкость, ловкость, меткость, физическую силу рук, ног, пресса. Особое внимание уделялось технике безопасности в ходы выполнения упражнения.

В рамках внеурочной деятельности проводились соревнования по шахматам, шашкам.

Наибольший интерес вызвал у старшеклассников челендж видеороликов «Я тренер». Десятиклассники выложили более 100 роликов в

WhatsApp о занятиях физкультурой с членами своей семьи: детьми и взрослыми.

Был проведен всероссийский День здоровья 7 апреля 2020 года в режиме онлайн. Десятиклассники не остались в стороне от областного спортивно-патриотического марафона «За Победу», когда повторяли любое упражнение 75 раз, выполняли их в течение 7,5 минут, приурочив свой личный рекорд к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне.

В ходе дистанционного образования классный руководитель побуждал своих учеников к двигательной активности, к участию в социально значимых мероприятиях, в онлайн соревнованиях на различных платформах, к социальной активности по популяризации физкультурно-оздоровительной работы среди сверстников и взрослых.

Формирование культуры здоровья – это не только активные и системные занятия спортом, но и формирование здорового образа жизни.

С этой целью активом класса разрабатываются и реализуются проекты «Моя будущая профессия и здоровье», «Карьера и здоровье», «Паспорт моего здоровья», «Скажи наркотикам «Нет»», «Антиспид» и т. д.

Анализ журнала посещаемости дает основание констатировать низкий уровень заболеваемости в учебном году – 3 дня на каждого ученика.

Занятия физкультурой и спортом гарантируют успех каждому обучающемуся в лицее, а также в дальнейшем образовании.

Анализ индивидуального учебного плана 10г класса позволяет сделать вывод о системных занятиях физкультурой и спортом всех обучающихся на уроках, во внеурочной деятельности, в дополнительном образовании, в ходе социальных практик, а значит о сформированности личностных результатов десятиклассников по принятию и реализации здорового образа жизни и компетентном подходе к своему здоровью.