**«Основные концепции совершенствования физической культуры в школе»**

 Состояние здоровья детей и подростков, определяющее основные тенденции здоровья населения страны, представляет собой важнейший показатель достижений общества в социально-экономическом, научном и культурном аспектах. Устойчивая тенденция к ухудшению здоровья школьников, в том числе начальных классов, сохраняется до настоящего времени . Поэтому проблема сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения остается одной из самых актуальных. Здоровье, как научная проблема, охватывает комплекс медико- биологических, психологических, физкультурно-оздоровительных и социальных наук. Здоровье человека зависит не только от развития медицины и здравоохранения, но и от всей совокупности личностных возможностей и социально-экономических условий . Поэтому повышение эффективности физического воспитания учащейся молодежи рассматривается как ключевая проблема развития физической культуры и важнейшая задача современного общества.
 Цель физического воспитания и ее прогнозируемый результат связаны с программой социально-экономического развития общества, которая предусматривает всестороннее и гармоничное развитие личности, наиболее полное раскрытие ее физических сил.
 Цель физического воспитания заключается во всесторонней физической подготовке подрастающего поколения к активному творческому труду и защите Родины.

В наше время очень важным является вопрос о выборе правильных приоритетов организации учебного процесса. Который в полной мере должен содействовать обучению двигательным действиям, воспитанию физических качеств, а также овладению знаниями основ теории физической культуры.

Для выполнения всех учебных задач предмет «Физическая культура» должен стать базовойобразовательной дисциплиной. В настоящее время это затруднено целым рядом обстоятельств: отсутствием традиций такого отношения к данному предмету наряду с глубоко укоренившимися представлениями о нем лишь как о форме организации двигательной активности; слишком упрощенными представлениями о содержании теоретического материала, когда оно сводится к элементарным сведениям из области гигиены, техники безопасности, правилам поведения, технике отдельных упражнений, судейства соревнований и т.п.; отсутствием теоретических уроков, на которых детям помогают сформировать ценностные ориентации, потребности, мотивы занятий физическими упражнениями; отсутствием целенаправленной подготовки к преподаванию теоретического материала в процессе осуществления профессиональной подготовки учителей физической культуры.

Общее среднее образование в сфере физической культуры в настоящее время не выполняет одну из главных функций – формирование основ физкультурных знаний, обучение способам их творческого применения в деле развития и поддержания высокого уровня работоспособности, оптимизацию состояния своего организма, укрепление здоровья в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями на протяжении всей индивидуальной жизни.

Очень часто за 11 лет обучения в школе не обеспечивается необходимый уровень образованности и интерес к физической культуре.

Несмотря на столь значительную роль уровня теоретической подготовки в области физической культуры и спорта, образовательные возможности школьного урока физической культуры фактически не используются. Назрела необходимость смещения акцента в физкультурном образовании с физической подготовленности в сторону большей интеллектуализации этого процесса.

Содержание физического воспитания в общеобразовательной школе многообразно и неоднородно: учебная работа, физкультурно-массовые мероприятия, спортивно-массовая работа, рекреационно-оздоровительная деятельность. Поэтому в каждой из форм главной должна быть наиболее характерная для нее направленность: для урока – общеобразовательная, для секционных занятий и ОФП – тренировочная, для специальных медицинских групп и ЛФК – оздоровительная.

При правильной организации процесса образования всегда решаются задачи оздоровительной, воспитательной, развивающей направленности, что является следствием эффективной, методически грамотной организации образовательного процесса. Сообщая сведения о влиянии на организм физических упражнений на теоретических занятиях или правильно дозируя нагрузку при освоении движений и развитии физических качеств – на практических, мы решаем оздоровительные задачи и оказываем позитивное воспитательное воздействие.

В настоящее время наиболее актуальной, насущной и сложной задачей ученых и специалистов физической культуры является разработка и обоснование структуры и содержания общего физкультурного образования, основанных на сбалансированном воздействии как на двигательный, так и на интеллектуальный компоненты физической культуры личности учащихся.

Усиление общеобразовательной направленности учебной работы по физической культуре в школе должно быть направлено на установление необходимого уровня соотношения интеллектуального и двигательного компонента образования в сфере физической культуры, которое в настоящее время отсутствует. Приобретение физкультурных знаний, формирование интеллектуального компонента физической культуры представляют собой мощнейшее средство, содействующее перерастанию обязательной учебной деятельности в процессе физкультурного самообразования, создание условий для успешного самоопределения, социализации личности в обществе.

Структура содержания общего образования в сфере физической культуры предполагает выделение как минимум двух блоков: образовательного, представляющего собой базовую основу интеллектуального компонента физической культуры, и двигательного совершенствования, являющегося основой ее двигательного компонента.

*Образовательный блок* включает формирование специальных физкультурных знаний, инструктивно-методических умений, способов познания собственного организма и целесообразного воздействия на его функции с целью оптимизации процесса их развития.

Результатом реализации этого компонента содержания является повышение целенаправленности познавательной и практической деятельности, формирование осознанной потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, нацеленность на здоровый образ жизни и физическое совершенство. Данный компонент содержания существенно активизирует, делает осмысленной и целенаправленной, а поэтому более эффективной всю систему физкультурно-спортивной деятельности личности. Именно этот блок характеризует уровень образованности в сфере физической культуры.

В процессе реализации образовательного компонента должны решаться и задачи непосредственного воздействия средствами физической культуры на организм учащихся с целью содействия его развитию и совершенствованию двигательной функции. Такое воздействие должно осуществляться в процессе проведения практических учебных занятий физическими упражнениями, которых должно быть ***не менее трех в неделю*** (а также во всевозможных формах внеклассной и внешкольной работы по физическому воспитанию школьников)..

*Блок двигательного совершенствования* включает непосредственное формирование двигательных умений и навыков, воздействие на процесс развития физических качеств, формирование двигательных способностей. Это позволит обогатить двигательный опыт и совершенствовать физиологические функции, механизмы адаптации организма, обеспечивающие двигательную активность. Эти элементы содержания физкультурного образования являются основой двигательного компонента физической культуры.

Когда речь идет об учебной работе, об уроке как ведущей форме физического воспитания школьников, приоритет, несомненно, должен быть отдан формированию знаний, способов познания, интеллектуальному компоненту физической культуры.

В процессе реализации остальных форм физкультурно-спортивной работы ведущие позиции должны занимать рекреационная, оздоровительная и тренирующая направленности, предполагающие непосредственное воздействие на физиологические, адаптационные системы организма.

Осуществляя физическое воспитание, необходимо систематически проверять, оценивать и учитывать состояние здоровья занимающихся, уровень их физического развития, результаты спортивной деятельности, прилежание, поведение. Предметом проверки и оценивания успеваемости по физической культуре являются знания, умения и навыки школьников, получаемые на классно-урочных занятиях.

При оценке успеваемости учащихся следует отойти от нормативного способа оценивания, когда делается акцент на выполнение обязательных для всех учебных нормативов, и перейти к личностному, когда оценивается индивидуальная работа ребенка на уроке в зависимости от его физиологических и физических способностей.

Таким образом, модернизация содержания учебного процесса по физической культуре в школе предполагает его переориентацию с простого воспроизведения некоторого количества образцов двигательных действий (двигательного «натаскивания») на формирование необходимого уровня образованности в этой сфере. Перестройка содержания учебного процесса по физической культуре предполагает его интенсификацию, которая должна состоять в школе не в использовании экстенсивных технологий, основанных на повышении объема и интенсивности нагрузок, а в повышении целенаправленности учебного процесса, подлинной реализации его образовательной направленности и на этой основе – усиление мотивации к занятиям, развитие навыков учебного труда и самосовершенствования.

**Положение о коллективе физической культуры общеобразовательной школы**
Коллектив физической культуры общеобразовательной школы является организацией, призванной всемирно развивать массовую физическую культуру, спорт и туризм среди учащихся.
Основной целью коллектива физической культуры является содействие школе и семье в воспитании учащихся в духе требований морали, в укреплении их здоровья и всестороннего физического развития, подготовке к труду и защите Родины.
Коллектив физической культуры организует свою работу на основе ученического самоуправления, широкой творческой инициативы и самодеятельности.
Общую ответственность за организацию коллектива физической культуры в школе несет директор. Методическая помощь в деятельности коллектива обеспечивается учителем физической культуры, организатором внеклассной и внешкольной работы. Непосредственное руководство работой коллектива осуществляет его совет.
 Перед коллективом физической культуры ставятся следующие **задачи:**
\* всемерно содействовать воспитанию у школьников преданности Родине, общественной активности, трудолюбия, развитию инициативы, творчества и организаторских способностей;
\* вовлечь всех школьников в систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом;
\* осуществлять внеурочные мероприятия по укреплению здоровья и совершенствованию всестороннего физического развития учащихся, навыков и умений в занятиях спортом и туризмом, воспитанию стойкой привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдать правила личной и общественной гигиены;
\* участвовать в планомерной и систематической подготовке школьников к сдаче норм требований государственных тестов, нормативов Единой спортивной классификации;
\* организовывать физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы, оказывать помощь в проведении ежедневных физкультурных занятий в продленном дне, активно участвовать в массовых соревнованиях : детских спортивных играх "Старты надежд" , игры на призы всесоюзных клубов по различным видам спорта и др., в ежемесячных днях здоровья и спорта;
\* участвовать в организации массовой спортивно-оздоровительной работы среди детей и подростков по месту жительства, в близлежащем жилом квартале и микрорайоне школы;
\* принимать активное участие в укреплении и благоустройстве школьной учебной спортивной базы;
\* готовить из числа учащихся физкультурный актив в помощь учителям для проведения массовой физкультурной и спортивной работы в школе;
\* вести пропаганду физической культуры и спорта среди учащихся как непременных средств укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности.
Организация и содержание физического воспитания регламентируются инструктивно-методическими и нормативными документами Министерства просвещения и документами Министерства просвещения, принятыми им совместно с Комитетом по физической культуре и спорту и Министерством здравоохранения.
К таким документам относится учебная программа по физической культуре и спорту, программы по внеклассной и внешкольной спортивной работе со школьниками, программа занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, положения о школьном коллективе физической культуры и о внешкольных учреждениях, а также инструктивно-методические письма по организации процесса физического воспитания и развитию массовой физкультуры и спорта.
Систему обязательных форм организации физического воспитания школьников составляют:
\* уроки по физической культуре;
\* физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме школы;
\* обязательные для школы формы внеклассной спортивно-массовой работы;
\* по выбору учащихся : внешкольная спортивно-массовая работа.
Действенность системы физического воспитания обеспечивается высокой эффективностью уроков физической культуры, их инструктивной направленностью, рациональным содержанием, количеством и объемом массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, широким вовлечением учащихся в различные формы внеклассной и внешкольной работы по физической культуре, спорту и туризму, регулярным врачебно-педагогическим контролем за здоровьем учащихся, за учебно-воспитательным процессом. Основным организационно-педагогическим принципом осуществления физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является дифференцированное применение средств физической культуры в занятиях со школьниками разного пола и возраста с учетом состояния их здоровья, степени физического развития и уровня подготовленности.
Учитель физкультуры призван оказывать постоянную помощь в проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий в микрорайоне, организационно-методическую помощь воспитателям групп продленного дня, широко привлекая для этого физкультурный актив в школе, обеспечивать сдачу учащимися норм государственных тестов. Он должен направлять работу школьного коллектива физкультуры, а также готовить общественных инструкторов и судей из числа школьников и привлекать их в доступных формах к проведению различных занятий и мероприятий в школе и по месту жительства. В круг его обязанностей также входит организация внутри школьных соревнований физкультурных праздников по программе детских спортивных игр "Старты надежд" и т. д.
 Классные руководители и учителя должны в большей мере добиваться соблюдения учениками режима дня и правил личной гигиены, выполнения ими утренней гимнастики.
 Администрацией должен осуществляться внутренний контроль за состоянием физического воспитания школьников . Контроль должен осуществляться по следующим параметрам:
1. Правильно ли понимает учитель ФК современные задачи физического воспитания? Учитывает ли возрастно-половые особенности школьников, различия в их физической подготовленности в процессе работы?
2. Достаточно ли эффективна система подбора учителями средств и методов физического воспитания, применяемых на уроках и внеклассных занятиях?
3. Наличие и качество спортивного инвентаря, оборудования, наглядных пособий.

При всей значимости физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня ведущей формой организации внеклассной спортивно-массовой работы является деятельность школьного коллектива физической культуры. Он является самодеятельной организацией, призванной всемерно развивать массовую физическую культуру, спорт, туризм среди учащихся.
В состав совета коллектива физической культуры избираются наиболее активные учащиеся школы.
При совете коллектива физкультуры создаются группы:
\* по массовой физической культуре;
\* по проведению спортивных мероприятий;
\* по подготовке физкультурного актива;
\* по пропаганде и др.
Руководство возлагается на членов совета. В состав привлекаются члены физкультурного актива школы. От действенности этих групп зависит результативность работы коллектива в целом, и особенно в обеспечении массовости физической культуры и спорта в школе.
Необходимо использовать следующие формы проведения внеклассной работы по физкультурно-оздоровительного и спортивно-массового направления:
оздоровительная гимнастика до занятий, физкультурные минутки на уроках,
подвижные перемены ,ежедневные физкультурные занятия в группах
продленного дня, ежемесячные дни здоровья и спорта, туристические походы,
 В школе должны функционировать кружки физкультуры, спортивные секции, группы ОФП, группы начальной подготовки ДЮСШ.
Спортивный совет организует совместно с учителями физкультуры внутришкольные соревнования, помогает организовывать работу спортивных секций, участвует в комплектовании команд для участия в районных (городских) соревнованиях, оформляет рекорды школы, ведет учет учащихся, занимающихся в спортивных секциях.
 Спортивные секции создаются для учащихся, желающих регулярно заниматься тем или иным видом спорта. Наряду со спортивным советом основная роль в организации работы секций принадлежит учителю физической культуры. При создании спортивной секций прежде всего учитываются условия, позволяющие обеспечить их успешную работу, наличие соответствующей базы и тех лиц, которые могут проводить занятия.
В каждой спортивной секции учащиеся распределяются по возрастным группам : младшая - 11-12, 13-14 лет; средняя - 15-16 лет; старшая - 17-18 лет. Занятия в секциях проводятся 2-3 раза в неделю по 60-90 мин. Запись в секции проводится через физоргов класса. Наряду со спортивными секциями в школе создаются секции или группы по общей физической подготовке (ОФП). В их задачу входит повышение общей физической подготовки учащихся путем использования в занятиях с ними различных средств физической культуры и спорта, составляющих основу учебной программы по физической культуре. К занятиям в таких секциях или группах привлекаются учащиеся, которые несколько отстают в своем физическом развитии или нуждаются в дополнительных занятиях как недостаточно подготовленные к выполнению требований учебной программы.
 Главным направлением в проведении любых физкультурно-спортивных и других мероприятий должно быть живое, заинтересованное участие прежде всего самих школьников. Вместе с тем данная работа не должна быть стихийной, бесконтрольной. Ее следует систематически направлять администрацией, учителями физкультуры, всем педагогическим коллективом школы.
 Все члены педагогического коллектива несут ответственность за физическое воспитание школьников в соответствии с их функциональными обязанностями.
 Директор школы несет ответственность за организацию физического воспитания в школе. На него возлагается: создание материально-технической базы, приобретение инвентаря и оборудования для проведения всех форм физического воспитания в школе, контроль за эффективным использованием имеющейся базы; организация регулярных медицинских осмотров учащихся в соответствии с установленными сроками; содействие работе коллектива школы по физическому воспитанию учащихся.
 Заместитель директора школы по учебно-воспитательной работе:
несет ответственность за качество выполнения учебных программ и эффективное проведение уроков физической культуры; контролирует занятия со школьниками, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, а также организацию физкультурных занятий в режиме учебного дня, группах продленного дня;
координирует деятельность педагогов школы по формированию у учащихся гигиенических и других знаний, связанных с укреплением здоровья.
Организатор внеклассной воспитательной работы:
участвует в работе коллектива физической культуры, координирует и направляет усилия коллектива и общественных организаций школы на проведение внеурочных форм физического воспитания; привлекает шефствующие организации, родителей и физкультурный актив к проведению спортивно-массовой и оздоровительной работы в школе и по месту жительства; организует агитацию и пропаганду физической культуры и спорта среди учащихся, родителей и учителей.
 Учитель ОБЖ : участвует в организации и проведении внеклассных форм физического воспитания школьников; организует работу по военно-техническим видам спорта, для чего готовит общественных инструкторов и судей; принимает участие в подготовке учащихся к сдаче норм и требований государственных тестов.
 Классные руководители: разрабатывают и реализуют планы спортивно-оздоровительных мероприятий внутри класса; организуют, готовят и представляют класс к участию во всех внутри школьных спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях; вместе с родителями добиваются соблюдения учениками режима дня и правил личной гигиены, выполнения ими утренней гимнастики; содействуют вовлечению учащихся в секции коллектива физической культуры, ДЮСШ; проводят агитационно-пропагандистскую работу в классе.
Воспитатель группы продленного дня: следит за выполнением учащимися режима дня и правил личной гигиены; организует проведение физкультминуток и во время подготовки уроков; содействует проведению игр во время прогулок; организует ежедневно в течение часа физкультурные занятия; содействует выполнению учениками домашних заданий по физической культуре.
 Учитель-предметник: осуществляет межпредметные связи; проводит физкультминутки на своих уроках, следит за осанкой учеников во время уроков; лично участвует в проведении физкультурно-оздоровительных мероприятий и соревнований, выполняет порученные ему педсоветом обязанности.
 Учитель физической культуры: планирует работу по физическому воспитанию школьников и разрабатывает совместно с директором перспективы и направления развития физической культуры и спорта в школе на каждом этапе; направляет работу школьного коллектива физкультуры; несет ответственность за выполнение учебной программы; обеспечивает санитарно-гигиенические условия и меры безопасности на всех видах занятий физическими упражнениями; осуществляет мероприятия по внедрению физической культуры в быт учеников и педколлектива; организует внеклассную физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в школе, стремится к вовлечению всех учащихся в различные формы занятий и соревнований;
 проводит занятия с учащимися, отнесенными к специальной медицинской группе;
оказывает организационную и методическую помощь воспитателям групп продленного дня, классным руководителям, учителям-предметникам; принимает участие в проведении мероприятий по физическому воспитанию по месту жительства, обеспечивает подготовку учащихся к выполнению норм и требований государственных тестов; готовит общественный физкультурный актив из числа учащихся, учителей, родителей для работы в школе и по месту жительства; организует внутришкольные соревнования и обеспечивает участие команд школы в районных (городских) соревнованиях; поддерживает контакт со спортивными обществами и внешкольными учреждениями, занимающимися физическим воспитанием школьников;
 осуществляет профориентацию и профессиональную подготовительную работу с учащимися.
 Практика показывает, что достижение подлинной массовости физкультуры и спорта немыслимо без создания, регулярного образования, укрепления и совершенствования учебно-спортивной базы. Необходимо в каждой школе создавать современные спортивные комплексы. Имея хорошую спортивную базу, педагоги могут вести творческий поиск резервов повышения качества учебно-воспитательного процесса, приобщения к занятиям физкультурой и спортом всех ребят.
 Важное место в деятельности всего педагогического коллектива и учителей физической культуры занимает организация подготовки и сдачи учащимися норм комплекса ГТО. Для этого в школе должна быть создана специальная комиссия, куда входит организатор внеклассной и внешкольной воспитательной работы, руководитель начальной военной подготовки, учителя физической культуры, медсестра, председатель совета коллектива физкультуры, шефов и родительского комитета. Все наиболее существенные вопросы должны решаться на заседаниях спортивного совета школы. На них заслушиваются классные руководители о ходе сдачи норм, совет информирует педсовет о состоянии спортивно-массовой работы .
 В нашей гимназии учителя физической культуры совместно с классными руководителями проводят большую разъяснительную работу среди учеников и родителей о необходимости занятий физкультурой, участия в соревнованиях, тренировках, ежедневного выполнения двигательного режима. Систематически проводятся беседы, лекции для учащихся о здоровом образе жизни .
В школе регулярно проходят» Недели физической культуры и спорта». В них принимают участие все ученики с первого по десятый классы со своими классными руководителями.
К числу обязательных и интересных мероприятий в режиме дня относятся подвижные игры и физические упражнения на больших переменах. В такие минуты школа напоминает большой потревоженный муравейник: все бегают, прыгают, играют.
 Свою главную задачу учителя физкультуры видят не в подготовке чемпионов-одиночек, а в физическом развитии всех своих воспитанников. Поэтому центр физкультурно-массовой работы перенесен в классный коллектив. Во всех внутришкольных соревнованиях участвует команда-класс. Победитель определяется по сумме средних результатов, показанных мальчиками и девочками. При такой методике подведения итогов соревнований класс уже не может выйти победителем за счет нескольких сильных спортсменов. И что самое важное, каждый школьник в течение года принимает участие в 10 - 11 соревнованиях, которые , как правило, проводятся в воскресные дни. Победители награждаются грамотами, памятными подарками.
 Умелое использование спортивного комплекса, спортивного зала, применение современной методики обучения и тренировки приносят положительные результаты. Каждый второй ученик занимается в спортивных секциях, В школе почти нет ребят, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.
Ученики не прекращают занятия спортом и тогда, когда становятся взрослыми. Для некоторых это стало профессией: наши воспитанники работают учителями в школах, тренерами ДЮСШ.

**Выводы**

Физическое воспитание подрастающего поколения является органичной частью системы воспитания и образования детей и служит целям всестороннего развития личности и духовных сил школьников, их подготовки к жизни, труду и защите Родины.
В процессе физического воспитания общеобразовательных школ решаются задачи укрепления здоровья школьников, развитие их физических способностей, расширение функциональных возможностей организма, формирования двигательных навыков, воспитания их нравственности и волевых качеств: патриотизма, коллективизма, смелости, решительности, упорства, целеустремленности.
Исходя из этого директору школы, учителям физической культуры, а также спортивному совету при активной помощи всего педагогического коллектива необходимо осуществлять внеклассную спортивно-массовую и оздоровительную работу.
Учителям физической культуры следует ,прежде всего, направлять усилия на развитие самостоятельности учащихся, всемерно добиваться активной работы совета коллектива физической культуры по массовому вовлечению всех ребят в различные физкультурно-оздоровительные мероприятия и занятия спортом.
Для успешной работы коллектива физической культуры важно, чтобы его возглавлял совет в составе наиболее активных учащихся, хороших спортсменов, представляющих различные группы классов, что позволит обеспечить необходимую преемственность, накопление опыта, постепенное овладение организаторскими умениями и навыками.
 Воздействие детского коллектива на личность школьника в этом направлении явится эффективным средством воспитательной работы.

 Многочисленными исследованиями доказано, что традиционный урок физического воспитания по содержанию, объему и интенсивности нагрузок не в полной мере отвечает запросам растущего

Проведенное нами изучение потребностей общеобразовательных учреждений в организации оздоровительной работы обнаружило следующие проблемы:

-во-первых, выявленные отклонения в состоянии здоровья детей зачастую лишь констатируются, не находя своего логического завершения в виде методических, организационных и других рекомендациях.

-Во-вторых, в настоящее время, с нашей точки зрения, необоснованно мало внимания уделяется разработке программ по физической культуре с коррекционно-оздоровительной направленностью. Имеющиеся авторские разработки ориентированы на отдельные виды спорта.

-В-третьих, образовательные учреждения не несут ответственности за состояние здоровья своих учеников. В результате обозначилось противоречие между необходимостью коррекционно-оздоровительной направленности организации физического воспитания в школе и отсутствием разработанного теоретического и методического обеспечения для решения этих вопросов.