

**Организации внеурочной деятельности младших школьников
на базе физкультурно-оздоровительного комплекса (из опыта работы)**

Злобинова В.А. –

МБОУ Уренская СОШ №2, учитель начальных классов

***Человек способен насидеть себе
болезнь и набегать здоровье.***

Народная мудрость

Сохранение и укрепление здоровья школьников – одно из направлений национальной образовательной инициативы «Наша новая школа». Именно кадровые ресурсы и методический потенциал образования призваны обеспечить системную работу по формированию культуры здоровья и навыков здорового образа жизни воспитанников и обучающихся через продуктивные формы организации учебной и внеурочной деятельности, развитие физкультурного и спортивного движения.

Основная задача учителя – способствовать тому, чтобы физическая культура стала жизненной потребностью, хорошим помощником в организации учебного процесса и досуговой деятельности. Эффективное использование разных активных форм вовлечения детей в систематические занятия физической культурой и спортом является условием успешного выполнения этой задачи.

Еще недавно на вопрос: «По каким причинам вы не занимаетесь в спортивных секциях?» 46% школьников Уренского района заявляли об отсутствии секций по интересующим их видам спорта. Но с момента открытия в 2009 году многофункционального физкультурно-оздоровительного комплекса «СПАРТА» ситуация кардинально изменилась. Наличие ФОКа позволило существенно улучшить спортивную инфраструктуру нашего района и города, расширить возможности занятий по разным видам спорта.

Я работаю учителем начальных классов в средней школе, которая находится в непосредственной близости от ФОКа. В прошлом учебном году ко мне в класс пришли 28 первоклассников. Они такие разные! Такие

любопытные! Такие подвижные! Смотрят на мир глазами полными доверия и удивления, впитывают каждое мое слово, каждое мое движение. Общение с детьми я не прекращаю и по окончании занятий, уделяя особое внимание во внеурочной деятельности занятиям физической культурой.

Свою работу в данном направлении я начала с исследования, целью которого являлось выявление интересов, потребностей и отношения первоклассников и их родителей к занятиям спортом. Мною использовался метод опроса: беседы с детьми и анкетирование родителей. Как выяснилось, 90,6 % детей (17 девочек и 11 мальчиков) желают заниматься спортом, связывая его с рекордами, путешествиями, олимпиадой.

На вопрос: "Зачем люди занимаются физической культурой и спортом?" учащиеся дали следующие ответы:

- спорт дает человеку силу - 54,3 %;
- укрепляет здоровье - 35,5 %;
- это интересно и увлекательно - %;
- для своего удовольствия- %;
- чтобы стать знаменитым и богатым- %.

Опрос показал, что дети и их родители отдают предпочтение таким видам спорта, как плавание, самбо и фигурное катание.

Организация и проведение занятий по данным видам спорта стали возможными на базе физкультурно-оздоровительного комплекса «СПАРТА», с которым школа заключила договор о сотрудничестве. Именно там мы нашли ответы на вопросы: как определить – подходит ли ребенку данный вид спорта? С какого возраста лучше начинать занятия плаванием? На что важно обращать внимание на начальном этапе занятий спортом? Чем отличаются занятия в спортивной секции от уроков физкультуры?

Во время группы продленного дня все мои ученики посещали спортивные секции на базе физкультурно-оздоровительного комплекса. После окончания 4-го урока дети обедали в школьной столовой, затем 45 минутная прогулка на

свежем воздухе и в 13 часов начинались занятия. Понедельник, пятница – плавание, среда – самбо (мальчики), фигурное катание (девочки).

Сравнительный анализ физического развития учащихся 1 «а» и «б» классов подтвердили эффективность занятий на базе ФОКа. Показатели физического развития 1 «б» класса, в котором регулярно проводились занятия на базе ФОКа, были выше, чем в 1 «а» классе. (1 «Б» класс – исследуемый – ИК, 1 «А» – контрольный – КК).

Сравнение динамики двигательных способностей младших школьников ИК и КК показало, что у детей, занимающихся на ФОКе, прирост результатов, характеризующих развитие гибкости, скоростно-силовых, координационных способностей, выше.

Для определения показателей использовались следующие тестовые задания: «Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа», «Прыжок в длину с места», «Наклон вперед, не сгибая ног в коленях», «Бег 30 м с высокого старта», «Прыжок в длину с места».

Эффективность занятий на базе ФОКа также подтверждается и критерием, отражающим уровень заболеваемости младших школьников. Показателем здесь служит количество учебных дней, пропущенных учащимися по болезни.

Анализ заболеваемости школьников позволил сделать следующие выводы:

- самыми распространенными заболеваниями являются ОРВИ и грипп;
- наиболее часто дети болели в IV и I кварталах (осенние, зимние месяцы);
- уровень заболеваемости учащихся ИК в начале учебного года мало отличался от уровня заболеваемости их сверстников из КК, однако в зимние и особенно в весенние месяцы дети моего класса болели значительно меньше детей, занимающихся физкультурой только во время учебных занятий.

Таким образом, занятия в секциях ФОКа существенно снизили влияние неблагоприятных факторов внешней среды и способствовали повышению уровня здоровья детей.

Совместную работу с ФОКом мы не ограничиваем только занятиями в секциях, но и проводим спортивные праздники, внеклассные мероприятия. В

их числе «Мама, папа, я – спортивная семья», «Веселые старты «7-я», Веселая спартакиада с бабушками и дедушками.

«В здоровом теле – здоровый дух!», – заметили древние. Укреплять его необходимо, что называется, «с молодых ногтей». Физкультурно-оздоровительная работа во внеурочной деятельности является мощным стимулом профилактики заболеваний, содействует правильному физическому развитию, повышению с помощью средств двигательной активности умственной работоспособности, снижению отрицательного воздействия чрезмерной нагрузки на психику учащихся. Наш личный опыт тому яркое подтверждение.