

# СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО– ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ПРИШКОЛЬНЫХ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЙ

*Рябов Сергей Владимирович*

учитель физической культуры

МАОУ СОШ № 4

г. Ишим, Тюменская область

*Фамичева Наталья Владимировна*

канд. пед. наук, доцент кафедры ТиМФК

ФГБОУ ВПО ИГПИ им. П.П. Ершова

Ишим, Тюменская область

*Аннотация:* в статье раскрываются вопросы повышения эффективности использования спортивных пришкольных сооружений в физкультурно – оздоровительной работе, авторы предлагают методические рекомендации, которые позволят учителям и тренерам физической культуры использовать стационарное и нестандартное оборудование спортивных площадок как на уроках физической культуры, так и на тренировках:

Физкультурно-оздоровительная работа в общеобразовательной школе является одной из основных форм работы, которая, по мнению Бальсевич В.К., представлена в форме «мероприятий, проводимых школой с целью укрепления здоровья обучающихся, основанных на широком использовании средств физической культуры в режиме учебных занятий и во внеурочное время» [2].

В основе физкультурно-оздоровительной работы лежит особое междисциплинарное научно-практическое направление - педагогика оздоровления. Это направление сегодня постепенно «на стыке» педагогики физической культуры, возрастной физиологии, педиатрии, детской психологии. Одним из его основоположников является Аршавский И.А.[1]

Правильная организация физкультурно-оздоровительной работы предусматривает строгое соблюдение возрастного режима занятий, построения занятий с учетом динамики работоспособности детей, рациональное использование наглядных пособий, обязательное выполнение гигиенических и санитарных требований, предъявляемых к помещениям образовательных учреждений (режимы световой, звуковой и воздушный, цветовое оформление) .

Несмотря на достаточно большое количество работ и достижений в области физкультурно-оздоровительной деятельности (Лях В.И., Зданевич А.А.), в школах не в полной мере используется потенциал средств физической культуры для оздоровления и повышения физического развития школьников[5]. Выявленное противоречие между требованиями новых стандартов второго поколения и реальной картиной в практической деятельности специалистов по физической культуре и спорту позволило сформировать проблему исследования. Поиск эффективных подходов к совершенствованию физкультурно-оздоровительной работы в школе с использованием пришкольных спортивных сооружений во всех формах данной работы. Развитие физической культуры при любых условиях невозможно без строительства материальной базы в виде спортивных сооружений, специально оборудованных и правильно эксплуатируемых.

Для более широкого охвата населения занятиями физическими упражнениями и спортом в течение всего года служат крытые спортивные сооружения. Структура спортивных сооружений должна соответствовать возрастным особенностям занимающихся. Например, для детей младших возрастов спортивное оборудование в физкультурно - оздоровительной деятельности занятий должны быть максимально простыми. Для детей школьного возраста необходимы сооружения уже соответствующие этому возрасту - игровые площадки (волейбольные,

баскетбольные, бадминтонные). Особое внимание следует уделить оборудованию и оснащению игровых площадок для юношества и старших возрастных групп населения.

В зависимости от возраста и физических возможностей различных групп населения спортивные сооружения можно разделить на следующие группы:

- площадки для физкультурных занятий и игровые площадки для детей дошкольного возраста;
- оздоровительные и спортивные сооружения для школьников, юношества и молодежи;
- оздоровительные и спортивные сооружения с несложным оборудованием для «групп здоровья», групп ОФП и лечебной физкультуры.

Матвеев А.П. и Петрова Т.В. понимают под физкультурно-оздоровительной работой, как урочные, так и внеурочные формы занятий, основанные на широком использовании средств физической культуры, которые обеспечивают равностороннее воздействие на физическое и духовное развитие личности [6].

Примерная комплексная система физкультурно-оздоровительной работы в школьном учреждении может строиться на основе урочных и внеурочных форм занятий. К урочным относятся занятия, проводимые преподавателем (тренером) с постоянным составом занимающихся:

1. уроки физкультуры, проводимые преподавателями по государственным программам в образовательных учреждениях, где физическая культура является обязательным предметом (школа, колледж профессионального образования, вуз и т.п.);
2. спортивно-тренировочные занятия, проводимые тренерами, с направленностью на совершенствование занимающихся в избранном виде спорта.

Внеурочные формы – это занятия, проводимые как специалистами (организованно), так и самими занимающимися (самостоятельно) с целью активного отдыха, укрепления или восстановления здоровья, сохранения или повышения работоспособности, развития физических качеств, совершенствования двигательных навыков и др., к таким формам относятся:

1. малые формы занятий (утренняя гимнастика, вводная гимнастика, физкультпауза, физкультминутка, микропауза), используемые для оперативного (текущего) управления физическим состоянием. В силу своей кратковременности эти формы, как правило, не решают задач развивающего, тренирующего характера;
2. крупные формы занятий, т.е. занятия относительно продолжительные, одно- и многопредметные (комплексные) по содержанию (например, занятия аэробикой, шейпингом, калланетикой, атлетической гимнастикой и др.). Эти формы занятий направлены на решение задач тренировочного, оздоровительно-реабилитационного или рекреационного характера;
3. соревновательные формы занятий, т.е. формы физкультурно-спортивной деятельности, где в соревновательной борьбе определяются победитель, место, физическая или техническая подготовленность и т.п. (например, система официальных соревнований, отборочные соревнования, первенства, чемпионаты, контрольные прикидки или соревнования и др.)

Современные спортивные сооружения, это сложный «организм» с которым связаны сложнейшие процессы, непрерывная работа над спортивными достижениями и оздоровлением нации. Но параллельно с этим, сложные инженерные и инженерно-технические системы помогают «людям спорта» добиваться побед как в районных первенствах и олимпиадах, так и просто чувствовать себя лучше, занимаясь любимым видом спорта. В связи с этим эта тема актуальна.

Мы провели исследование среди обучающихся и учителей школ города Ишима (№ 1,2,4,5,7,8,12,29,31), целью которого являлось выявление эффективности использования спортивных сооружений пришкольных площадок и разработка методических рекомендаций по их использованию в физкультурно-оздоровительной работе общеобразовательного учреждения. Мы предполагаем, что совершенствование физкультурно-оздоровительной работы будет достигнуто за счет целенаправленного использования спортивных пришкольных сооружений.

Для представления реальной картины использования пришкольных спортивных сооружений среди учителей и обучающихся школ города Ишима было проведено анкетирование,

основными вопросами которого стали:

Используете ли вы спортивное оборудование пришкольной спортивной площадки?

В каких формах физического воспитания вы используете оборудование спортивной площадки, находящейся на пришкольной территории?

Проанализировав результаты анкетирования и, изучив практическое состояние проблемы, мы выявили, что, несмотря на разный уровень оснащённости спортивных пришкольных площадок, степень их использования учителями физической культуры находится на среднем уровне и ниже среднего, а обучающимися - на среднем уровне.

Полученные результаты исследования послужили поводом для дальнейшей разработки методических рекомендаций для учителей физической культуры по совершенствованию физкультурной – оздоровительной работы с использованием пришкольных спортивных сооружений во всех формах организации физического воспитания школьников.

Таким образом, для повышения эффективности использования спортивных пришкольных сооружений в физкультурно – оздоровительной работе мы предлагаем методические рекомендации, которые позволят учителям и тренерам физической культуры использовать стационарное и нестандартное оборудование спортивных площадок как на уроках физической культуры, так и на тренировках:

- подбор инвентаря и оборудования спортивной площадки на уроках физической культуры с учетом физической подготовленности и индивидуальных возможностей обучающихся;
- волейбольные баскетбольные площадки как для организации соревновательной, так и для самостоятельной деятельности обучающихся;
- использование нестандартного оборудования площадки для физической культуры и тренировочных занятий по легкой атлетике;
- проведение во все времена года занятий с обучающимися подготовительной и специальной медицинских групп;
- в период лыжной подготовки использование ходьбы на лыжах по пересеченной местности;
- использование хоккейного корта в зимний и летний период для организации эстафет, спортивных праздников, физкультурпауз и других малых форм физического воспитания;
- проведение военно – спортивной игры «Зарница» с преодолением различных препятствий в виде спортивных сооружений;
- проведение третьего урока физической культуры в теплое время года на спортивных пришкольных площадках.

### *Список литературы*

1. Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. - М.: Наука, 1982. - 269 с.
2. Бальсевич В.К. Конверсия высоких технологий спортивной подготовки как актуальное направление совершенствования физического воспитания и спорта для всех // Теория и практика физ. культуры, 1993, № 4, с. 21-22.
3. Бойков Е.П. Физическая подготовка студентов к условиям профессиональной деятельности инженеров-электромехаников водного транспорта: Автореф. канд. дис. Омск, 2001, с. 20-68.
4. Кончиц Н.С. Физиологические основы индивидуализации процесса физического воспитания студентов: Автореф. докт. дис. Томск, 1989, с. 29-43.
5. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания в 1-11-х классах. М., 2004. - 126 с.
6. Матвеев А.П., Петрова Т.В. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре. М., 2001. - 128 с.
7. Меерсон Ф.З., Пшенникова М.Г. Адаптация к стрессовым ситуациям и физическим нагрузкам. - М.: Медицина, 1988. - 288 с.
8. Погадаев Г.И. Настольная книга учителя физической культуры. М., 2000. - 495 с.
9. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М., 2002, с. 64-237.
10. Симонов В.П. Педагогический менеджмент: Учеб. пос. М., 1997. с. 36-114.
11. Фольборг Г.В. Процессы утомления и восстановления высшей нервной деятельности и практическое значение их изучения // Физиологические процессы утомления и восстановления. Киев, 1989, с. 7-14.

Физическая культура: Образовательная программа для учащихся средней общеобразовательной школы /Под ред. А.П. Матвеева. М., 1995. - 215 с.