

**Отдел образования Администрации Черноземельского РМО
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Нарын – Худукская средняя общеобразовательная школа»**

***Районный конкурс проектов
«Школьный спортивный зал
– первый путь к здоровью»***

**Харкебенов Анатолий Боктаевич -
учитель физкультуры
МКОУ «Нарын – Худукская СОШ»**

Инновационный проект

Тема проекта:

«Разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий через школьный спортивный зал – первый путь к здоровью» в МКОУ «Нарын – Худукская СОШ».

Цель проекта:

Создать условия для повышения компетентности участников образовательного процесса в вопросах профилактики здоровья.

Задачи проекта:

1. Провести мониторинг здоровья учащихся.
2. Сформировать ценностное отношение к здоровью.
3. Повысить профессиональную компетентность учителей и классных руководителей в вопросах профилактики здоровья участников общеобразовательного процесса.
4. Приобретение спортивного инвентаря по национальным видам спорта (лук, копьё, аркан).
5. Изготовление своими руками мелкого спортивного нестандартного инвентаря.

Содержание проекта:

Проект предусматривает внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно – воспитательный процесс. В ходе осуществления проекта предполагается провести мониторинговые исследования учащихся:

- выявление группы здоровья учащихся школы
- исследование динамики заболеваемости учащихся в течение периода действия проекта
- исследование социально – психологической комфортности образовательной среды.

В ходе осуществления проекта будут продолжаться внедряться следующие здоровьесберегающие технологии:

- санитарно – гигиенические (соблюдение санитарно – гигиенических требований в образовательной среде)
- организационно - педагогические (во время уроков – физкультминуток и минапауз, проведение подвижных игр и другие)
- физкультурно - педагогические (подвижные игры на переменах, общешкольные спортивные соревнования, «Весёлые старты», «А, ну – ка, парни!», «День здоровья», «Неделя здоровья», «Папа, мама, я – спортивная семья», занятия в кружках и спортивных секциях по выбору
- учебно – воспитательные (тематические классные часы по ЗОЖ, работа кружка ЮИД по программе «Безопасность дорожного движения»)

Система показателей по достижению целей проекта

| <i>Задачи проекта</i> | <i>Показатели по достижению цели проекта</i> |
|--|--|
| Мониторинг здоровья учащихся | Ежегодный медицинский осмотр учащихся. Проверка соблюдения норм СанПиНа в учебно – воспитательном процессе (составление расписания, проведение уроков) и в его организации (состояние учебных кабинетов, спортивного и тренажёрного залов, и других помещений школы). |
| Формирование ценностного отношения к здоровью | Проведение профилактических мероприятий, посвящённых ЗОЖ; Проведение специальных акций «День здоровья», «Неделя здоровья», «Наркотикам – нет!», «Курить – здоровью вредить!», и т.д. |
| Повысить профессиональную компетентность учителей и классных руководителей в вопросах профилактики здоровья участников общеобразовательного процесса | Владение педагогическими технологиями со здоровьесберегающим потенциалом (по результатам опроса, анкетирования). Использование методов здоровьесберегающих технологий на уроках и внеклассных мероприятиях. |
| Приобретение спортивного инвентаря по национальным видам спорта (лук, копьё, аркан). | Помощь спонсоров (Главы КФХ, предприниматели). |
| Изготовление своими руками мелкого спортивного нестандартного инвентаря. | Изготовление инвентаря для «Весёлых стартов», внеклассных мероприятий). |

Ожидаемые результаты и эффекты реализации проекта

| <i>Ожидаемые результаты</i> | <i>Эффекты реализации</i> |
|---|--|
| Снижение уровня заболеваемости учащихся | Формирование социально – адаптированной личности. |
| Повышение качества образования при максимальном сохранении здоровья | Создание среды для проявления личностных возможностей и достижений успеха для каждого ученика. |
| Возможность получения дополнительного образования (кружковая работа, внеурочная деятельность) | |

Описание проблемы и обоснование актуальности проекта

Основная задача современной школы – обеспечение для всех участников учебного процесса комфортной образовательной среды, которая будет способствовать сохранению и укреплению здоровья.

Мы слышим удручающие цифры по поводу нездоровья наших детей. Минздравом России было установлено, что лишь 32 % детей являются практически здоровыми, 51% - имеют функциональные отклонения, а 16 % хронические заболевания.

С одной стороны, проблема не нова, и обусловлена она множеством объективных факторов, не зависящих от школы. Среди них: экология, наследственность, низкий уровень образования родителей, но большая часть приходится на образ жизни, включающий в себя вредные привычки, неправильное питание и малоподвижный образ жизни. Здесь мы смело можем сказать: « Не во всём виновата школа!», и будем безусловно правы. Однако, школа может, и должна способствовать разрешению создавшейся ситуации. С другой стороны, статистические данные показывают. Что за период обучения в школе показатели здоровья, и без того невысокие, ещё снижаются в среднем на 10 – 12 %.

Таким образом, за время обучения ребёнок теряет своё здоровье. Вот эти риски мы и должны исключить. В этом заключается суть здоровьесберегающих технологий: не усугубить, не навредить, помочь ребёнку сохранить здоровье за период обучения в школе.

В ФЗ «Об образовании» отмечается: «Образовательное учреждение создаёт условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья обучающихся». Эти условия в школе подкрепляются практически. На протяжении нескольких лет в школе идут поиски активных форм и методов здоровьесберегающей

деятельности: реализуются программы и подпрограммы, которые касаются здоровья и развития личности учащихся: «Одарённые дети», «Школьное питание», «Здоровье», «Экологическое воспитание», «Гражданско – патриотическое воспитание».

Хотя каждая из этих программ имеет собственную конкретную направленность, их объединяет общая проблема – сохранение и укрепление здоровья учащихся: физического, духовного, интеллектуального, психологического, социального.

Проблема улучшения здоровья школьников не может быть решена в полной мере, если не будет проведена комплексная экспертиза всего образовательного процесса и условий реализации учебных программ, анализа объёма домашних заданий, методик преподавания с точки зрения «здоровьесберегающей», а не «здоровьевредящей» педагогики.

Традиционные подходы к образовательному процессу не всегда успешно и эффективно предусматривают решение данной проблемы, а именно воспитания у детей приоритета здоровья, как одной из важнейших жизненных ценностей. Для этого необходимо формирование *культуры здоровья* на всех этапах обучения, оно должно интегрироваться во весь образовательный процесс, на всех его этапах с использованием современных инновационных здоровьесберегающих технологий. Необходимо повышать профессиональную компетентность всех участников образовательного процесса в вопросах здоровья, включающую в себя мировоззренческую и профессиональную составляющие.

На сегодняшний день культура здоровья педагога ещё не сформирована.

Для решения поставленной проблемы мы предлагаем данный проект, направленный на создание управленческого механизма по внедрению интерактивных технологий со здоровьесберегающим потенциалом в образовательный процесс. Использование данных технологий поможет решить проблему снятия школьных факторов риска, поможет избежать стрессовой педагогической тактики со стороны учителя, а также сделает более эффективной воспитательную работу в школе по формированию устойчивой мотивации к ЗОЖ.

Нормативно – правовое обоснование для разработки проекта

- Конституция РФ
- Закон РФ «Об образовании»
- Федеральное законодательство об охране здоровья школьников
- Семейный кодекс РФ. Трудовой кодекс РФ
- СанПиН
- Федеральные законы, связанные с социальными и поведенческими факторами, влияющими на здоровье школьников
- Закон РФ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения»
- Устав МКОУ «Нарын – Худукская СОШ»

Возможные способы внедрения проектной разработки в образовательную практику школы:

1.Создание условий для профессионального роста учителей в области здоровьесбережений внутри школы (семинары, педсоветы, открытые уроки), участие в районных семинарах по теме здоровьесбережения.

2.Привлечение внимания общественности к проблеме. здоровьесбережения учащихся путём освещения школьных школьных мероприятий в по ЗОЖ в районной газете «Ленинец».

3.Формирование в коллективе учащихся ценностного отношения к здоровью путём специальных мероприятий:

- выпуск агитационной информации, проведение конкурсов рисунков, плакатов на тему ЗОЖ
- проведение классных часов и внеклассных мероприятий с приглашением медицинских работников.

4. Создание условий для формирования у родителей устойчивого интереса к ЗОЖ и ценностному отношению к здоровью детей (родительские собрания, лектории, всеобучи).

Ожидаемый результат Проекта

- Создание комфортного, здоровьесберегающего пространства школы: совокупность условий, организуемых администрацией школы, всем педагогическим коллективом при обязательном участии самих учащихся, их родителей и общественности с целью обеспечения охраны и укрепления здоровья учащихся.
- Снижение количества наиболее встречающихся в школьном возрасте заболеваний.
- Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.

Здоровье нации, её будущие успехи прямо зависят от того, в каких условиях рос, развивался, воспитывался и обучался ребёнок.

Главным результатом работы школы будет выступать здоровый выпускник, адаптированный к социальной жизни, обладающий навыками выбора, коммуникации, самоанализа, опытом работы в группе, команде, разнообразным реальным жизненным опытом.

Литература:

1. Медведев Д.А. «Национальная образовательная инициатива «Новая школа»».
2. Орлихина Н.Е., Еремина В.В. «Создание здоровьесберегающей образовательной среды: управляющий аспект» - Тула, 2009 г.
3. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе», Москва, 2006г.

Нестандартное оборудование – в действии

Цель занятий физической культурой – воспитать здоровую, физически закалённую молодёжь, готовую к активному участию в труде, общественной жизни, к службе в армии.

Немалым подспорьем в решении данной проблемы служит применение на уроках и внеурочной деятельности нестандартного спортивного инвентаря. В наше время дефицит финансирования не обошёл стороной и школу. К тому же, баснословно дорого стали стоить хорошие мячи, кегли, обручи, гантели и другой инвентарь, спортивное оборудование.

И не случайно мы вместе с учениками и родителями много времени уделяем оснащению мест занятий нестандартным оборудованием, и мелким инвентарём повышенной пропускной способности.

Так, за счёт использования нестандартного спортивного инвентаря увеличивается плотность урока, оказывается благотворное влияние на учащихся, создаётся бодрое настроение.

В спортивном зале, кроме основных разметок баскетбольной и волейбольной площадок, для повышения эффективности и плотности применяем дополнительные разметки: точки для построения, разметки для игры в лапту, для совершенствования техники штрафного броска в баскетболе на полу начерчены кружки диаметром в 20 см, с нумерацией до 11 (игра «Школа»), полосы для прыжков с места, на стенах мишени для метания, магнитные дощечки (5 шт) для занятий по «станциям».

В «Весёлых стартах», подвижных играх, эстафетах мы используем мелкий нестандартный инвентарь: кубы и кубики, ходули, «нарты» для прыжков, наклонные доски для укрепления брюшного пресса, навесные перекладины, макет лошади для метания аркана, гимнастические палки, тренажёр для прыжков по Абалакову, резиновые гранаты для метания и др.

Каковы же результаты нашей работы с использованием нестандартного оборудования на уроках?

Результаты налицо: укрепилась материально – техническая база, увеличилась активная двигательная деятельность учащихся, повысился интерес детей к урокам, тренировкам. К тому же нет и материальных затрат на подсобный, дополнительный инвентарь.

Спортивный зал школы (21 х 9 м.) – победитель республиканского смотра – конкурса школьных кабинетов в номинации «Учебные мастерские и спортивные залы» (2010г).

В школе функционирует и тренажёрный зал (15 х 6 м.), построенный смежно со спортивным залом.

Применение тренажёров на занятиях способствует совершенствованию учебного процесса, улучшается организация урока, увеличивается его плотность, содержательность, эмоциональность.

Тренажёр – это техническое средство, позволяющее эффективно, и в сжатые сроки, избирательно воздействовать на организм занимающихся, формируя навыки умения, необходимые человеку для полноценного физического развития.

Один раз в четверть дети сдают тесты (8 видов) для проведения мониторинга физического развития и физической подготовленности учащихся, а результаты фиксируются на специальном стенде в коридоре спортивного зала. Учащиеся наглядно видят динамику роста своих достижений.

Вот наши нормативы: челночный бег (3x10 м.), прыжки в длину с места, поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 минуту, подтягивание на перекладине, отжимание от пола, наклон вперёд из положения стоя, прыжки через скакалку за 1 минуту, прыжки через «нарты». На уроках, на внеклассных мероприятиях используем национальные виды спорта, игры:

- Метание аркана «цалм хайх»
- Стрельба из лука
- Тройной прыжок, многоскоки
- Прыжки через «нарты»
- Метание гири назад через голову двумя руками

Школьная программа по физической культуре не предусматривает обучение навыкам и умениям обращения с тяжестями.

К числу наиболее доступных и эффективных, бесспорно должны быть отнесены упражнения с гирями разного веса.

Гиря, на мой взгляд, - уникальный спортивный снаряд. Упражнения с ней можно выполнять и индивидуально, и в группе.

Пульс во время занятий такой же, как и при беге трусцой, что способствует нормальному развитию сердечно – сосудистой системы.

В нашей школе гиревой спорт немного сдал свои позиции из – за того, что из года в год число мальчиков, к сожалению, всё меньше и меньше. Но мы всё же стараемся вернуть гири на своё законное место: на уроки, секционные занятия.

А нам есть кем гордиться: неоднократными победителями и призёрами республики, района были Семёнов Андрей, Крупенич Михаил, Наврузов Магомед, Бабаев Саранг и другие гиревики, и силовые жонглёры.

А наш клуб юных богатырей «Джангрин ачнр» («Внуки Джангара») был известен далеко за пределами района.

В марте этого года (2022 г.) наш клуб сменил название, теперь школьный спортивный клуб называется «Нарн Худг». Мальчиков осталось катастрофически мало, поэтому не до гиревиков, не до богатырей, к сожалению

А девизом взяты прекрасное изречение Авиценны ««Человек умеренно и последовательно занимающийся физическими упражнениями не нуждается в лечении», так что в добрый путь новый школьный спортивный клуб «Нарн Худг».

А занятия в нашем прекрасном зале, зале здоровья действительно – первый шаг к здоровью!

P.S. МКОУ «Нарын – Худукская СОШ» - победитель республиканского конкурса «школа – зона здорового образа жизни» (2004г.), десятикратный победитель республиканских финалов юнармейской игры «Зарница», клубы «Факел» и «Джангрин ачнр» - победитель и лауреат Всероссийских смотров – конкурсов на лучшие сельские клубы по месту жительства среди подростков (1998 г., 2001 г.).

Харкебенов Анатолий Боктаевич, учитель физкультуры – победитель республиканского конкурса «Лучший школьный тренер Республики Калмыкия» (2008г.), призёр республиканского конкурса профессионального мастерства «Педагогическое совершенство – 2004», обладатель Гранта Президента Российской Федерации «Лучший учитель Российской Федерации» (2007г.), заслуженный работник физической культуры и спорта Республики Калмыкия, Отличник физической культуры и спорта СССР.

Заявка

на участие в конкурсе проектов по теме:

«Школьный спортивный зал – первый путь к здоровью»

1.МКОУ «Нарын – Худукская СОШ».

Наименование образовательного учреждения.

2.Гадышева Антонина Бембеевна.

Ф.и.о. руководителя образовательного учреждения.

3. Харкебенов Анатолий Боктаевич.

Ф.и.о. участника, представляющего работу для участия в конкурсе.

4. «Разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий через школьный спортивный зал – первый шаг к здоровью».

Тема проекта.