

## *ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ЛИЦЕЕ №7*

*Д. С. Иванов, учитель физической культуры,  
Муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
лицея № 7 города Томска*

Современное состояние общества, его развитие представляет все новые, более высокие требования к человеку и его здоровью. Школа является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9 – 11 лет. Самые важные периоды интенсивного развития детского организма, когда происходит формирование здоровья на дальнейшую жизнь, совпадают с важнейшим социальным этапом детства – получением среднего образования. В этот период на здоровье школьников оказывает влияние большой комплекс социально-гигиенических, экологических и других факторов. Дети проводят в школе значительную часть дня, и сохранение, укрепление их физического, психологического здоровья - дело не только семьи, но и педагогов. Здоровье человека - важный показатель его личного успеха. Если у молодёжи появится привычка к занятиям спортом, будут решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм, курение. Только здоровый человек, выйдя из стен школы, может стать деятельной личностью, хорошо адаптированной к современной жизни в обществе.

В этой связи была разработана программа по развитию физической культуры и спорта, олимпийского образования в МАОУ лицее №7 г. Томска «Навстречу личным рекордам!». Цель данной программы: создания образовательной среды, способствующей физическому, психологическому и нравственному развитию обучающихся.

Программа включает в себя **четыре** основных направления развития физической культуры и спорта, олимпийского образования в школе:

1. Олимпиада начинается в школе;
2. Готов к труду и обороне;
3. Русские спортивные традиции;
4. Военно-спортивные игры.

Олимпийское движение, олимпийские ценности, традиции – очень важны для современных учащихся школ. А знание достижений своей страны на Олимпийских играх, служат отличным примером для реализации целей не только в спорте, но и в жизни. Постепенно шаг за шагом у учащихся формируется внутренняя позиция спортсмена, система его отношений и мировоззрение. Одной из первостепенных задач современной школы заключается в создании условий для эффективной образовательной спортивной среды, целью которой является формирование у учащихся осознанного, мотивированного отношения к занятиям физической культурой и спортом, улучшению и сохранению своего здоровья путем приобщения к идеалам и ценностям олимпийского движения.

Одной из форм организации физического воспитания школьников является проведение олимпиад по физической культуре, в которых учащиеся нашего лицея принимают самое активное участие, демонстрируя свои знания и умения в области физической культуры и спорта.

На первом этапе олимпиады (школьном) выявляются юноши и девушки 8 – 11 классов, наиболее подготовленные физически. Школьный этап Всероссийской олимпиады (ВсОШ) школьников состоит из двух частей: тестирования по теоретико – методическим знаниям и практическая часть (гимнастика, легкая атлетика, полоса препятствий). Победители этих испытаний отстаивают честь лицея на городском и региональном этапах ВсОШ. Подготовка учащихся на городской и региональный этапы осуществляется через уроки физической культуры, спортивные секции, создания индивидуальных образовательных траекторий развития, а также дополнительные занятия и тренировки.

Хорошая физическая и теоретическая подготовка помогает нашим учащимся успешно выступать на городском и региональном этапе ВсОШ.

На ряду с олимпиадой в лицее систематически в течение учебного года проводятся внеклассные мероприятия: спортивные праздники и соревнования, Декады здоровья и походы, в которых каждый ребенок может

проявить себя, добиться личного успеха. На параллелях 5, 6, 7, 8-х классов традиционно проводится круглогодичная внутришкольная спартакиада «Вперед к здоровью!» по следующим видам спорта: в 5-х классах – Футбол, Пионербол, Кросс 1 км, «Вперед мальчишки!»; в 6-х классах – «Меткий снайпер», Баскетбол, Пионербол, Футбол, Президентские тесты, «Вперед мальчишки!»; в 7-х классах – Футбол, Пионербол (девушки), Волейбол (юноши), «Русская лапта», Лыжные гонки, «Вперед мальчишки!»; в 8-х классах – Баскетбол, Волейбол (юноши), Волейбол (девушки), «Вперед мальчишки!», Футбол, Лыжные гонки, «Русская лапта» (юноши), «Русская лапта» (девушки).

При рациональном сочетании с занятиями по физической культуре такие внеклассные мероприятия способствуют развитию двигательной активности, повышению работоспособности, проявлению самостоятельности, что благотворно влияет на развитие личностных качеств обучающихся.

Такая организация физкультурно – спортивной деятельности позволяет нашему лицу успешно выступать в городских круглогодичных спартакиадах школьников: Спартакиада «Здоровье», Спартакиада «Спортивная смена», Спартакиада «Патриот».

Также в лицее большое внимание уделяется популяризации и пропаганде Всероссийского физкультурно спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

В настоящее время внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания школьников, заключается в повышении эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданской ответственности.

Реализация данного направления осуществляется через следующие виды физкультурно-спортивной деятельности: мобильные агитационные лектории по привлечению обучающихся к ГТО; обновление

информационных стендов о ВФСК «ГТО»; организация пробной сдачи норм ВФСК «ГТО» на базе лицея; организация сдачи норм ВФСК «ГТО» в специализированных центрах тестирования; проведение церемонии награждения значками «Готов к труду и обороне».

В лицее большое внимание уделяется спортивным традициям нашего народа. Одними из таких, были упражнения *с гирями*. В советские времена иметь гири дома было славной традицией. Поднятие тяжестей, а именно гирь с целью проявления силы или ее развития получило развитие с конца 17 века.

В настоящее время в России, *гиревой спорт* получил распространение, как среди взрослого населения, так и среди студенческой молодежи и учащихся общеобразовательных учреждений (школы, лицеи, гимназии). В 2003 году гиревой спорт был включен в программу I летней Спартакиады учащихся России. Это еще раз свидетельствует о высокой значимости гиревого спорта в укреплении здоровья и физическом развитии учащейся молодежи.

Привлечение детей к занятиям гиревым спортом осуществляется через социальное партнерство лицея №7 с Детским Оздоровительно-Образовательным (Профильным) Центром «Юниор».

Реализация данного направления осуществляется через следующие виды деятельности: осуществление набора детей для занятий гиревым спортом в ДОО(П)Ц «Юниор»; показательные выступления лицеистов с гирями (открытые уроки, семинары и т.д.); участие в соревнованиях по гиревому спорту в рамках круглогодичной спартакиады школьников «Здоровье».

Также в спортивных традициях нашего народа всегда были игры. Одной из таких, является – *Русская лапта*. Эта русская народная командная игра с мячом и битой.

В лицее существует две формы занятия русской лаптой:

1. Урочная деятельность – уроки физической культуры;
2. Внеурочная деятельность – спортивная секция «Русская лапта».

Реализация данного направления осуществляется через следующие виды физкультурно-спортивной деятельности: осуществление набора детей для занятий в спортивной секции «Русская лапта»; показательные выступления лицеистов (открытые уроки, семинары и т.д.); товарищеские игры; участие в соревнованиях по русской лапте различного уровня (муниципальный, региональный, всероссийский).

Еще одним важным направлением физкультурно – спортивной деятельности нашего лицея является Военно – спортивные игры (ВСИ).

Связь игры с воинским трудом положительно влияет на ее роль в военно-патриотическом воспитании. А.С. Макаренко подчеркивал, что игра не имеет прямого отношения к тем целям, как работа взрослого, но она имеет отношение к ним косвенное: приучает человека к тем физическим и психологическим условиям, которые необходимы для работы. «Каков ребенок в игре – писал А.С. Макаренко, - таков во многом он будет в работе, когда вырастет».

Большую роль в жизни и деятельности людей играет чувство коллективизма. Воспитывать у подрастающего поколения чувство коллективизма, подлинной дружбы, товарищества и взаимной выручки – одна из важных воспитательных задач школы, призванной готовить активное достойное поколение для современной Армии. Эффективным, действенным средством воспитания у подростков чувства коллективизма, товарищества и взаимной выручки являются военно-спортивные игры.

Привлечение детей к военно-спортивным играм в лицее осуществляется через систему дополнительного образования по этому направлению.

Реализация данного направления осуществляется через следующие виды физкультурно-спортивной деятельности: 1) участие обучающихся в городской круглогодичной спартакиаде школьников «Патриот»; 2) участие обучающихся в спортивном празднике «Вперед мальчишки!», посвященные празднованию «Дня защитника отечества»; 3) участие детей и педагогов в

организации «Парада победы»; 4) Проведение военных сборов для учащихся 10-х классов.

Созданная система организации физкультурно – спортивной деятельности в нашем общеобразовательном учреждении, позволяет добиваться положительных результатов: дети с удовольствием участвуют в различных спортивных мероприятиях, наблюдается положительная динамика как в поведении, так и в личном самочувствии учащихся, увеличилось количество детей, занимающихся в спортивных секциях, клубах. Каждый школьник может себя реализовать, но для этого необходимо работать над собой, заниматься физической культурой и спортом, следить за своим здоровьем, быть физически развитым и физкультурно – образованным человеком.

По итогам 2022-2023 учебного года лицей №7 награжден грамотой Департамента образования Администрации г. Томска «Самое спортивное образовательное учреждение».

### **Список используемой литературы:**

1. Замятина М.Р. Проблемы и перспективы развития физической культуры в России // Инновационные педагогические технологии: материалы II Международной научной конференции (г. Казань, май 2015 г.). – Бук, 2015. – С. 108-110.
2. Копылов Ю.А. Система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях / Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская. – М.: Арсенал образования, 2018. – 393 с.
3. Арзуманов С.Г. Физическое воспитание в школе учащихся 5 – 9 классов / С.Г. Арзуманов. – М.: Феникс, 2018. – 112 с.
4. Куклин П.Ф. Военно – спортивные игры. 7 – 11 классы / П.Ф. Куклин, Л.А. Тетушкина, Л.А. Лаврова. – М.: Учитель, 2017. – 176 с.
5. Максачук Е.П. Актуализация формирования спортивной культуры личности молодого поколения / Е.П. Максачук. – М.: Спутник +, 2016. – 104 с.
6. Бишаева А.А., Малков А.А. Физическая культура. Учебник. М.: КноРус, 2020. – 312 с.
7. Мельник Т.Е. Государственно-частное партнерство в области физической культуры и спорта // Журнал российского права. 2016. № 12. С. 133 – 141.
8. Солодов И. П., Тихонов В. Ф. Этапы развития гиревого спорта [Электронный ресурс] URL: [www.vfgs/history](http://www.vfgs/history)
9. Павлов В. Ю. Применение модельных характеристик в гиревом спорте. Материалы научно-практической конференции: «Состояние, проблемы, перспективы развития дополнительного физкультурного образования детей и молодежи». Томск. 2012
10. Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. Пособ. для студентов высших учебных заведений. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 391 с.
11. Валиахметов Р.М. Народная игра – лапта: метод. пособие. Г. Уфа, 2003.

12. Скопинцев А.Г. Народные спортивные игры // Знание. –1990. – № 6.