***Выступление на педсовете   учителя физкультуры Кулигина А.В.***

***«Физическая культура в школе»***

Выдающийся педагог Сухомлинский писал: «Забота о здоровье - это важнейший труд учителя и воспитателя». От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

       Дети, особенно младшего и среднего возраста наиболее восприимчивы к обучающим воздействиям, поэтому необходимо начинать учить детей основам здорового образа жизни.

       С ребятами необходимо проводить ***уроки здоровья***, на которых должны закладываться навыки правильного режима дня, рационального питания, негативного отношения к вредным привычкам, гигиенические навыки.

       В воспитании подрастающего поколения, в формировании его физических и духовных качеств физическая культура призвана занимать ведущее место.

       Помните в Древней Греции о человеке низкой культуры говорили: «Не умеет ни читать, ни плавать».

       Физическая культура в школе призвана способствовать решению острейшей, на сегодняшний день проблеме формирования здорового образа жизни.

       Чего «греха таить», мы все знаем, что авторитет физической культуры в недавнем времени находился не на должном уровне («мягко говоря»).

       Здесь, конечно, есть и наши недоработки (т.е. учителей физ-ры), но виноваты в этом не только учителя, но и вся система физического воспитания России. Физическая культура очень слабо пропагандировалась в СМИ.

       К счастью, сейчас, благодаря увлечению спортом первых лиц нашего государства, спортивная работа начала возрождаться. Стали строиться стадионы, спорт. сооружения, и как результат этого, расти роль физической культуры в жизни подрастающего поколения.

      По данным социалогических исследований более половины мальчиков и около трети девочек становятся регулярными курильщиками в школьном возрасте. Более 40% детей 9-10 летнего возраста пробовали спиртные напитки.

       На сегодняшний день создалось крайне тревожное положение состояния здоровья школьников. Постоянно накапливающийся дефицит двигательной активности детей негативно сказывается на их физическом и психическом развитии, подрывает их здоровье. Около 70% выпускников покидают школу с различными отклонениями здоровья.

        Правда, есть и положительное, если говорить о системе физ. воспитания в нашей стране. В школе стало 3 урока физ. культуры в неделю. Но по данным научных исследований 3 урока физкультуры в неделю-это всего лишь 18% двигательного объема необходимого каждому ребенку для нормального развития.

       Поэтому необходимо стремиться ***вовлекать в различные формы занятий*** физической культуры основную массу учащихся, что окажет самое благотворное влияние на их здоровье. Здесь речь идет о таких формах занятий, как ***дни здоровья, часы здоровья, физкультминутки, спортивные праздники, спортивные соревнования, занятия в спортивных секциях, самостоятельные занятия дома.*** Благодаря реализации проекта «Школа – центр физической культуры и здорового образа жизни, у нас вовлекаются в занятия физкультурой и спортом все участники образовательного процесса. Конечно, нелегко идет вовлечение родителей, да и педагоги не так легки на подъем, как хотелось бы. Но надежда есть, что в скором будущем мы будем все вместе выходить на спортивные соревнования и прогулки, участвовать в Дне бегуна и других спортивных мероприятиях.

Не может же учитель, какой бы он предмет не преподавал, стоять в стороне от проблем физической культуры, ибо каждый из них составляет наиболее культурную и образованную часть нашего общества. Он обязан быть примером для подражания во всем, в том числе и по отношению к физической культуре.

       Многое в воспитании и образовании детей зависит от ***личности учителя.*** Хороший учитель физической культуры не может себе позволить, чтобы из школы выходили хилые, слабосильные, неловкие, безвольные люди.

       Итак, основная оздоровительная задача школы состоит в том, ***чтобы обеспечить ребенка достаточным количеством движений, придать им осмысленную форму.*** Предложить детям такую программу, которая была бы интересной и отвечала анатомо-физиологическим требованиям. Правда, бывает трудновато, когда в зале по 2 класса. Иногда получается хорошо, но бывает …, тут многое зависит, какие классы находятся на уроке (есть классы особой шумности).

       Мы знаем, что любимый предмет у детей начальной школы – это физическая культура. И нам надо сделать так, чтобы он оставался таковым не только до выпускного класса, но и был постоянным спутником в их взрослой жизни.

       Уроки физической культуры должны являться фундаментом всей внеклассной работы. Ведь на уроках дети получают первые знания. Здесь у них формируются первые умения и навыки. А уже закрепить и совершенствовать  их ребенок может в спортивных секциях, соревнованиях, спортивных праздниках, днях здоровья, военно-спортивных играх, и конкурсах.

       Учащиеся нашей школы, независимо от их физических данных и способностей могут заниматься в спортивных секциях по волейболу. Здесь они не только овладевают тонкостями мастерства данного вида. ***Главное, что здесь формируется их характер,*** целеустремленность, сила воли, такие нравственные качества, как честность, порядочность. Здесь они приобретают навыки здорового образа жизни, учатся добиваться поставленной цели.

      Уже за первое полугодие нами проведен ряд школьных соревнований и спортивный праздник, наши ребята приняли участие в ряде соревнований районного масштаба.

       За свою практику я убедился, что те дети, которые тренировались и воспитывались в спортивных секциях, легче находят ***свое место в жизни.***

        Конечно, высокие результаты – это хорошо, но самое главное, что система организации всех форм занятий физическими упражнениями вырабатывает ***привычку систематически заниматься*** физическими упражнениями, что естественно формирует навыки здорового образа жизни.

       Резюмируя свое небольшое выступление, хочу сделать выводы и обозначить те моменты, которые по нашему мнению должны способствовать поднятию авторитета нашего предмета.

***Что мы можем и должны сделать***

 I. Для развития оздоровительной работы предлагаем:

         проводить «Дни здоровья» не реже 1 раза в четверть,

         ежемесячно менять комплекс упражнений утренней гимнастики,

         ввести в практику проведение активных перемен у младших классов,

         проводить уроки здоровья,

II. Для пропаганды ЗОЖ

         проводить классные часы на тему о ЗОЖ (каждую четверть);

         провести школьную викторину о ЗОЖ (2-5 классы);

         провести конкурсы: «Самый здоровый класс», «Лучший спортсмен школы»;

 III. Как избежать травматизма

         улучшить организацию проведения урока;

         в начале каждой четверти проводить инструктаж по технике безопасности того раздела, по которому предстоит обучение, взять за правило; перед каждым уроком напоминать детям о Т.Б. выполнения упражнений;

         более тщательно организовывать страховку и самостраховку при выполнении упражнений на снарядах, в спортивном зале, стадионе;

         постоянно контролировать дисциплину на уроке.