1. **Сведения об авторе**

**ФИО:** Осин Геннадий Иванович

**Образование:** высшее

**Название учебного заведения:** МГПИ им.М.Е.Евсевьева

**Специальность:** учитель физической культуры

**Место работы:** МБОУ Атяшевского муниципального района «Поселковская средняя школа №1»

**Должность:** учитель физической культуры

**Педагогический стаж работы:** 27 лет

**Категория:** первая, 2013

**Курсы повышения квалификации:** Образолвательные тренды в преподавании физической культуры и ОБЖ в формате нового образовательного стандарта, 27 сентября 2017г.

**Личные достижения:** Благодарность Главы Республики Мордовия, 2010г.

Почетная Грамота Правительства Республики Мордовия, 2012г., Грамота за большой вклад в развитие кадетского движения Республики Мордовия,2014г., Почетная грамота Министерства образования и науки Российской Федерации, 2015г., Благодарственное письмо за подготовку и проведение выборов от Главы Республики Мордовия , 2016г., Благодарность Главы Атяшевского муниципального района,2017г.

**Результаты учебных достижений учащихся**

2014-2015 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Предмет | Качество обученности | Уровень обученности | Средний балл |
| 6а | физкультура | 88 | 100 | 4,4 |
| 6б | физкультура | 91 | 100 | 4,5 |
| 7б | физкультура | 93 | 100 | 4,6 |
| 10б | физкультура | 95 | 100 | 4,7 |
| 11а | физкультура | 96 | 100 | 4,8 |
| 11б | физкультура | 94 | 100 | 4,5 |

2015-2016 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Предмет | Качество обученности | Уровень обученности | Средний балл |
| 5б | физкультура | 89 | 100 | 4,4 |
| 7а | физкультура | 91 | 100 | 4,5 |
| 7б | физкультура | 92 | 100 | 4,6 |
| 8б | физкультура | 91 | 100 | 4,5 |
| 9б | физкультура | 89 | 100 | 4,4 |
| 10б | физкультура | 94 | 100 | 4,6 |

2016-2017 учебный год

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Предмет | Качество обученности | Уровень обученности | Средний балл |
| 6б | физкультура | 90 | 100 | 4,5 |
| 8а | физкультура | 92 | 100 | 4,6 |
| 8б | физкультура | 89 | 100 | 4,4 |
| 9б | физкультура | 93 | 100 | 4,6 |
| 10б | физкультура | 88 | 100 | 4,4 |
| 11б | физкультура | 91 | 100 | 4,5 |

**Достижения учащихся**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | Внеурочная деятельность | Участник | Уровень | Результат |
| 2014-2015 | Президентские состязания | Слугина Наталья | муниципальный | 2 место |
| 2014-2015 | Мини-футбол в школу | Голубев Алексей | республиканский | 1 место |
| 2014-2015 | Районные соревнования по легкой атлетике на дистанции 800 метров в честь открытия летнего спортивного сезона | Ивашкин Артем | муниципальный | 2 место |
| 2015-2016 | Зимний фестиваль ВФСК ГТО | Слугина Наталья | муниципальный | 2 место |
| 2015-2016 | «Веселые старты» в рамках акции «Спорт вместо наркотиков» | Кудашкина Юлия | муниципальный | 2 место |
| 2015-2016 | Районные соревнования по бегу в честь открытия спортивного сезона | Голубев Алексей | муниципальный | 2 место |
| 2015-2016 | Районные соревнования по легкой атлетике в честь Дня физкультурника | Гребнев Стас | муниципальный | 1 место |
| 2015-2016 | Республиканские соревнования по бегу в памяти ветерана педагогического труда и спорта Е.Д.Ишуткина | Голубев Алексей | республиканский | 3 место |
| 2015-2016 | Республиканские соревнования по лыжным гонкам на 3 км. памяти Железнова И.П. | Голышева Ксения | республиканский | 3 место |
| 2016-2017 | Районные личные соревнования по легкой атлетике | Голубев Алексей | муниципальный | 1 место |
| 2016-2017 | Районные соревнования по лыжным гонкам в честь закрытия лыжного сезона | Ивашкин Артем | муниципальный | 2 место |
| 2016-2017 | Республиканские соревнования по лыжным гонкам на 10 км. памяти Железнова И.П. | Голубев Алексей | республиканский | 2 место |
| 2016-2017 | Районные соревнования по лыжным гонкам в честь закрытия лыжного сезона | Голубев Алексей | муниципальный | 3 место |
| 2016-2017 | Районные соревнования по легкой атлетике в честь открытия спортивного сезона | Голубев Алексей | муниципальный | 3 место |
| 2016-2017 | Районные соревнования по лыжным гонкам памяти воина-интернационалиста А.М.Живаева | Голышева Ксения | муниципальный | 2 место |
| 2016-2017 | Зональный этап республиканской спартакиады «Старты надежд» | Гребнев Стас | республиканский | 1 место |
| 2016-2017 | Районные соревнования по лыжным гонкам на дистанции 2 км. | Ивашкин Артем | республиканский | 2 место |

**Актуальность и перспективность опыта**

Актуальность проблемы, над которой я работаю, обусловлена тем, что в наше время трудно встретить абсолютно здорового ребенка. Интенсивность учебного труда обучающихся очень высокая, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни, накопление отрицательных эмоций.

Здоровье для человека является единственной ценностью. Здоровье влияет на все сферы человеческой деятельности, способствует полноценному включению человека в социальную реальность. Физические упражнения позволяют повышать физическую подготовленность и способствуют укреплению здоровья обучающихся.

Всего этого можно добиться только на основе взаимосвязи урочных форм занятий с внеклассными. На уроках физической культуры следует отводить время для воспитания физических качеств.

Главная цель физического воспитания - содействие всестороннему развитию личности, укрепление и сохранение здоровья, ведущих здоровый образ жизни, готовых к трудовой деятельности.

Здоровье - это не только отсутствие болезни и положительного духовного состояния, но и ведение здорового образа жизни. Существует ряд факторов, которые определяют здоровый образ жизни, это прежде всего, физическая культура, активный труд и отдых; отказ от вредных привычек.

Перспективность моего опыта это, новый подход к уроку физической культуры, базирующегося на формирование у учащихся здорового образа жизни, воспитывать культуру быть здоровым. Для этого организуются занятия со здоровьесберегающей направленностью.

**Концептуальность опыта**

Считаю задачей создание оптимальных условий для гармоничного развития каждого ученика. Актуальна проблема сохранения и укрепления здоровья школьников, Воспитание направленности на здоровый образ жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры в школе решает следующие задачи:

- формирование гармонично развитой личности посредством воспитания бережного отношения к здоровью, к регулярным занятиям физическими упражнениями;

- обучение жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам;

- развитие двигательных качеств;

- воспитание потребности в здоровом образе жизни, нравственных и волевых качеств;

- создание условий, развитию физических и духовных способностей.

Применение данной технологии помогает организовать деятельность обучающихся по формированию здорового образа жизни. Я учу детей сохранять свое здоровье, ценить свою жизнь и жизнь окружающих людей. Считаю, что пропаганда здорового образа жизни человека должна быть в основе обучения подрастающего поколения. Используя на уроках компьютерные технологии, провожу теоретические уроки. Дети выполняют упражнения, видя, как это выполняют мастера. Таким образом, творческий подход позволяет максимально эффективно использовать в работе богатый инструментарий, представляемый современными технологиями.

На уроке каждый ученик должен иметь возможность активно заниматься, овладевать знаниями и умениями в области физической культуры.

**Теоретическая база опыта**

Теоретическое обоснование представленного опыта можно найти в трудах Н.К.Смирнова, основное содержание понятия «здоровье-сберегающая образовательная технология». В основе опыта лежит «Комплексная программа физического воспитания 1-11 класс» авторов: доктора педагогических наук В.И. Ляха и кандидата педагогических наук А.А. Зданевича.

**Здоровьесберегающие технологии в школе**

Одной из задач, является подготовка педагогов к работе по внедрению здоровьесберегающих технологий в школе. Здоровьесберегающие образовательные технологии - это известные педагогам психолого-педагогические приемы и методы, которые не наносят вреда здоровью. Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать основным направлением в деятельности каждого образовательного учреждения для детей школьного возраста.

В.И. Ковалько утверждает что, успех работы по реализации здоровьесберегающих технологий зависит от разных составляющих:

-активного участия в этом процессе самих учащихся;

-создание здоровьесберегающей среды;

-высокой профессиональной компетентности и грамотности педагогов;

-планомерной работы с родителями;

-тесного взаимодействия с социально-культурной сферой.

Весь процесс обучения в условиях здоровьесберегающей педагогики включает в себя три этапа, которые отличаются друг от друга как задачами, так и особенностями методики.

**Первый.** Этап начального ознакомления с основными понятиями и представлениями.

Цель - сформировать у ученика основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Основные задачи:

1.Создать представление об элементарных правилах здоровьесбережения.

2.Иметь представления об основных понятиях здорового образа жизни.

3.Добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

**Второй**. Этап углубленного изучения.

Цель - сформировать полноценное понимание основ здорового образа жизни.

Основные задачи:

1. Закрепить представление об элементарных правилах здоровьесбережения.
2. Добиться сознательного выполнения простых правил здоровьесбережения.
3. Формирование необходимых знаний, умений, навыков.

**Третий**. Этап закрепления знаний, умений и навыков по здоровьесбережению и дальнейшего их совершенствования.

Цель-умение перевести в навык.

Основные задачи:

1.Добиться стабильности выполнения правил здоровьесбережения.

2.Добиться выполнения правил здоровьесбережения с требованиями их практического использования.

3.Обеспечить вариативное использование правил здорового образа жизни в зависимости от конкретных практических обстоятельств.

Физическая культура является учебным предметом, предусмотренным учебным планом во всех классах общеобразовательной школы. Содержание предмета регламентируется государственной программой, а практическая реализация осуществляется на уроках физической культуры. Таким образом, посещение уроков является обязательным для всех учащихся школы. В зависимости от состояния здоровья и уровня физического развития учащиеся делятся на три группы. На уроках физической культуры в школе я создаю условия для решения всех задач физического воспитания. Уроки в значительной мере определяют содержание других форм физического воспитания. Все эти обстоятельства и выводят урок в ранг основной формы физического воспитания школьников.

Уроки физической культуры планирую в условиях 3-х часовой нагрузки в неделю. В своей работе внимания уделяю развитию практических умений и навыков, разъясняю важность регулярных занятий физическими упражнениями. Чтобы увеличить эффективность урока, ориентируюсь на личный подход к обучающимся, на создание ситуации, в которой обучающиеся нацелены на решение поставленных задач.

В процессе преподавания физической культуры стараюсь побуждать у учащихся самостоятельность в решении поставленных задач, умело опираясь на ранее изученный материал программы. На уроках уделяю внимания индивидуальной работе с учениками, использую имеющуюся спортивную базу школы.

**Педагогическая идея**

Основной целью педагогической идеи является создание условий для физического развития, сохранения и укрепления здоровья школьников.

Основной задачей учебной деятельности является:

1.Комплексная реализация базовых компонентов программы.

2.Решение основных задач физического воспитания на каждом этапе обучения.

При отборе содержания руководствуюсь комплексной программой по физическому воспитанию.

Моя задача заключается в реализации базовых компонентов программы. Планируя учебный материал, опираюсь на следующим:

-учебный материал, должен соответствовать требованиям программы, целям и задачам урока и ориентирован на конечный результат;

- за основу беру базовый уровень содержания образования, но в тоже время каждому ученику предоставляется возможность выбора содержания деятельности на уроке, исходя из уровня физической подготовленности его двигательных способностей и состояния здоровья;

-обязательно планирую учебный материал.

**Средства и методы**

Для достижения целей здоровьесберегающих технологий применяю следующее:

-гигиенические факторы;

-оздоровительные силы природы;

-средства двигательной направленности.

**Результативность опыта**

Анализируя результаты опыта, отмечаю, что внедрение системы работы по здоровьесберегающим образовательным технологиям позволило:

Повысить успеваемость по предмету.

Сохранить динамику роста физической подготовленности учащихся.

Стимулировать интерес учащихся к занятиям физической культурой и соблюдению здорового образа жизни.

Здоровьесберегающие технологии, должны быть функциональной необходимостью и использоваться в процессе оздоровления школьников, на уроках физической культуры.