

ПРАКТИКА

ШКОЛЬНОГО
ВОСПИТАНИЯ

№ 1 (106)
2018



Тема номера

Физическое воспитание и Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО

ПРАКТИКА № 1 (106) ШКОЛЬНОГО ВОСПИТАНИЯ 2018

В номере

16+

АКТУАЛЬНАЯ ТЕМА

Е. Н. Фомичева, А. В. Фомичев. Реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях Нижегородской области 2

ШИРЕ КРУГ

В. П. Радченко, И. В. Горячкина. Возрождение ВФСК «Готов к труду и обороне» в Сормовском районе: первые итоги 9

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ

В. А. Воронцов. Физическое воспитание студентов техникума в условиях внедрения и реализации комплекса ГТО 16

Е. В. Хлыбова. Сетевое взаимодействие спортивной школы с дошкольными образовательными организациями 20

М. А. Яковлева, Е. В. Полухова, С. А. Кузнецова. Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОО в ходе внедрения программы «Разговор о здоровье: начало» 24

Л. А. Киреева, Е. А. Ротанова. Система работы по физическому воспитанию обучающихся начальных классов 29

МЕТОДИЧЕСКАЯ ПОДСКАЗКА

С. П. Курзаков. Нормативы по физической культуре в начальной школе 33

ПРОГРАММА — ПРОЕКТ — РЕЗУЛЬТАТ

Н. Ю. Лашков. «Большие лицейские игры»: Методическая разработка проекта по физической культуре 41

В. А. Оринчук, А. Н. Оринчук. «Мы — будущие рекордсмены»: Школьный чемпионат по малым формам физической культуры 46

А. В. Калеев. «Готов к труду и обороне»: Проект реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в школе 51

Т. Л. Замыслова. «ГТО — путь к успеху!»: О реализации проекта по подготовке обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО 58

Т. Н. Пронькина, Л. М. Почивалова. «Я готовлюсь к ГТО. Это делать мне легко»: О реализации практико-ориентированного проекта 62

С. А. Мигунова. «ГТО — путь к здоровью и спортивным успехам»: Проект реализации комплекса ГТО в условиях спортивной школы 67

С. Г. Напеев, Р. В. Ивлев. «К вершинам ВФСК ГТО»: Реализация проекта по внедрению комплекса ГТО в систему работы техникума 72

КАЛЕЙДОСКОП ТВОРЧЕСКИХ ИДЕЙ

Р. А. Котоменков. «Веселые старты»: Сценарий спортивного мероприятия 77

С. Г. Ильина. «Олимпийский день ГТО»: Сценарий спортивного праздника 81

Н. Н. Логинова. «Всей семьей в страну Олимпию»: Сценарий семейного спортивного праздника 85

УРА! КАНИКУЛЫ

Ю. В. Каракулькина. «Лето. Дети. Спорт»: Методическая разработка туристско-спортивных соревнований 90

К 100-ЛЕТИЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В РОССИИ

Г. Н. Дождикова. Дополнительное образование: историческая ретроспектива развития 94

КАЛЕНДАРЬ СОБЫТИЙ ВАЖНЫХ

Н. В. Корнева. Нижегородское детское речное пароходство — центр парусной жизни России 100

Н. С. Нурждина. За детство счастливые наше спасибо! 105

ЧИТАЛЬНЫЙ ЗАЛ

Е. В. Шадрина. Физическое воспитание и Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО: Библиографический материал 108

Журнал зарегистрирован Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Нижегородской области.

Регистрационное свидетельство ПИ № ТУ 52-0361 от 28 сентября 2010 г.

Издается при поддержке Министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области.

Выходит 4 раза в год.

Учредитель и издатель — Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного профессионального образования «Нижегородский институт развития образования»

Главный редактор

Е. Л. Родионова, заместитель министра образования, науки и молодежной политики Нижегородской области

Редакционная коллегия

*В. В. Горбачева
Н. В. Краснова
И. А. Лебедева
Г. А. Максимова
Г. Ю. Охотникова
Ф. В. Повshedная
Р. И. Удалова
Т. М. Уланова
С. А. Фадеева
Л. В. Шмонина
Н. Ю. Яшина*

Ответственный секретарь

О. С. Малькова

Редактор

А. Л. Чипинская

Корректор

В. А. Буренкова

Компьютерная верстка

О. Н. Барабаш

Компьютерный набор

М. В. Семикова

Макет

О. В. Кондрашина

Художники обложки

П. Б. Халтурин

О. В. Кондрашина

Адрес редакции, издателя, типографии

603122, Нижний Новгород,
ул. Ванеева, д. 203

Тел./факс: (831) 468-08-03

Сайт: www.niro.nnov.ru

E-mail: pshv1995@niro.nnov.ru

Все права защищены. Использование и перепечатка материалов, опубликованных в журнале, допускаются только с разрешения редакции, ссылка на журнал «Практика школьного воспитания» обязательна.

© ГБОУ ДПО «Нижегородский институт развития образования», 2018

Реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в образовательных организациях Нижегородской области



*Е. Н. ФОМИЧЕВА,
канд. пед. наук,
заведующая
кафедрой
теории и методики
физического
воспитания и ОБЖ
ГБОУ ДПО НИРО*

*Ф*изическая культура, являясь частью общей культуры человека и общества, напрямую связана с социальным запросом государства, и уровень ее развития определяет уровень жизнеспособности людей.

Улучшение социально-экономического положения страны в последнее десятилетие положительно сказалось на преодолении негативных тенденций в сфере физической культуры. Концепцией долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года определена важная роль физической культуры и спорта в развитии человеческого потенциала России.

Вместе с тем уровень развития физической культуры и спорта в стране в целом не соответствует задачам, которые решаются обществом по социально-экономическому преобразованию страны, улучшению здоровья и воспитанию подрастающего поколения. В этой связи возникает необходимость поиска стратегии и механизмов развития физической культуры и спорта, привлечения населения к ведению здорового образа жизни, формирования физической культуры личности и, как следствие, улучшения здоровья нации.

С учетом данных обстоятельств Правительством Российской Федерации разработан и утвержден для реализации ряд документов:

- ◆ Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года;

- ◆ Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016—2020 годы»;

- ◆ Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) и др.

В соответствии с Указом Президента России Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс (ВФСК) «Готов

к труду и обороне» призван стать программно-нормативной основой системы физического воспитания для различных групп населения [1; 2]. Одним из стратегических целевых ориентиров ВФСК ГТО является модернизация системы физического воспитания и системы развития спорта в образовательных организациях [3]. Важное место в плане внедрения ВФСК ГТО отводится процессу интеграции комплекса в систему образования. Комплекс ГТО включает 11 возрастных ступеней, шесть из них предназначаются для обучающихся организаций разных уровней образования.

На основании распоряжения правительства Нижегородской области от 16 июля 2014 года № 1284-р «Об утверждении плана мероприятий поэтапного введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Нижегородской области», приказа Министерства образования Нижегородской области № 925 от 26.03.2015 г. «Об утверждении комплекса мер по реализации плана поэтапного введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Нижегородской области» актуализируется деятельность образовательных организаций региона по введению и реализации ВФСК ГТО, а также дальнейшему достижению устойчивого и динамичного развития физической культуры и спорта.

В процессе освоения учебного предмета «Физическая культура» формируется система знаний обучающихся о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт проведения самостоятельных занятий физической культурой для организации учебной, досуговой, спортивной деятельности, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.

Однако, на наш взгляд, при внедрении и реализации комплекса ГТО педагогическим коллективам необходимо сделать акцент в своей работе не только на учебный процесс подготовки учащихся к выполнению нормативов, но и на формирование физической культуры личности через осуществление различных направлений системы деятельности школы (духовно-нравственного, патриотического, туристско-краеведческого).

В целях научно-методического сопровождения процесса внедрения и реализации ВФСК ГТО в образовательных организациях Нижегородской области Нижегородским институтом развития образования были поставлены следующие задачи:

◆ способствовать формированию необходимого и достаточного уровня готовности педагогов к реализации деятельности по подготовке учащихся к сдаче норм комплекса ГТО;



*А. В. ФОМИЧЕВ,
канд. пед. наук,
доцент кафедры
теории и методики
физического
воспитания и ОБЖ
ГБОУ ДПО НИРО*

◆ разработать программное и методическое обеспечение курсов повышения квалификации специалистов физической культуры в контексте задач по реализации ВФСК ГТО в образовательных организациях;

◆ способствовать внедрению инновационных образовательных технологий, в том числе ИКТ, в практику деятельности образовательных организаций по подготовке обучающихся к сдаче норм комплекса ГТО, формированию интереса к регулярным занятиям физической культурой.

Система работы ГБОУ ДПО НИРО в рамках поставленных задач включила организационно-методическое, научно-исследовательское, информационно-просветительское направления, межведомственное и сетевое взаимодействие.

По данным направлениям был составлен комплекс мероприятий, реализуемый с 2014 года кафедрой теории и методики физического воспитания и ОБЖ совместно с учебным, научно-исследовательским, редакционным отделами, информационно-методическим центром мониторинга и статистики в образовании и другими структурными подразделениями Нижегородского института развития образования. Данный комплекс представлен в таблице.

**Комплекс мероприятий ГБОУ ДПО НИРО
по внедрению и реализации ВФСК ГТО
в образовательных организациях Нижегородской области**

№ п/п	Основные мероприятия	Сроки реализации	Результаты деятельности
1. Организационно-методическое направление			
1.1	Участие НИРО в разработке нормативных документов регионального уровня по реализации плана мероприятий поэтапного введения ВФСК ГТО в Нижегородской области	2014, 2015, 2018 годы	Разработка и утверждение нормативных документов в рамках мероприятий поэтапного введения ВФСК ГТО в Нижегородской области
1.2	Разработка и апробация дополнительных профессиональных программ, учебных модулей, разделов в связи с внедрением ВФСК ГТО в ОО	Ежегодно в условиях курсов повышения квалификации	Разработаны и реализуются учебные разделы, модули, программы для педагогов физической культуры (далее ФК), других специалистов
1.3	Организация и проведение тематических совещаний, семинаров, вебинаров, круглых столов для специалистов системы образования по вопросам внедрения и реализации комплекса ГТО, подготовки обучающихся к сдаче норм ГТО	Ежегодно	Организованы и проведены областные совещания, вебинары, круглые столы

№ п/п	Основные мероприятия	Сроки реализации	Результаты деятельности
1.4	Организация и проведение практических занятий на стажерских площадках для учителей и преподавателей ФК в условиях курсов ПК	Ежегодно	Проведены практические занятия на стажерской площадке в МАОУ «Школа № 118 с углубленным изучением отдельных предметов», на базе ГБПОУ «Нижегородский Губернский колледж»
2. Научно-исследовательское направление			
2.1	Организация и проведение краткосрочных исследований по изучению готовности педагогов ФК, руководителей РМО учителей ФК, образовательных организаций к реализации данного вида деятельности	По плану научно-исследовательской деятельности НИРО, кафедры	Проанализирована мера готовности педагогов ОО к процессу внедрения и реализации ВФСК ГТО; проанализированы проблемы, связанные с организационно-содержательным обеспечением внедрения комплекса ГТО в ОО
2.2	Создание инновационных площадок по теме внедрения и реализации ВФСК ГТО в образовательных организациях в рамках общекафедральной научной темы	По плану инновационной деятельности НИРО, кафедры	Открыты инновационные площадки по вопросам теоретической подготовки учащихся в соответствии с требованиями комплекса ГТО с использованием ИКТ; модели школьного физкультурно-спортивного клуба для подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО; организационно-содержательного обеспечения системы физического воспитания в условиях комплекса ГТО
2.3	Организация и проведение методических семинаров, научно-практических конференций с включением вопросов реализации комплекса ГТО	Ежегодно	Проведены региональные семинары, региональная научно-практическая и всероссийская конференции по организационно-содержательному обеспечению физкультурно-спортивной деятельности ОО в современных условиях
2.4	Разработка методических материалов по вопросам подготовки учащихся к выполнению нормативов ВФСК ГТО; использования ИКТ-технологий в условиях внедрения и реализации ВФСК ГТО	В соответствии с планом научной деятельности кафедры, НИРО	Изданы методические пособия, методические рекомендации по вопросам подготовки обучающихся к сдаче норм ГТО
2.5	Разработка научно-методических материалов в рамках осуществления инновационной деятельности и подготовка их к публикации в научно-практических журналах, сборниках конференций, научно-методических журналах	В соответствии с планом научной деятельности кафедры, НИРО	В сборниках конференций и научных журналах опубликованы статьи об особенностях внедрения и реализации ВФСК ГТО; готовности специалистов к данной деятельности; содержательному обеспечению модели школьного спортивного клуба

№ п/п	Ольгинские мероприятия	Сроки реализации	Результаты деятельности
3. Информационно-просветительское направление			
3.1	Выявление затруднений учителей, связанных с внедрением и реализацией комплекса ГТО	Постоянно	Осуществление консультационной поддержки педагогов ФК
3.2	Участие преподавателей кафедры в конференциях различного уровня	Ежегодно	Представление тематических сообщений по ГТО в рамках проведения конференций
3.3	Выявление и обобщение передового педагогического опыта по данному направлению работы	Ежегодно	Размещение на странице кафедры НИРО лучших аттестационных работ по теме ГТО; методических разработок
3.4	Размещение информации о деятельности кафедры, связанной с реализацией комплекса ГТО: ♦ на странице кафедры сайта НИРО www.niro.nnov.ru/ ; ♦ в журнале «Практика школьного воспитания»; ♦ в газете «Школа»	Ежегодно	Размещение статей в журнале «Практика школьного воспитания» и газете «Школа»; отчетов о проведении мероприятий НИРО, презентаций педагогов, методических разработок на странице кафедры сайта НИРО
4. Межведомственное и сетевое взаимодействие			
4.1	Согласование действий при формировании писем на запросы Министерства образования и науки РФ, министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области, Министерства спорта РФ, министерства спорта Нижегородской области по тематике, связанной с реализацией ВФСК ГТО в регионе	Постоянно	Формирование информационных писем по запросам Министерства образования и науки РФ, министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области, Министерства спорта РФ, министерства спорта Нижегородской области по тематике, связанной с реализацией ВФСК ГТО в регионе
4.2	Организация и проведение совещаний, методических семинаров, конференций совместно с министерством спорта, министерством здравоохранения Нижегородской области, региональным Центром тестирования, ГБУ ДО ДЮЦ Нижегородской области «Олимпиец», Нижегородским областным врачебно-физкультурным диспансером	В соответствии с планом работы кафедры, НИРО	Участие в совещании министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области по внедрению и реализации ВФСК ГТО в ОО области; селекторном совещании Министерства образования и науки РФ. Организация и проведение областного совещания, вебинара, Всероссийской научно-практической конференции

Предполагается, что представленная в таблице система работы НИРО по данному виду деятельности сможет помочь педагогам не только в разработке инновационных моделей, технологий, методик, но и в создании физкультур-

но-развивающей среды в целом для формирования представления обучающихся о возможностях физической культуры как средства укрепления здоровья, развития поведенческих установок, умения ориентироваться в окружающей действительности.

Следует отметить, что в настоящее время в Нижегородской области в условиях внедрения и реализации ВФСК ГТО педагогами школ и организаций среднего профессионального образования проводится большая работа по созданию условий для вовлечения детей и молодежи в регулярные занятия физической культурой и спортом как в процессе учебной деятельности, так и во внеурочное время. Во многих образовательных организациях реализуются программы внеурочной деятельности физкультурной и спортивной направленности, работают спортивные секции и кружки по различным видам спорта, разрабатываются системы физкультурно-оздоровительной деятельности, создаются школьные и студенческие спортивные клубы, развиваются партнерские отношения с дополнительными образовательными организациями (ДЮСШ, детские клубы, центры и т. д.), внедряются новые физкультурно-оздоровительные технологии, используются нестандартные оборудование и формы организации и проведения занятий.



Вместе с тем, несмотря на значительную работу педагогов в этом направлении, остаются нерешенными многие проблемные вопросы. Среди них можно выделить следующие:

- ◆ отсутствие возможности качественно проводить учебные занятия по физической культуре по причине недостаточно развитой физкультурно-спортивной инфраструктуры некоторых образовательных организаций (занятия с обучающимися в спортивном зале иногда проводятся одновременно с двумя—тремя классами школьников разных возрастных ступеней);

- ◆ необходимость системного медицинского сопровождения учебных занятий, внеурочной деятельности, в том числе в процессе выполнения испытаний по комплексу ГТО;

- ◆ отсутствие дифференцированного подхода к процессу обучения школьников с учетом групп здоровья; детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

- ◆ недостаточность организационно-управленческого, организационно-методического сопровождения актуальных направлений образовательной деятельности в рамках межведомственного взаимодействия, в частности по реализации деятельности, связанной с внедрением ВФСК ГТО в образовательных организациях Нижегородской области;

- ◆ слабые меры (или отсутствие) материального стимулирования педагогов за выполнение дополнительных функ-

ций при реализации ВФСК ГТО в образовательных организациях.

Для решения указанных проблем необходимо приложить значительные усилия специалистам на всех уровнях структуры управления системой физического воспитания. Стоит вспомнить прекрасные слова великого педагога К. Д. Ушинского, которые и сегодня не потеряли своего уникального значения: «В деле обучения и воспитания, во всем школьном деле ничего нельзя улучшить, минуя голову учителя». Именно учитель является ключевой фигурой педагогической деятельности и играет ведущую роль в гармоничном и всестороннем развитии личности каждого ребенка, его успешной социализации в обществе.


ЛИТЕРАТУРА

1. Постановление Правительства РФ от 11.06.2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)».

2. Приказ Министерства спорта РФ от 11 июня 2014 г. № 471 «Об утверждении государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)».

3. Распоряжение Правительства Нижегородской области от 16 июля 2014 г. № 1284-р «Об утверждении плана мероприятий поэтапного введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) в Нижегородской области».

4. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)».

5. Фомичева, Е. Н. Возможности внедрения и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в образовательных организациях / Е. Н. Фомичева, А. В. Фомичев // Физическая культура в школе. — 2015. — № 8. — С. 51—55. 

Уважаемые читатели!

Журнал «Практика школьного воспитания» издается Нижегородским институтом развития образования при поддержке Министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области с 1995 года. Выходит 4 раза в год.

Редакция предлагает вам посетить сайт Нижегородского института развития образования www.niro.nnov.ru и, перейдя по ссылке «Подразделения» («Редакционный отдел», далее «Структура отдела» и «Редакция журнала "Практика школьного воспитания"»), познакомиться с рубриками журнала, составом редакционной коллегии, требованиями к статьям.

Возрождение ВФСК «Готов к труду и обороне» в Сормовском районе: первые итоги

ГТО — эти буквы аббревиатуры Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) для одного поколения знакомы и привычны, для другого — новы, но уже тоже близки и значимы.

Система комплекса ГТО была принята в 1931 году и просуществовала до начала 1990-х годов. С распадом Советского Союза сдавать нормативы комплекса стало не актуально. О его существовании стали говорить как об историческом факте прошлого, однако на очередном витке исторического процесса о нем заговорили снова.

24 марта 2014 года Президент Российской Федерации В. В. Путин подписал Указ № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)».

Всего третий год в постсоветской России реализуется комплекс ВФСК ГТО, и вроде бы еще рано говорить о каких-то успехах и достижениях, но в Сормовском районе они уже есть!

С февраля 2016 года по декабрь 2017-го к выполнению нормативов комплекса ГТО приступили 980 учащихся всех общеобразовательных организаций района. С 1 января 2017 года к юным сормовичам присоединились и педагогические работники. За это время 203 учащихся и педагогов выполнили нормативы на золотой знак отличия, 120 — на серебряный, 42 — на бронзовый. 5 октября 2017 года на районном празднике, посвященном Международному Дню учителя, 19 педагогам Сормовского района были вручены золотые знаки отличия ВФСК ГТО.

В приведенной на с. 16 диаграмме представлены данные по участникам ГТО и полученным знакам отличия за период возрождения комплекса ГТО на территории Сормовского района.

Если в первом полугодии 2016 года нормативы ГТО сдавали только выпускники, то сейчас среди участников ГТО можно увидеть представителей всех ступеней — от дошкольников и первоклассников первой ступени до педаго-

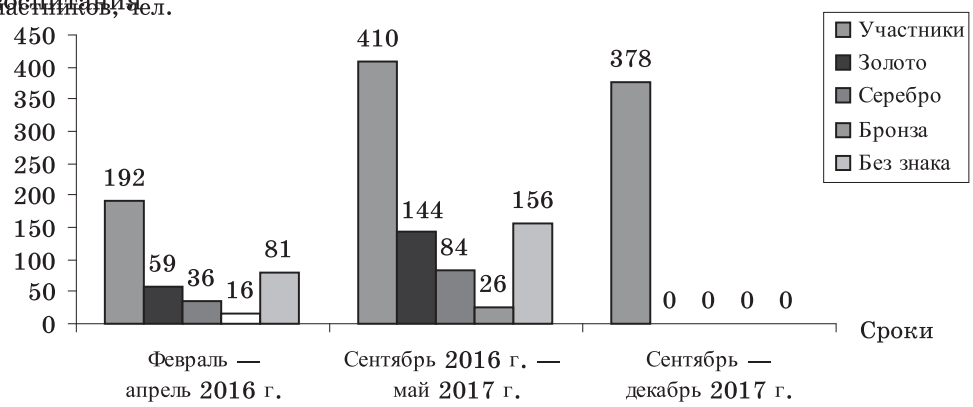


*В. П. РАДЧЕНКО,
начальник
управления
образования
администрации
Сормовского района
Н. Новгорода*



*И. В. ГОРЯЧКИНА,
руководитель
Методической
службы
Сормовского района
Н. Новгорода*

Количество участников ВФСК ГТО, получивших знаки отличия



гов десятой ступени, продолжающих трудовую деятельность в системе образования Сормовского района.

В соответствии с пунктами 2, 3 плана мероприятий по поэтапному внедрению ВФСК ГТО министерство спорта Нижегородской области при участии министерства образования, науки и молодежной политики Нижегородской области проводят зимний и летний фестивали ВФСК «Готов к труду и обороне». К участию в этих мероприятиях активно подключились и жители Сормовского района. Согласно положению в них могут принять участие сборные команды центров тестирования ГТО. В соответствии с постановлением администрации Нижнего Новгорода в 2016 году в городе были созданы два центра тестирования: «Заречье», к которому относились Канавинский, Ленинский, Московский, Сормовский районы, и «Северная Звезда» — Автозаводский, Нижегородский, Приокский, Советский районы нашего города. С августа 2017 года действуют четыре центра тестирования: «Заречье», «Северная Звезда», «Юность», «Радий». Сборная команда центра тестирования «Заречье» в зимнем и летнем фестивалях ГТО была представлена исключительно сормовичами.

Попасть в сборную команды было непросто: среди участников ГТО проходил строгий отбор к соревнованиям по зимнему и летнему многоборью согласно программам фестивалей.

В ходе упорной борьбы на первом зимнем Нижегородском фестивале ВФСК ГТО среди обучающихся общеобразовательных организаций команда Сормовского района заняла 1-е место. Первый успех сменился небольшим разочарованием: на первом летнем фестивале ГТО мы заняли только 5-е место. Но уже была поставлена цель: на следующий год не сходить со ступеней пьедестала.

Организационная цель нижегородских фестивалей ГТО, заключающаяся в вовлечении граждан в систематические

занятия физкультурой и спортом, достигнута! Подобрали составы сборных команд, организовали соревнования и тренировки по видам испытаний зимнего, летнего фестивалей, районных этапов фестивалей ГТО, просчитали зачетные очки, определили запасных членов сборных команд, провели работу с родителями и педагогам. И к началу февраля 2017 года уже можно было сказать, что к участию в нижегородских фестивалях ВФСЖ ГТО сормовичи готовы!

С 2017 года к сдаче норм комплекса ГТО смогли приступить все категории населения. К командам обучающихся присоединились команды педагогических работников. Не просто было педагогам, которые с трепетом и упорной настойчивостью решились выступить за честь родного района и доказать, что они мастера не только у школьной доски, а еще сильные, ловкие, смелые и готовы наравне со своими учениками бороться за спортивные победы.

Единение, настойчивость и желание идти к поставленной цели привели нас к победам! По итогам второго зимнего фестиваля команда обучающихся заняла 1-е место, команда педагогических работников — 2-е место. По итогам второго летнего фестиваля и команда обучающихся, и команда педагогических работников заняли вторые места.

Говоря о результатах, хочется назвать имена тех, кто входил в состав сборных команд, кто шел к победам, преодолевая себя. Среди юных непрофессиональных спортсменов это учащиеся школы № 183 Никита Загоруйко, Дмитрий Самылин, Виктория Федорова, Елизавета Долинина, Анна Дорофеева; учащиеся школы № 85 Георгий Штефанов, Дарья Коновалова, Ксения Соловьева, Максим Чижов; ученик школы № 116 Глеб Стрелков; учащиеся школы № 81 Николай Силкин, Никита Токарев, Алина Манякина, а Маргарита Манякина, показав прекраснейшие результаты на летнем нижегородском фестивале ГТО 2017 года, вошла в состав сборной команды Нижегородской области и представляла наш регион на Всероссийском фестивале ГТО в «Артеке».

Среди педагогов это Е. Н. Муреева — учитель русского языка и литературы МАОУ «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 85», С. Ю. Дмитриева — тренер-преподаватель по лыжным гонкам ДЮОЦ «Сормово», В. В. Буслаев — тренер-преподаватель по плаванию ДЮОЦ «Сормово», А. Ф. Семенова — учитель физической культуры МАОУ «Гимназия № 80», С. Н. Марков — педагог дополнительного образования МБУ ДО «Детский (подростковый) центр «Агнес»», В. Е. Суханов — учитель физической культуры МАОУ «Школа № 81», А. Г. Говоров — учитель информатики МБОУ «Школа № 117», И. В. Горячкина —



руководитель Методической службы Сормовского района, Ю. Ю. Прохорова — учитель физической культуры МБОУ «Школа № 77», Н. М. Макаров — учитель физической культуры МАОУ «Школа № 79 им. Н. А. Зайцева».

Заслуги сборных команд — это и заслуги тренеров-педагогов, которые формировали команды, организовывали подготовку каждого участника и были рядом в ходе соревнований: Е. А. Важдаевой (МАОУ «Школа № 81»), С. Г. Ильиной и Д. И. Пантелеевой (МАОУ «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 183 им. Р. Алексеева»), Н. А. Певницкой (МАОУ «Школа с углубленным изучением отдельных предметов № 85»), А. А. Зеленовой (МБОУ «Школа № 9»).

Успехи сборных команд ГТО не остались незамеченными главой администрации Сормовского района Д. Г. Сивохиным. По итогам зимних и летнего фестивалей ВФСК ГТО 2016 и 2017 годов были организованы встречи с главой района, в ходе которых Дмитрий Геннадьевич благодарил школьников и педагогов за их достижения, вручал медали и грамоты.

Что же позволило за короткий период времени достичь таких хороших результатов? Очевидно, что это итог целенаправленной и организованной работы, результат понимания важности дан-

ного направления среди руководителей общеобразовательных организаций и педагогов.

Нормативно-правовые акты разного уровня по вопросам внедрения ВФСК ГТО регламентируют деятельность местных органов власти, в том числе деятельность управлений образования.

В феврале 2016 года в Сормовском районе назначены ответственные за введение ВФСК ГТО среди представителей управления образования и среди представителей общеобразовательных организаций. В общеобразовательных организациях ответственность за внедрение комплекса ГТО возлагается на заместителя руководителя и учителя физической культуры. Такое сочетание оправдано, так как заместитель руководителя берет на себя функции формирования коллективных заявок, оформления личных карточек участников ГТО, информирования учащихся и их родителей о нормативных документах по ВФСК ГТО, порядке сдачи нормативов, графике прохождения испытаний; учитель физической культуры — работу с учащимися: знакомит их с правилами получения знаков отличия, с нормативами испытаний (тестов), диагностирует учащихся, занимается их спортивной подготовкой для выполнения испытаний, сопровождает учащихся в местах тестирования, отслеживает результаты выполненных испытаний в их личных кабинетах на сайте ГТО.



В каждой школе проводятся классные часы и родительские собрания по вопросам организации сдачи нормативов комплекса ГТО, а информация о ВФСК «Готов к труду и обороне» размещается на информационных стендах и на официальных сайтах школ. Ответственные в общеобразовательных организациях формируют коллективные заявки, которые в установленные сроки передаются в методическую службу района, а затем — в центр тестирования.

Совместно с центром тестирования определяются даты сдачи нормативов комплекса ГТО. В школы направляется график проведения испытаний с указанием времени и места проведения того или иного испытания и ссылкой на электронную форму проекта протокола на платформе Гугл Диск. В проект протокола по видам испытаний ответственные в школах вносят ФИО, ID-номер, номер школы и ступень участника ГТО. Ко дню проведения испытаний проект протокола полностью готов для работы судейских бригад. Это значительно сокращает время заполнения протокола судьями в день сдачи учащимися нормативов.

В день проведения испытаний, после того как участник ГТО выполнил норматив, он подходит к судье и смотрит, как тот проставляет его результат в протоколе и личной карточке. Ее необходимость была обусловлена тем, что по итогам первых месяцев введения ВФСК ГТО многие участники не всегда следили за результатами в личном кабинете на сайте ГТО, забывали, какие испытания (тесты) и на какой знак отличия они выполнили. Преимущество введения личных карточек оценили все: дети, родители, учителя физической культуры. По карточкам всегда видно, что еще нужно сдать или пересдать, если не получилось с первого раза, кого необходимо внести в проект протокола на Гугл Диске на передачу испытаний; учащиеся отслеживают появление своих результатов в личном кабинете на сайте ГТО и всегда имеют возможность сообщить ответственным в школе о каких-либо расхождениях, что дает возможность оперативно устранить ошибки оператора.

Выполнение нормативов проходит на базе центра тестирования или на базе общеобразовательных организаций района. Хочется выразить отдельную благодарность руководителям общеобразовательных организаций, которые принимают на базе своих школ участников ГТО: О. Н. Зудихиной (МАОУ «Школа № 156 им. Б. И. Рябцева»), А. Н. Кнутову (МАОУ «Школа № 81»), М. В. Банниковой (МАОУ «Школа № 79 им. Н. А. Зайцева»), Т. В. Ханьжиной (МБОУ «Школа № 9»), С. А. Хохловой (МБОУ «Школа № 77»).

В состав судейских бригад входят учителя физической культуры школ Сормовского района. Все они прошли кур-



сы повышения квалификации в Москве по теме «Подготовка спортивных судей главной судейской коллегии и судейских бригад физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»».

Труден и нелегок путь к отличительному знаку ГТО, путь к победе в первую очередь над собой. Сдача норматива на золотой знак — радостная улыбка на лице, светящиеся глаза и взрыв эмоций: «У меня получилось!» Однако когда сданы все нормативы, наступает самый трудный момент — ожидание приказа Министерства спорта Российской Федерации «О награждении золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», в котором среди тысячи фамилий каждому участнику ГТО хочется найти свою! А потом не менее волнующий момент — ожидание знака и удостоверения о награждении знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».



По договоренности с центром тестирования все отличительные знаки ВФСК ГТО на участников ГТО, вошедших в приказы о присвоении знаков отличия, передаются по акту приема-передачи в управление образования, а затем (также по акту приема-передачи) из управления образования в общеобразовательные организации. В каждой школе среди нормативных документов, регламентирующих деятельность по ГТО, есть «Книга выдачи отличительных знаков ВФСК ГТО», в которой участники ГТО ставят свои подписи о вручении им удостоверения и отличительного знака ГТО. Вручение знаков всегда проходит в торжественной обстановке на линейках, посвященных окончанию четверти, а выпускники получают свои знаки на выпускных вечерах вместе с аттестатом.

Почему же сдача нормативов комплекса ГТО стала так популярна? Сами участники на этот вопрос отвечают так: «Хочу, чтобы при поступлении в вуз у меня были дополнительные баллы»; «Хочу, чтобы к концу окончания школы у меня было много значков ГТО»; «Когда моя мама училась в школе, у нее было много медалей и грамот. Я тоже хочу иметь знаки заслуг в спорте»; «Знак ГТО — это отличительный знак моего здоровья, бодрости духа и силы. Это отличительный знак моей активной жизненной позиции!»

ЛИТЕРАТУРА

1. Методические рекомендации по организации и выполнению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) // URL: <http://legalacts.ru/>

doc/metodicheskie-rekomendatsii-po-organizatsii-i-vypolneniiu-ispytaniitestov-vserossiiskogo/.

2. План мероприятий поэтапного введения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в Нижегородской области / утв. распоряжением Правительства Нижегородской области от 16 июля 2014 г. № 1284-р.

3. Постановление администрации г. Нижнего Новгорода от 04.08.2017 г. № 3646 «О внесении изменений в постановление администрации города Нижнего Новгорода от 04.04.2016 г. № 807» // URL: <https://admgor.nnov.ru/upload/getODA/depdoc141195.html>.

4. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)» // URL: <https://rg.ru/2014/06/18/gto-dok.html>.

5. Приказ департамента образования г. Нижнего Новгорода от 05.02.2016 № 112 «Об организации и реализации мероприятий Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса “Готов к труду и обороне”» // URL: http://uo-sormovo.narod.ru/index/vfsk_quot_gotov_k_trudu_i_oborone_quot_gto/0-64.

6. Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе “Готов к труду и обороне” (ГТО)» // URL: <https://rg.ru/2014/03/26/gto-dok.html>.



ГАЗЕТА «ШКОЛА» ПРИГЛАШАЕТ К СОТРУДНИЧЕСТВУ

Если вы хотите представить опыт своей работы, рассказать об интересных событиях, происходящих в вашей образовательной организации, поделиться впечатлениями от того или иного мероприятия, участником которого вы стали, или просто предложить коллегам разговор на актуальную тему, то присылайте материалы для публикации на электронную почту: shkola1994@niro.nnov.ru

Требования к статьям: объем — 3,5—4 страницы, набранные в текстовом редакторе Microsoft Word шрифтом Times New Roman, кеглем 14, с междустрочным интервалом 1,5. В статье обязательно должны присутствовать: заголовок (яркий, образный); вводный текст, состоящий из 2—3 предложений, привлекающий внимание читателей; подпись автора с указанием должности и образовательной организации. Все имена и фамилии, встречающиеся в тексте статьи (в том числе имя автора), должны даваться без сокращений. Обязательным является наличие 4—5 четких разноплановых фотографий, иллюстрирующих текст, которые следует прислать отдельными файлами (не вставляя их в текстовый документ).

Дополнительную информацию можно получить по телефонам:

8 (831) 468-08-03, 8-920-251-13-06 — Дарья Сергеевна Суфлиды, редактор

Физическое воспитание студентов техникума в условиях внедрения и реализации комплекса ГТО



*В. А. ВОРОНЦОВ,
преподаватель
физической
культуры
ГБПОУ «Шахунский
агропромышленный
техникум»*

*Т*ема возрождения комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) является исключительно актуальной, потому что содержит нормативную основу физического воспитания студенческой молодежи и является критерием определения уровня физической подготовленности людей всех возрастов.

К сожалению, учебные программы СПО более двадцати лет строились без учета задач и содержания комплекса ГТО. Но в то же время внедрение нового Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в практику профессиональных образовательных организаций потребует не только совершенствования ФГОС среднего профессионального образования и программ по дисциплине «Физическая культура», но и поиска новых форм и методов практической работы.

В этих условиях в ГБПОУ «Шахунский агропромышленный техникум» (ШАПТ) активно используются механизмы управления качеством физического воспитания на основе мониторинга уровня физической подготовленности студентов, возможности внеаудиторной работы, студенческого самоуправления.

Целями внедрения комплекса ГТО в Шахунском техникуме являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничное и всестороннее развитие личности, воспитание патриотизма и гражданственности, улучшение качества жизни молодежи.

В техникуме созданы хорошие условия для формирования у студентов осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями и повышения уровня физической подготовки.

Успешному внедрению комплекса ГТО способствует добротная материально-техническая база: имеются тир на 10 современных винтовок, лыжная база на 50 пар лыж, спортивный клуб физической подготовки «Флекс», работают секции: лыжная, гиревого спорта, туризма, плавания, развиваются партнерские отношения с ФОК «Атлант».

Однако есть ряд факторов, которые затрудняют эту работу: достаточно низкий уровень физической подготовки первокурсников ШАПТ, ухудшение в целом состояния здоровья студенческой молодежи, в том числе 7 % студентов имеют ограничения в занятиях физической культурой по медицинским показаниям; почти 60 % ребят, поступивших в техникум, практически не интересуется спортом. А ведь именно студенты являются передовым отрядом молодежи России, от их физического и психического здоровья, социального благополучия во многом зависит работоспособность будущих специалистов среднего звена.

Эти факты еще раз подтверждают, что комплекс ГТО необходим.

С 2015 года программа физкультурно-спортивной деятельности студентов 1—4-х курсов ШАПТ выстраивается с учетом нормативов комплекса ГТО и выбора специализированной направленности занятий, которая зависит от уровня физической подготовки студентов и выбранной ими профессии.

Организация физического воспитания в ГБПОУ ШАПТ интересна тем, что в процесс физического образования активно вовлекаются студенты через спортивный совет, в который входят руководитель физического воспитания, преподаватель физической культуры, медицинский работник, психолог, физорги групп. Спортивный совет организует и проводит соревнования, тестирование сдачи норм комплекса ГТО, участвует в учебно-исследовательской, экспериментальной работе студентов, в мониторинге уровня их физической подготовленности.

Так, в 2015/2016 учебном году студенты и преподаватели физического воспитания Шахунского агропромышленного техникума проанализировали уровень физической подготовленности поступающих на первый курс для наиболее оптимальной организации процесса физического воспитания в образовательной организации.

Комплекс ГТО имеет две части:

♦ *нормативно-тестирующая* — направлена на оценку знаний в области физической культуры и спорта (общего физкультурного образования), владения двигательными умениями и навыками, физической подготовленности для сдачи норм ГТО на бронзовый, серебряный или золотой знаки, а также содержит рекомендации по осуществлению двигательного режима в течение недели;

♦ *спортивная* — направлена на привлечение студентов к систематическим занятиям спортом и получение массовых спортивных разрядов.

В связи с этим работа в нашем техникуме реализуется по трем направлениям подготовки: физической, технической и теоретической.



Основными критериями достижения результата являются:

◆ *физическая подготовленность* (оценивается по разработанным нормативам комплекса ГТО). Ожидаемый результат: достижение всеми обучающимися основной группы удовлетворительного уровня развития физических качеств, формирующихся у студентов во время занятий физической культурой;

◆ *техническая подготовленность* (оценивается по экспертной оценке). Ожидаемый результат: 80 % учащихся должны владеть удовлетворительным (как минимум) уровнем усвоения техники двигательных действий;

◆ *теоретическая подготовленность* (оценивается по разработанным специальным заданиям-вопросам с представлением вариантов ответов на них с помощью системы электронного голосования VOTUM). Ожидаемый результат: увеличение уровня физкультурных потребностей у студентов.

Сравнительный анализ нормативов и полученных результатов позволяет заключить, что студенты, занимающиеся дополнительно в спортивных секциях, в среднем имеют уровень физической подготовки выше, чем студенты, не занимающиеся дополнительно, что отчетливо прослеживается при сдаче норм комплекса ГТО. Исследо-

вание данных, полученных в ходе мониторинга, показал, что наибольший прирост результатов наблюдается у обучающихся 3-го курса.

По предварительным результатам тестирования готовности студентов к выполнению комплекса ГТО в 2015/2016 учебном году, только 3—4 % первокурсников смогут выполнить комплекс ГТО на различные знаки.

Время обучения в техникуме — это период активного совершенствования личности, что делает особенно актуальным вовлечение студенческой молодежи в единую физкультурную систему, которая будет влиять на их физическую подготовленность на протяжении всей жизни.

Сдача норм комплекса ГТО прививает интерес к самостоятельным занятиям физической культурой, который еще связывается с общественными мероприятиями, посвященными сдаче нормативов ГТО. Внеучебная спортивная деятельность в техникуме также направлена на подготовку внедрения комплекса ГТО. В календарь спортивно-массовых мероприятий техникума на учебный год включаются Дни ГТО, когда проводятся соревнования по стрельбе из пневматической винтовки, лыжным гонкам, легкой атлетике, теоретической подготовке. В задачи преподавателя входит организация самостоятельной работы: разработка заданий по изучаемой дисциплине, списки рекомендуемой литературы и материалы для различных форм контроля.



Тестирование уровня физической подготовленности студентов внутри техникума дополняется Государственными требованиями к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденных приказом Министерства спорта РФ № 575 от 8 июля 2014 г. Получение золотого значка за выполнение комплекса ГТО — главная цель наших студентов.

К сдаче норм ГТО привлекаются студенты, относящиеся к разным группам здоровья, следовательно, им даются задания соответствующей сложности.

Лучшие спортивные команды и отдельные студенты поощряются за успехи в соответствии с порядком, установленным в учебном заведении. Это служит дополнительной мотивацией к сдаче ГТО.

В 2016/2017 учебном году в сдаче нормативов приняли участие 95 % студентов от общего количества обучающихся техникума, относящихся к основной медицинской группе; 10 % обучающихся (60 человек) сдали нормативы на знак отличия комплекса ВФСК ГТО, из них студент 110-й группы Илья Руссков стал победителем в 5-й ступени первого областного зимнего фестиваля ГТО в Городце.



На наш взгляд, при реализации студентами сдачи норм ГТО не следует стремиться только к повышению процента выполнивших нормы в каждой возрастной группе. Основные усилия необходимо концентрировать на улучшении качества физической подготовленности и увеличении числа занимающихся физической культурой и спортом.

Таким образом, сдача норм ГТО закладывает фундамент здоровой и активной жизни. Ведь человек, приученный в студенческие годы к спортивным нагрузкам, скорее всего, продолжит занятия и в зрелые годы, будет прививать навыки здорового образа жизни своим детям, станет более успешным в профессии.

ЛИТЕРАТУРА

1. Авдюхин, А. В. Роль комплекса ГТО в системе физического воспитания учащихся / А. В. Авдюхин // URL: <http://www.uchportal.ru/statya-rol-kompleksa-gto-v-sisteme-fizicheskogo-vospitaniya-uchashchihya>.

2. Варламова, К. Э. Актуальность ГТО в современное время / К. Э. Варламова, Н. В. Мартыненко // Научное сообщество студентов XXI столетия. Гуманитарные науки : сб. статей по материалам XLIII междунар. студ. науч.-практ. конф. // URL: [https://sibac.info/archive/guman/6\(43\).pdf](https://sibac.info/archive/guman/6(43).pdf).

Сетевое взаимодействие спортивной школы с дошкольными образовательными организациями



*Е. В. ХЛЫБОВА,
тренер-преподаватель
МУ ДО «Тоншаевская
детско-юношеская
спортивная школа»*

Сетевое взаимодействие между Тоншаевской ДЮСШ и дошкольными образовательными организациями района направлено на внедрение в образовательный процесс комплекса ГТО, создание предпосылок для развития педагогической системы взаимодействия Тоншаевской ДЮСШ с образовательными организациями. Обеспечение психолого-педагогических условий способствует развитию и воспитанию детей и юношества, совершенствованию спортивно-оздоровительной деятельности, вовлечению в занятия массовым спортом детей и молодежи через совместную деятельность, решению проблем, возникающих в процессе учебной деятельности. В связи с этим хотелось бы заострить внимание на первой ступени ГТО.

Почему дошкольникам стоит сдавать нормы ГТО?

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превратились в первоочередную социальную проблему. По данным НИИ гигиены и профилактики заболеваний детей, подростков и молодежи, за последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось [3].

Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, сетевом развитии и доверительных партнерских отношениях между сотрудниками дошкольной образовательной организации, спортивной школы и родителями воспитанников.

Физическое развитие ребенка — это прежде всего формирование двигательных навыков. Координация движений определяется развитием моторики детей. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы физического здоровья и характера человека в будущем. Этот период детства характеризуется постепенным совершенствованием всех функций детского организма.

Для развития координации движений сенситивным является старший дошкольный возраст — период самого активного физического и психического становления ребенка. Именно в это время ребенку следует приступать к занятиям гимнастикой.

Сенситивные периоды развития психофизических качеств ребенка

Физическое качество	Определение физического качества	Возрастной период			
		3—4 г.	4—5 л.	5—6 л.	7 л.
Быстрота	Способность совершать двигательные действия с минимальными для данных условий затратами времени	+	+	+	
Гибкость	Способность выполнять движения с большой амплитудой, что характеризует эластичность мышц и связок		+		
Сила	Способность преодолевать внешнее сопротивление и противодействовать ему посредством мышечного напряжения	+		+	
Выносливость	Способность организма бороться с утомлением, вызванным мышечной деятельностью	+	+	+	+
Ловкость	Способность быстро овладевать новыми движениями, быстро и точно перестраивать свои действия в соответствии с требованиями внезапно меняющейся обстановки				+

Таким образом, можно отметить, что на разных этапах сенситивного развития ребенка изменения в его психике могут проходить как постепенно и замедленно, так резко и быстро. В дошкольные годы ребенок особенно восприимчив к получению знаний и жизненных навыков. В организме происходят изменения, которые проявляются повышенной чувствительностью и ранимостью. Родителям и педагогам необходимо максимально эффективно использовать сенситивные периоды формирования психофизических качеств для развития ребенка.

С точки зрения психологов, психическое и умственное развитие неразрывно связано с физическим.

Многие родители не имеют возможности водить своего ребенка-дошкольника на дополнительные занятия. В такой ситуации может помочь тесное взаимодействие между детским садом и спортивной школой, которое и осуществляется в нашем районе. С 2015 года Тоншаевская ДЮСШ расширила сферу деятельности, зачислив в свои ряды воспитанников детских садов.

Тренер-преподаватель спортивной школы ведет в дошкольных организациях комплексную спортивно-оздоровительную работу. Это дает возможность как можно раньше обнаружить у детей способности к определенным видам спорта и помочь родителям выбрать для ребенка спортивную секцию.

Цели совместной деятельности детского сада и спортивной школы — создать благоприятные условия для успеш-

ного воспитания и обучения дошкольников, охраны и укрепления их здоровья, физического развития и приобщения к спорту посредством сетевой формы реализации дополнительных образовательных программ.

Формирование у воспитанников дошкольных организаций навыков и привычек ЗОЖ невозможно без тесного сотрудничества с семьей, поэтому ведется работа и с родителями.

Периодически Тоншаевская ДЮСШ совместно с дошкольными образовательными организациями проводят конкурс «Папа, мама, я — дружная спортивная семья».

Основные цели конкурса:

- ◆ способствовать общему укреплению здоровья детей через различные формы работы;

- ◆ сближать детей и родителей через совместные игры;

- ◆ формировать здоровый образ жизни семей.

Задачи:

- ◆ расширять формы семейного досуга;

- ◆ популяризировать физическую культуру и спорт среди населения;

- ◆ формировать здоровый образ жизни, пропагандировать спорт как основу воспитания физически здорового и социально активного подрастающего поколения.

Тоншаевская ДЮСШ является муниципальным центром тестирования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Администрацией Тоншаевской ДЮСШ разработано положение о контрольных срезах ГТО среди воспитанников дошкольных образовательных организаций Тоншаевского района, что позволит:

- ◆ обеспечить условия для внедрения в ДОО Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО;

- ◆ содействовать развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом у воспитанников, их родителей и сотрудников ДОО;

- ◆ донести информацию о значимости внедрения комплекса ГТО до сотрудников ДОО, родителей и детей;

- ◆ повысить профессиональное мастерство педагогов ДОО;

- ◆ организовать работу с семьями обучающихся по формированию здорового и безопасного образа жизни через сетевое взаимодействие.

Два года подряд воспитанники детских садов Тоншаевского района участвуют в Нижегородском спортивном фестивале детских садов «Малышиада» в Семенове, где выполняют нормы ГТО.



Тоншаевская ДЮСШ совместно с ДОО организует для старших дошкольников экскурсии в спортивную школу, встречи со спортсменами, различные соревнования по легкоатлетическому бегу и лыжным гонкам.

Как перспективу работы нашей спортивной школы можно отметить:

- ◆ проведение мониторинга востребованности услуг спортивной школы;
- ◆ анализ имеющихся ресурсов для решения проблем совместной работы;
- ◆ создание эффективных моделей организации интеграционного взаимодействия с дошкольными общеобразовательными организациями.

Все это обуславливает необходимость дальнейшего развития спортивной школы, ее модернизации, совершенствования системы обучения и воспитания.

При сетевом взаимодействии не просто происходит обмен различными материалами и инновационными разработками, а повышается качество дошкольного образования и воспитания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Мухина, М. П. Возрастные особенности развития основных движений, физических и функционально-двигательных особенностей детей дошкольного возраста в условиях направленного физического воспитания / М. П. Мухина, А. И. Кравчук // URL: <http://sun.tsu.ru/mminfo/000063105/343/image/343-184.pdf>.

2. Пензулаева, Л. И. Физическая культура в детском саду. Старшая группа / Л. И. Пензулаева. — М. : Мозаика-Синтез, 2016. — 107 с.

3. Хакимова, Г. А. Формирование ценностного отношения к здоровью у детей : монография / Г. А. Хакимова, Г. Н. Гребенюк. — Нижневартовск : Изд-во Нижневарт. гуманит. ун-та, 2010. — 193 с.



Уважаемые читатели!

Если у вас нет возможности получить печатный экземпляр журнала «Практика школьного воспитания», то вы всегда можете воспользоваться его электронной версией, размещенной в открытом доступе на сайте Нижегородского института развития образования www.niro.nnov.ru в разделе «Издательская деятельность» → «Периодические издания» → «Практика школьного воспитания».

Организация физкультурно-оздоровительной работы в ДОО в ходе внедрения программы «Разговор о здоровье: начало»



*М. А. ЯКОВЛЕВА,
канд. биол. наук,
доцент кафедры
здоровьесбережения
в образовании
ГБОУ ДПО НИРО*



*Е. В. ПОЛЮХОВА,
заместитель
заведующего
МБДОУ «Детский
сад № 430»
Ленинского района
Н. Новгорода*

Несмотря на усиление внимания государства и общества к проблеме сохранения здоровья нации, показатели здоровья детей продолжают снижаться. Это обусловлено многими объективными и субъективными факторами, часть которых должна учитываться при организации и построении образовательного процесса.

Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО) нацеливает педагогов и родителей на решение важнейшей задачи: привить дошкольникам ценности здорового образа жизни, помочь им овладеть его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек).

В МБДОУ «Детский сад № 430» вопросы физического воспитания и сохранения здоровья воспитанников являются приоритетными. На протяжении многих лет сложилась определенная система физкультурно-оздоровительной работы. В настоящее время детский сад является инновационной площадкой кафедры здоровьесбережения ГБОУ ДПО НИРО по проблеме «Разработка и апробация модели преемственности дошкольного и начального общего образования в области формирования культуры здорового и безопасного образа жизни» (научные руководители площадки О. С. Гладышева и М. А. Яковлева). Системообразующим центром данной модели является авторская парциальная программа «Разговор о здоровье: начало», разработанная профессором, доктором биологических наук, заведующей кафедрой здоровьесбережения в образовании О. С. Гладышевой.

Парциальная образовательная программа состоит из нескольких модулей:

- ◆ «Давайте познакомимся!», который посвящен развитию коммуникативной деятельности;
- ◆ «Я и мир вокруг», в который входят два подраздела — «Мир природы» и «Мир людей»;
- ◆ «Мой организм и здоровье», тематика и содержание составляющих его разделов построены в соответствии с важнейшими свойствами жизни: «Я дышу», «Я ем», «Я двигаюсь», «Я расту и развиваюсь», «Жизнь на земле непрерывна»;
- ◆ «Создаем здоровье вместе».

Особое внимание в детском саду уделяется организации физкультурно-оздоровительной работы, которая включает в себя следующие формы:

- ◆ физкультурные занятия;
- ◆ утреннюю гимнастику;
- ◆ физкультминутки на занятиях и двигательные паузы между занятиями;
- ◆ гимнастику после сна;
- ◆ подвижные игры;
- ◆ спортивные развлечения, праздники, дни здоровья;
- ◆ индивидуальную работу по развитию движений;
- ◆ организацию работы спортивного кружка.

Участвуя в инновационной деятельности, мы разработали к каждому модулю программы физкультурные занятия и игры, помогающие детям закреплять знания, полученные в ходе образовательной деятельности, экскурсий, наблюдений, чтения художественной литературы, бесед и т. д.

Например, к модулю «Давайте познакомимся» мы выбрали подвижные игры на объединение детей, на оказание помощи друг другу и на воспитание доброжелательных отношений между детьми. Примером такой игры является «Необычный волейбол», которой нацелен на выполнение совместных действий. Главная задача участников команд — по сигналу подбросить воздушный шарик и, перебрасывая его друг другу, максимально долго продержат в воздухе. Акцент в данной игре мы делаем на объединение детей для достижения общей цели.

В игре «Разноцветные кольца» дети должны удержать кольцо на голове, выполняя разнообразные движения. Игра проходит весело, под музыку. Игроки свободно двигаются по залу с кольцами от кольцеброса на голове, приставив руки к плечам. Уронивший кольцо игрок замирает, а любой другой игрок должен поднять кольцо и положить партнеру на голову, не потеряв при этом своего. Каждое повторение игры сопровождается сменой положения рук. Важно не уронить кольцо, но еще важнее — помочь вернуть кольцо другому игроку.

Разучивание с детьми оздоровительных гимнастик дает практические знания о том, каким образом можно сохранить здоровье. В модуле «Мой организм и здоровье» выполняем дыхательную гимнастику Стрельниковой, гимнастику для глаз, суставную и пальчиковую гимнастики, упражнения на брюшное дыхание.

Итоговым мероприятием всех модулей авторской программы являются спортивные развлечения.

Следует отметить, что физкультурные праздники и развлечения, спортивный досуг, дни здоровья заняли прочное место в системе физкультурно-оздоровительной работы на-



*С. А. КУЗНЕЦОВА,
инструктор
по физической
культуре
МБДОУ «Детский
сад № 430»
Ленинского района
Н. Новгорода*

шего детского сада. Интересное содержание, юмор, музыкальное и стихотворное сопровождение, игры, соревнования, радостная атмосфера способствуют активизации двигательной деятельности, созданию положительного эмоционального тонуса детей, а значит, — сохранению и укреплению их здоровья.

Во время спортивных праздников все дети принимают активное участие в подвижных играх, эстафетах, танцах, аттракционах, упражнениях, выполняют музыкально-ритмические движения. Широкое использование загадок, проблемных ситуаций положительно настраивает детей на активное применение приобретенных ранее двигательных умений и навыков.



В детском саду сложилась определенная система организации досуговой деятельности физкультурно-оздоровительной направленности. В течение года со старшими дошкольниками проводятся два праздника на улице (зимний и летний) длительностью не более 90 минут. Активными участниками этих праздников являются ученики 1-х классов МБОУ СОШ № 62 Нижнего Новгорода, так как именно с этой школой мы совместно разрабатываем модель преемственности. Привлекаются воспитанники соседнего детского сада, что также способствует формированию интереса к двигательной деятельности, желания участвовать в соревнованиях, появляются спортивный азарт, стремление к победе.

Одним из таких наиболее удачных мероприятий стал зимний праздник «Секреты Деда Мороза». Детей вовлекли в захватывающее путешествие, целью которого был поиск волшебных ключей, для того чтобы освободить от злых чар Деда Мороза. Местом праздника стала вся территория детского сада: путешествуя с одной площадки на другую, дети встречались с разными сказочными персонажами (Бабой-ягой, Разбойником, Медведем), выполняли различные двигательные задания, играли в подвижные игры, соревновались в ловкости, меткости, быстроте.

Положительные результаты в формировании здоровьесберегающих знаний могут быть достигнуты при условии тесного сотрудничества коллектива дошкольной организации и семьи. Для нашего детского сада проведение спортивных праздников вместе с родителями стало традиционным. Во время веселых игр и соревнований укрепляется взаимопонимание между членами семьи.

Каждый год в преддверии празднования Дня защитника Отечества у нас проводится совместный спортивный праздник «Папа, мама, я — наша спортивная суперсемья!». Варианты проведения и содержание праздника могут ме-

няться: если это путешествие по сказкам, то в него включены веселые сказочные эстафеты, такие как «Ядро барона Мюнхгаузена», «Колобки», «Баба-яга», «Лягушка-путешественница»; если праздник посвящен Российской армии, то игры и эстафеты связаны с родами войск, например «Морской узел», «Граница», «Через болото», «Заправка топливных баков» и другие.

Праздник «Олимпийские игры в детском саду», позволил детям и их родителям не только расширить свои представления об истории возникновения олимпийского движения, но и дал возможность поупражняться в выполнении элементов таких спортивных игр, как биатлон, хоккей, санный спорт, поучаствовать в играх-соревнованиях на ловкость, быстроту, меткость.

Считаем, что спортивные праздники — это наиболее активная форма совместной двигательной деятельности детей и взрослых. Участие в них дает ребенку хорошую возможность реализовать свой двигательный потенциал в ситуации эмоционального комфорта, так как его родители находятся рядом с ним, создавая чувство защищенности и уверенности в себе.

В ходе таких спортивных праздников и развлечений учитываются индивидуальные способности детей. Родители, занимающиеся со своими детьми, исполняют роль ассистентов и руководителей физического воспитания, у них накапливается позитивный воспитательный опыт, повышается психолого-педагогическая компетентность.

Наряду со спортивными праздниками мы широко используем физкультурные развлечения как организованную форму активного отдыха детей. Физкультурные развлечения — яркий, эмоциональный момент в повседневной жизни детей, объединяющий их веселой двигательной деятельностью. Они не требуют специальной подготовки, так как строятся на хорошо знакомом детям материале, обновленном путем введения неожиданных сюжетных поворотов, различных персонажей, удивительных сюрпризов, вызывающих интерес и положительные эмоции при выполнении заданий. Главной задачей являются создание радостного настроения у детей и возможность совершенствовать двигательные умения в непринужденной обстановке, располагающей всех детей к творческой дружной деятельности.

В детском саду разработана система физкультурных развлечений для всех возрастных групп. Они проводятся один раз в месяц в каждой группе: воспитанникам в интересной, увлекательной форме даются сведения о живой и неживой природе, окружающем мире, что способствует фор-



мированию у них нравственных представлений, закреплению правил ЗОЖ.

Наиболее интересными, на наш взгляд, стали такие мероприятия, как «Секреты здоровья», «Чтобы быть здоровым», «Путешествие в страну здоровья» (об основных факторах, влияющих на сохранение здоровья человека), «Забочусь о своем здоровье» (о значении правильной осанки), «Веселое путешествие», «Едем, едем не спеша» (закрепляем правила дорожного движения). Они стали органичным продолжением занятий по программе «Разговор о здоровье: начало» и позволили продолжить формирование у детей навыков здорового образа жизни в режимных моментах.

Планомерное проведение физкультурно-оздоровительной работы в МБДОУ «Детский сад № 430» при апробации парциальной программы «Разговор о здоровье: начало» дало положительную динамику в формировании у воспитанников системы инструментальных ценностей здорового образа жизни. По результатам опроса, 90 % мальчиков и 85 % девочек считают, что спорт и движение являются необходимым фактором здоровья, эти показатели выросли почти на 30 % от первоначальных.



ЛИТЕРАТУРА

1. Аксенова, З. Ф. Спортивные праздники в детском саду : пособие для работников дошкольных учреждений / З. Ф. Аксенова. — М. : Сфера, 2003. — 90 с.
2. Бабенкова, Е. А. Технология оздоровления детей в детском саду. Новые стандарты / Е. А. Бабенкова, О. М. Федоровская. — М. : Перспектива, 2012. — 120 с.
3. Гладышева, О. С. Парциальная образовательная программа «Разговор о здоровье: начало» : учебное пособие / О. С. Гладышева, М. А. Яковлева. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2017. — 180 с. — (Сер. «Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании»).
4. Козырева, О. В. Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников : пособие для воспитателей и инструкторов физкультуры дошкольных образовательных учреждений / О. В. Козырева. — М. : Просвещение, 2007. — 94 с.
5. Степаненкова, Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э. Я. Степаненкова. — М. : Академия, 2006. — 368 с.
6. Харченко, Т. Е. Организация двигательной деятельности в детском саду / Т. Е. Харченко. — СПб. : Детство-Пресс, 2010. — 176 с.

Система работы по физическому воспитанию обучающихся начальных классов

Педагогическая
мастерская

Физическое воспитание обучающихся начальной школы является неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса. Специфика его организации обусловлена психологическими и анатомо-физиологическими особенностями детей младшего школьного возраста.

Выбранные нами формы организации работы по физическому воспитанию обучающихся начальных классов представляют систему, которая состоит из:

- ◆ уроков физической культуры;
- ◆ физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня;
- ◆ внеклассной и внеурочной физкультурно-массовой работы.

Данная система строится через партнерство учителей и родителей, ведь семья и школа — это социальные структуры, которые определяют уровень физического воспитания детей. Опыт показывает, что ни одна программа не сможет дать нужных результатов, если она не реализуется совместно. Только благодаря общим усилиям можно достичь поставленных целей.

Цель работы: содействие физическому воспитанию детей через организацию совместной деятельности учителей и семьи.

В нашей практике взаимодействия с родителями мы применяем следующие направления и формы работы:

- ◆ информационная (тематические родительские собрания; размещение информации и рекомендаций по физическому воспитанию детей на стенде «Уголок для родителей»; изготовление и распространение листовок и буклетов «Режим дня младших школьников», «Организация двигательной активности детей» и др.);
- ◆ совместная деятельность с детьми (внеклассные спортивные мероприятия, экскурсии, конкурсы, выставки рисунков и фотографий);
- ◆ анкетирование родителей (модификация анкеты Н. К. Шамаева «Выявление мотивации к занятиям физической культурой»).

Преподавание предмета «Физическая культура» ведется по предметной линии учебников А. П. Матвеева [4]. Содержание данного учебного предмета способствует достижению личностных, метапредметных и предметных результатов, заложенных в ООП НОО.



*Л. А. КИРЕЕВА,
учитель
начальных классов
МБОУ «Сергачская
СОШ № 2»*



*Е. А. ПОТАНОВА,
учитель
начальных классов
МБОУ «Сергачская
СОШ № 2»*

На уроках физической культуры мы уделяем внимание как физической деятельности и физическому совершенствованию, так и теоретическим знаниям о физической культуре. При планировании уроков стараемся, чтобы их материал был связан с материалом, изученным на других школьных предметах: математикой (умение вести счет во время упражнений, подвижных игр, например игра «Вызов номеров»), окружающим миром (знания строения человеческого тела, правил личной гигиены), музыкой (выполнение упражнений в определенном темпе, ритме, подвижные игры под музыку, например «Поиск своего места»). Это поддерживает интерес к предмету, высокую степень двигательной активности и позволяет детям сочетать знания из разных предметных областей, тем самым формируя у них целостную картину мира.



В ходе реализации теоретического блока используем игровую и проектную деятельности (например, работая над проектом на тему «Закаливание», учащиеся создали информационный плакат о способах закаливания, который был представлен в «Уголке для родителей»; результатом работы над проектом на тему «Физкультминутки» стала книжка-малышка с собранными в ней картинками с описанием упражнений; проект на тему «Из истории физической культуры», в результате которого был выполнен лэпбук — картонная папка, в которой собран материал на данную тему); также готовим раздаточный печатный материал и задания для интерактивной доски (загадки, кроссворды, кейсы и ребусы с названиями спортивных игр, спортивного инвентаря, информацией из истории физической культуры, шаблоны для синквейнов).

Организация физического воспитания младших школьников осуществляется нами во *внеклассной работе* и во *внеурочной деятельности* через реализацию воспитательной программы, заложенной в ООП НОО МБОУ «Сергачская СОШ № 2». Нами ведется работа по следующим направлениям:

- ◆ реализация программы внеурочной деятельности «Уроки здоровья» для обучающихся 1—4-х классов, составленной на основе программы внеурочной деятельности «Уроки здоровья и основы безопасности жизни» [3];
- ◆ организация спортивных и внеклассных мероприятий (классный час «Они достойны уважения», семейная спортивная «Мама и дочка» и др.);
- ◆ участие обучающихся, их семей и педагогов в районных, региональных и всероссийских конкурсах;
- ◆ реализация социальных проектов «Добровольцы детям», «Мы за ЗОЖ»;

♦ организация экскурсий (например, экскурсия в городской ФОК, в 118-ю пожарную часть главного управления МЧС России по Нижегородской области).

В течение *учебного дня* проводим динамические паузы, оздоровительные физкультминутки, подвижные игры и комплексы общеразвивающих упражнений в перемену.

Особое внимание уделяем подготовке обучающихся к сдаче норм ГТО и вовлечению их в это спортивное движение путем организации и проведения мероприятий спортивной направленности:

♦ оформления информационных стендов «Что такое ГТО?», «Значок ГТО»;

♦ классных часов «Из истории ГТО», «Почему это важно?» и конкурсов рисунков;

♦ тренировочных упражнений на уроках физической культуры;

♦ соревнований, включающих упражнения из комплекса ГТО (эстафеты, спортивные часы и др.).

Правильная, четкая организация системы работы по физическому воспитанию дает свои положительные результаты, о чем свидетельствуют не только мониторинг здоровья детей, но и их активное участие вместе с родителями и учителями в различных мероприятиях и конкурсах.

Среди обучающихся школы есть победители областного конкурса «Здоровый я — здоровая страна» в номинации «О спорт, ты мир!», районного конкурса рисунков «Я выбираю жизнь». Наши ученики приняли участие в заочном туре III Всероссийского конкурса детского рисунка «Страна БезОпасности»; областном фестивале исполнительского творчества «Мальчишник»; районной акции «Спорт — альтернатива пагубным привычкам» в номинации «Творческая работа»; районном конкурсе буклетов «Одна школа — одна страна» в номинации «Быстрее. Выше. Сильнее»; городской военно-спортивной игре «Зарничка»; в районных соревнованиях по детскому многоборью.

В 2017 году педагоги школы участвовали в муниципальном туре регионального этапа XIII Всероссийской акции «Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам» в номинации «Ведущие за собой».

Таким образом, наша работа по физическому воспитанию обучающихся начальных классов через реализацию системы мероприятий направлена на организацию совместной деятельности учителя, обучающихся и их родителей. Ее цель — укрепление физического здоровья учащихся, формирование у них знаний основ физической культуры и здорового образа жизни, воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации.



По результатам работы наблюдается снижение заболеваемости и количества пропусков занятий обучающимися.

ЛИТЕРАТУРА

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования // URL: <http://минобрнауки.рф/documents/922>.

2. Аксенова, А. В. Современное состояние физического воспитания в массовой начальной школе / А. В. Аксенова // URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennoe-sostoyanie-fizicheskogo-vozpitanija-v-massovoy-nachalnoy-shkole>.

3. Гладышева, О. С. Уроки здоровья и основы безопасности жизни : программа интегрированного учебного курса (начальная школа) / О. С. Гладышева. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2013. — 19 с.

4. Матвеев, А. П. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 1—4 классы : пособие для учителей общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев. — 3-е изд. — М. : Просвещение, 2014. — 63 с.

5. Назаркина, Н. И. Преподавание физической культуры в общеобразовательных учреждениях в условиях введения ФГОС второго поколения и 3-го часа физической культуры : методические рекомендации / Н. И. Назаркина. — М. : ТВТ Дивизион, 2014. — 240 с.

6. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б. М. Бим-Бад. — М. : Большая Российская энциклопедия, 2009. — 528 с.



**В 2017 году в издательском центре
учебной и учебно-методической литературы НИРО
вышло в свет издание:**

Гладышева О. С. Разговор о здоровье: начало: парциальная образовательная программа: Учеб. пособие / Науч. рук. и отв. ред. О. С. Гладышева; Авт.: О. С. Гладышева, М. А. Яковлева. 179 с. (Здоровьесберегающие технологии в дошкольном образовании).

Учебное пособие содержит материалы для организации здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных организациях, включает необходимую информацию и методические рекомендации для реализации здоровьесберегающих образовательных технологий в дошкольном образовании, примеры методов, форм и приемов, а также апробированный диагностический инструментарий для оценки сформированности ценности здорового образа жизни у воспитанников.

В пособии представлена парциальная образовательная программа «Разговор о здоровье: начало», ориентированная на формирование у воспитанников культуры здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни.

Издание адресовано слушателям курсов повышения квалификации, педагогам и специалистам в области дошкольного образования.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ПОДСКАЗКА

Нормативы по физической культуре в начальной школе

В настоящее время существует проблема стандартизации нормативов по физической культуре. В примерной рабочей программе по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования указаны только пять тестов основных физических качеств, а также дается перечень изучаемых двигательных действий, каждое из которых теоретически можно оценить.

Однако в реальной практике без заранее подготовленного списка нормативов достаточно трудно ориентироваться в оценивании степени усвоения учащимися программного материала по физической культуре. Особенно остро стоит этот вопрос в начальной школе, поскольку в программе представлено не так много технических действий.

В этой статье предложены как разнообразные тесты физических качеств, так и двигательные действия, владение которыми наиболее ярко характеризует прохождение программы учащимися.

Для обучения техническому действию в начальной школе требуется не менее шести уроков, для развития физического качества — не менее девяти. Ввиду минимальных физиологических различий детей младшего школьного возраста большинство нормативов следует сделать равными для мальчиков и девочек. При выставлении оценок в первые две недели рекомендуется использовать оценки за урок (но не более трех оценок).

I четверть

Бег

1. Выполнение стартовых команд — техническое действие (без техники, можно оценивать весь класс). При вызове на дистанцию ученик стоит за два шага от стартовой линии; по команде «на старт» подходит к линии старта и ставит к ней сильнейшую ногу; по команде «внимание» готовится бежать (с наклоном вперед); по команде «марш» начинает быстрый бег. Оценивается на «5»; «4» ставится в редких случаях грубых ошибок; «3» и «2» не ставятся.



*С. П. КУРЗАКОВ,
учитель
физической
культуры МБОУ
«Школа № 48»
Приокского района
Н. Новгород*

2. Тест быстроты. Бег на 30 м.

2-й класс: «5» — 6 с и меньше, «4» — от 6 до 7 с, «3» — более 7 с, «2» — не ставится. В 3-м и 4-м классах норматив усложняется на 0,2 секунды.

3. Тест координации. «Челночный бег» 3 круга по 10 м.

2-й класс: «5» — 9,5 с, «4» — 10,3 с, «3» — 11 с. В 3-м и 4-м классах норматив усложняется на 0,3 секунды.

4. Тест координации. «Челночный бег» 4 круга по 9 м.

2-й класс: «5» — 12 с, «4» — 13 с, «3» — 15 с. В 3-м и 4-м классах норматив усложняется на 0,5 секунды.

5. Тест скоростной выносливости. Бег на один круг (условные 200 м).

2-й класс: «5» — 45 с, «4» — 50 с, «3» — 1 мин. В 3-м и 4-м классах норматив усложняется на 2 секунды.

6. Тест аэробной выносливости. Бег на 1000 м.

2-й класс (без учета времени): «5» — бег без остановок и нарушений дисциплины, «4» — со случаями перехода на шаг или эпизодическими нарушениями дисциплины, финиш бегом, «3» — сход с дистанции, «2» — не ставится.

3-й класс: «5» — 5 мин. 30 с, «4» — без учета времени, без остановок, «3» — при переходе на шаг.

4-й класс: «5» — 5 мин., «4» — 6 мин., «3» — без учета времени, без остановок.

Основы спортивных игр (элементы баскетбола)

1. Ведение мяча на месте — техническое действие (2-й и 3-й классы). Устанавливается мягкий кубик, ученик встает позади и сбоку от него и выполняет ведение таким образом, чтобы мяч ударялся в пол позади кубика. Правильными считаются повторения, когда мяч взлетает выше кубика, но не выше плеча ученика и при этом продолжает ударяться в пол позади кубика. Оценивается время выполнения без потерь.

2 класс: «5» — 20 с, «4» — 10 с, «3» — менее 10 с, «2» — не ставится.

3-й класс: «5» — 20 с, «4» — 15 с, «3» — 10 с.

2. Передачи мяча от стены — техническое действие (2—4-е классы). Ученик с мячом в руках встает лицом к стене на расстоянии 2 м от нее (для удобства можно положить мяч и ввести штраф (1 или 2 с) за наступание на него), по команде учителя выполняет 10 передач на скорость.

2 класс: «5» — 25 с, «4» — 30 с, «3» — более 30 с, «2» — не ставится.

В 3-м и 4-м классах норматив уменьшается на 2 секунды.



3. Бросок мяча в прямоугольник турника (5 попыток) — техническое действие: «5» — три попадания, «4» — одно или два попадания, «3» — нет попаданий, «2» — не ставится.

2-й класс: броски выполняются баскетбольным мячом с 2 метров;

3-й класс: броски выполняются баскетбольным мячом с 3 метров;

4-й класс: броски выполняются набивным мячом весом 1 кг с 2 метров.

4. Ведение мяча в движении по прямой — техническое действие (3-й и 4-й классы). Тест выполняется от стены до стены в малом зале. Сначала ученик выполняет ведение мяча на месте, свободной рукой касаясь стены. По команде учителя он начинает движение к противоположной стене. Секундомер останавливается при пересечении учеником вместе с мячом линии за 2 м от противоположной стены.

3-й класс: «5» — 4 с, «4» — 6 с, «3» — более 6 с, «2» — не ставится;

4-й класс: «5» — 3 с, «4» — 5 с, «3» — 7 с.

5. Остановка ведения мяча прыжком на месте — техническое действие (3-й и 4-й классы): «5» — мяч пойман в воздухе, уверенное приземление в стойку баскетболиста, «4» — мяч пойман уже после приземления / потеря равновесия при приземлении / потеря мяча, «3» — совмещение двух и более ошибок.

Всего нормативов: 2-й класс — 9, 3-й класс — 11, 4-й класс — 10.

II четверть

Гимнастика

1. Перекат из стойки на лопатки в группировке и возврат в стойку — техническое действие (2-й класс): «5» — без помощи рук, «4» — с подталкиванием рукой (руками) — в темпе движения, «3» — с замедлением темпа или остановкой, «2» — не может встать.

2. Кувырок вперед — техническое действие.

2-й класс: «5» — приход в упор присев, прямолинейная траектория, отсутствие упора головой, «4» — одна ошибка, «3» — две и более ошибок;

3-й класс: те же самые критерии, что и для 2-го класса, но в список ошибок добавляется касание руками мата при прокате по спине;

4-й класс: то же, но выполняются три кувырка подряд.

3. Кувырок назад — техническое действие (3-й и 4-й классы):

3-й класс: «5» — приход в упор присев, прямолинейная траектория (для нее требуются постановка и толчок двумя



руками), «4» — кувырок через плечо в упор присев, или прямой, но не в упор присев, «3» — обе ошибки;

4-й класс: «5» — те же критерии, что и для 3-го класса, «4» — с потерей темпа, «3» — при наличии одной ошибки, «2» — при наличии двух ошибок.

4. Стойка на лопатках — технический элемент.

2-й класс (с согнутыми ногами): «5» — отрыв от мата нижней половины лопаток, правильная постановка рук, «4» — одна ошибка, «3» — обе ошибки;

3-й класс (с прямыми ногами): «5» — то же самое плюс выпрямление в коленных и тазобедренных суставах, «4» — одна или две ошибки, «3» — более двух ошибок;

4-й класс: то же самое, но при наличии всех ошибок ставится «2».

5. Мост — технический элемент.

2-й класс (из положения лежа): «5» — ноги и руки выпрямлены, ученик полностью опирается на ладони и на стопы, «4» — при подъеме на носки, сгибании рук, сгибании ног, «3» — две и более ошибки;

3-й класс: то же самое после удержания стойки на лопатках;

4-й класс: то же самое из седа ноги вместе перекатом в стойку на лопатках без рук в динамике.

6. Опорный прыжок — технический элемент.

2-й класс: наскок в упор на руках, залезть, соскок в положение приземления: «5» — правильный толчок с мостика, правильный соскок, «4» — одна ошибка, «3» — две ошибки;

3-й класс: то же самое, но наскок в упор на коленях;

4-й класс: то же самое, но наскок в упор на одну стопу.

7. Комбинация на напольном бревне — технический элемент. Должна включать в себя наскок, соскок, художественную ходьбу вперед и назад, поворот на двух ногах, простое равновесие. Оценивается согласно критериям оценки техники двигательного действия.

8. Вис — тест статической выносливости.

2-й класс — вис на прямых руках: «5» — 15 с, «4» — 7 с, «3» — менее 7 с, «2» — не ставится;

3-й класс — вис на согнутых руках (подбородок над перекладиной);

4-й класс — вис на полусогнутых руках (макушка касается турника).

В 3-м и 4-м классах нормативы те же.

9. Подтягивание на низкой перекладине — тест силовой выносливости.

2-й класс: «5» — 10 раз, «4» — 7 раз, «3» — 3 раза;

3-й класс: «5» — 12 раз, «4» — 8 раз, «3» — 4 раза;

4-й класс: «5» — 15 раз, «4» — 10 раз, «3» — 6 раз.



10. Подтягивания в вися — тест силы. Ставится только «5»; если ученик не выполняет, оценка не ставится.

2-й класс: верхняя фаза (из виса на согнутых руках опускается до полусогнутых рук и поднимается обратно — касание подбородком, макушкой, подбородком);

3-й класс: нижняя фаза — из виса на прямых руках до полусогнутых — касается макушкой;

4-й класс — одно полное подтягивание в вися.

11. Тест на гибкость из положения сидя: «5» — 10 см, «4» — 5 см, «3» — до 5 см.

12. Проба Ромберга — тестирование равновесия. Ученик закрывает глаза, вытягивает руки вперед и сгибает одну ногу в колене, оставаясь стоять на одной ноге. Оценивается время, выдержанное без шатания и смены позы.

2—4-е классы: «5» — 30 с, «4» — 15 с, «3» — менее 15 с, «2» — не ставится.

III четверть

Лыжная подготовка

1. Получение и сдача инвентаря на лыжной базе (2-й и 3-й классы). Оценивается весь класс. Ставится в основном «5», при грубых ошибках — «4». Перед контрольным уроком провести как минимум один тренировочный.

2. Переноска лыж и строевые приемы с лыжами (2-й и 3-й классы). Оценивается весь класс так же, как прошлый норматив.

3. Надевание лыж. Из строевой стойки с лыжами (палки в левой руке, лыжи в правой, руки выпрямлены) по свистку надеть лыжи, не путая правую и левую стороны; продеть руки в темляки палок снизу, взяв палку за рукоять хватом сверху; воткнуть палки в снег с внешних сторон лыж.

2-й класс: без учета времени (в разумных пределах);

3-й класс: «5» — в течение 1 минуты без ошибок, «4» — в течение 1 минуты с ошибками, «3» — не успел за 1 минуту, «2» — не ставится;

4-й класс: то же самое за 30 с.

4. Техника скользящего шага без палок (2—4-е классы). Оценивается согласно критериям оценки техники двигательного действия. Для прохождения используется прямая дистанция.

5. Техника попеременного двухшажного хода (4-й класс). Оценивается согласно критериям оценки техники двигательного действия, для прохождения используется прямая дистанция.

6. Подъем лесенкой.

2-й класс: «5» — 30 с, «4» — 45 с, «3» — 1 мин.;



3-й класс: «5» — 20 с, «4» — 30 с, «3» — 45 с;

4-й класс: «5» — 15 с, «4» — 30 с, «3» — 45 с.

7. Спуск в средней стойке (2—4-е классы): «5» — спуск без потери стойки и без падения, «4» — спуск с потерей стойки, «3» — спуск с падением, «2» — не ставится.

8. Прохождение дистанции без учета времени (2-й класс — 1 км, 3-й класс — 1,5 км, 4-й класс — 2 км): «5» — прохождение с постоянной скоростью и приемлемой техникой, «4» — прохождение с грубыми техническими ошибками и очень медленное, «3» — сход с дистанции, «2» — не ставится.

Основы спортивных игр (элементы волейбола)

1. Бросок волейбольного мяча одной рукой на дальность (пять попыток):

2-й класс — с середины зала;

3-й класс — с 2/3 зала;

4-й класс — от противоположной стены.

Успешным считается попадание в верхнюю часть стены (для обозначения верхней части можно использовать планку прыжков в высоту, закрепленную на максимальной высоте стоек): «5» — три попадания, «4» — два или одно попадания (в 4-м классе засчитываются только два), «3» — нет попаданий (в 4-м классе за это ставится «2»).

2. Броски волейбольного мяча в паре через планку. Даются три попытки. Ученики должны перекидывать мяч друг другу таким образом, чтобы он перелетал планку и не падал на пол. Считаются суммарные передачи двоих учеников.

2-й класс: «5» — 8 передач, «4» — 6 передач, «3» — 4 передачи;

3-й класс: «5» — 10 передач, «4» — 8 передач, «3» — 6 передач;

4-й класс: «5» — 12 передач, «4» — 8 передач, «3» — 6 передач.

3. Бросок набивного мяча весом 1 кг двумя руками от груди из положения сидя.

2-й класс: «5» — 3 м, «4» — 2 м, «3» — 1 м;

3-й класс: «5» — 3,5 м, «4» — 2,5 м, «3» — 1,5 м;

4-й класс: «5» — 4 м, «4» — 3 м, «3» — 2 м.

4. Броски мяча над собой в прямоугольник турника.

2-й класс: «5» — 4 раза, «4» — 2 раза, «3» — менее 2 раз;

3-й класс: «5» — 6 раз, «4» — 4 раза, «3» — 2 раза;

4-й класс: «5» — 10 раз, «4» — 7 раз, «3» — 4 раза.

5. Отжимания от пола.

2-й класс: «5» — 8 раз, «4» — 5 раз, «3» — 1 раз;

3-й класс: «5» — 10 раз, «4» — 6 раз, «3» — 2 раза;

4-й класс: «5» — 15 раз, «4» — 10 раз, «3» — 5 раз.



6. Подъем туловища за 30 секунд.
2-й класс: «5» — 18 раз, «4» — 12 раз, «3» — 8 раз;
3-й класс: «5» — 18 раз, «4» — 12 раз, «3» — 8 раз;
4-й класс: «5» — 20 раз, «4» — 15 раз, «3» — 10 раз.

7. Прыжки на скакалке за 15 сек.
2-й класс: «5» — 30 раз, «4» — 20 раз, «3» — 10 раз;
3-й класс: «5» — 32 раза, «4» — 22 раза, «3» — 15 раз;
4-й класс: «5» — 34 раза, «4» — 25 раз, «3» — 15 раз.

IV четверть

Легкая атлетика:

прыжки и метание теннисного мяча

1. Прыжок в высоту с прямого разбега (способом согнув ноги) — технический элемент.

2-й класс: учитывается в основном техника (ставится высота 60 см): «5» — преодолел планку без ошибок в технике (правильный разбег, отталкивание и приземление), «4» — преодолел с техническими ошибками, «3» — сбил планку;

3-й класс: «5» — высота 70 см без учета техники, «4» — высота 60 см без технических ошибок, «3» — высота 60 см с ошибками, «2» — не ставится;

4-й класс (все оценки без учета техники): «5» — 80 см, «4» — 70 см, «3» — 60 см, «2» — сбил планку (высота 60 см).

2. Прыжок в длину с разбега — технический элемент.

2-й класс: учитывается только техника (разбег, толчок одной ногой из указанного места, фиксированное приземление на две ноги): «5» — без ошибок в технике, «4» — одна ошибка, «3» — две и более ошибок, «2» — не ставится;

3-й и 4-й классы: «5» — 2 м при правильной технике, «4» — 2 м без техники, «3» — менее 2 м.

3. Прыжок в длину с места толчком двух ног — тест взрывной силы.

2-й класс: «5» — 140 см, «4» — 120 см, «3» — 100 см;

3-й класс: «5» — 150 см, «4» — 130 см, «3» — 110 см;

4-й класс: «5» — 160 см, «4» — 140 см, «3» — 120 см.

4. Восемь многоскоков — тест скоростно-силовой выносливости и прыжковости.

2-й класс: «5» — 12 м, «4» — 10 м, «3» — 8 м;

3-й класс: «5» — 13 м, «4» — 11 м, «3» — 9 м;

4-й класс: «5» — 15 м, «4» — 13 м, «3» — 11 м.

5. Метание теннисного мяча — технический элемент.

2-й класс (с прямого замаха): «5» — 10 м, «4» — 7 м, «3» — 4 м;

3-й класс (из звездочки): «5» — 12 м, «4» — 9 м, «3» — 6 м;

4-й класс (реверсным замахом через звездочку): «5» — 15 м, «4» — 12 м, «3» — 9 м.



Основы спортивных игр (элементы футбола)

1. Ведение мяча по прямой (тест в стадии разработки).
2. Жонглирование — технический элемент.
2-й и 3-й классы: «5» — 3 раза, «4» — 2 раза, «3» — менее 2 раз, «2» — не ставится;
4-й класс: «5» — 4 раза, «4» — 3 раза, «3» — 2 раза.
3. Передачи от бортика на время (тест в стадии разработки).
4. Удары по воротам — технический элемент.
2-й класс (три удара с точки напротив середины ворот с расстояния 6 м): «5» — два попадания, «4» — одно попадание, «3» — нет попаданий, «2» — не ставится;
3-й класс (с трех точек на штрафной линии): нормативы те же;
4-й класс (с пяти точек на штрафной линии): «5» — три попадания, «4» — два попадания, «3» — одно попадание, «2» — нет попаданий.
5. Длительный бег на время (тест общей выносливости): 2-й класс — 4 мин., 3-й класс — 6 мин., 4-й класс — 8 мин.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Игнатьев, П. В.* Технология проектирования физической подготовки учащихся общеобразовательных организаций : методическое пособие / П. В. Игнатьев. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2016. — 137 с.
3. *Лях, В. И.* Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1—4 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2014. — 64 с.
2. *Лях, В. И.* Физическая культура. Тестовый контроль. 5—9 классы : пособие для учителя / В. И. Лях. — М. : Просвещение, 2014. — 208 с.

Уважаемые читатели!

Ждем ваших материалов в журнал «Практика школьного воспитания».

Автор предоставляет в редакцию материалы практической направленности и фотографии. Лучшие фотографии по решению редколлегии размещаются на обложке. Все статьи проходят проверку в системе «Антиплагиат».

Материалы необходимо предоставить в соответствии с требованиями к статьям, размещенными на сайте Нижегородского института развития образования www.niro.nnov.ru в разделе «Издательская деятельность» → «Периодические издания» → «Практика школьного воспитания».

Там же можно ознакомиться с условиями публикации, архивом номеров журнала.

«Большие лицейские игры» Методическая разработка проекта по физической культуре

В последние годы у детей подросткового и старшего школьного возраста значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации к ведению здорового образа жизни, занятиям физической культурой и спортом. Зачастую именно в этом возрасте (11—18 лет) начинают формироваться вредные привычки.

Новизна проекта по физической культуре «Большие лицейские игры» заключается в применении системного подхода при проведении в лицее физкультурно-спортивных мероприятий для обучающихся 5—11-х классов. Каждый класс — это команда, результат которой по итогам отдельного соревнования записывается в итоговую рейтинговую таблицу.

Цель проекта: развитие в лицее массового физкультурно-спортивного движения школьников.

Задачи:

- ♦ повысить интерес обучающихся к участию в спортивно-оздоровительных мероприятиях;
- ♦ пропагандировать основы здорового образа жизни;
- ♦ способствовать формированию навыков ведения здорового образа жизни;
- ♦ подготовить учащихся к сдаче нормативов ВФСК ГТО;
- ♦ сформировать команды из победителей и призеров лицейских соревнований для участия в районных первенствах.

Реализация данного проекта необходима в работе лицея, так как показатели качества здоровья обучающихся ухудшаются.

Одна из ведущих задач проекта — привлечь как можно больше обучающихся к занятиям физической культурой и спортом. Процесс формирования мотивации к занятиям физической культурой связан с глубокими внутренними механизмами становления личности школьников и достаточно длителен. Таким образом, перспектива данного направления — разработка методических рекомендаций, нацеленных на обеспечение психолого-педагогических условий развития мотивации с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.



*Н. Ю. ЛАШКОВ,
учитель
физической
культуры,
преподаватель-
организатор ОБЖ
МБОУ лицей № 3
г. Кулебаки*

Распределение учащихся 5—11-х классов по группам здоровья

Количество обучающихся, чел.

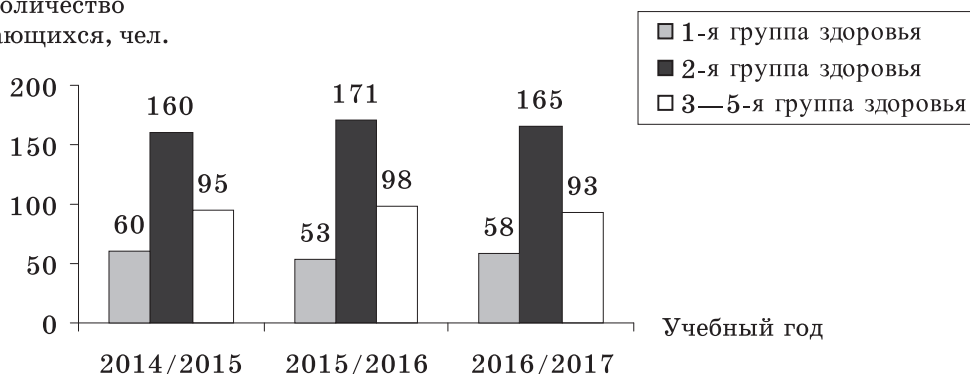
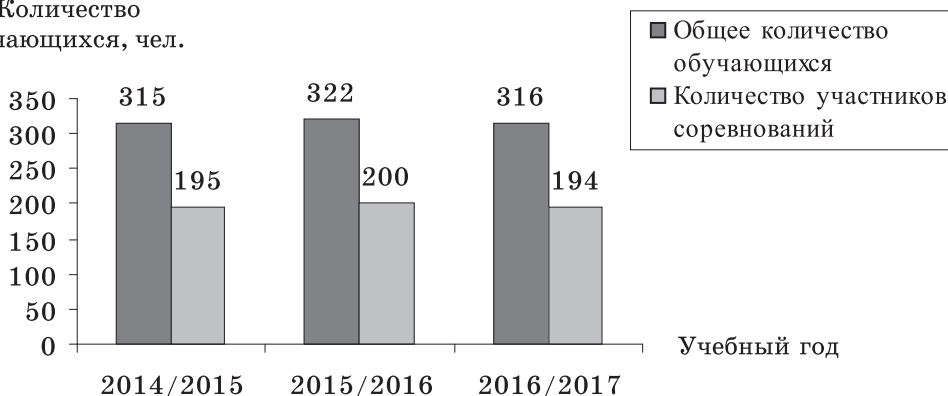


Диаграмма 2

Количество участников лицейских и районных соревнований среди обучающихся 5—11-х классов

Количество обучающихся, чел.



«Большие лицейские игры» проводятся между классами-командами лицея в соответствии с планом воспитательной работы образовательной организации.

К участию в спортивных соревнованиях допускаются обучающиеся, относящиеся к основной группе здоровья. Учащиеся, имеющие по медицинским показателям специальную или подготовительную группы здоровья, принимают участие в теоретическом конкурсе.

Оргкомитет соревнований осуществляет общее руководство подготовкой и проведением мероприятий проекта, определяет численность команд, количество мальчиков и девочек (юношей и девушек) в команде.

Оформление документации и отчета о результатах соревнований возлагается на судейскую коллегию. Судейская коллегия имеет право не допускать или снять с соревнований отдельных участников или команды за отсутствие

спортивной формы, нарушение спортивной этики, а также за нарушение правил техники безопасности.

Соревнования проводятся в течение учебного года.

Победители и призеры определяются как в командных видах соревнований, так и в личном первенстве.

Классы-команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами в отдельных командных видах соревнований (мини-футбол, волейбол, баскетбол, командное первенство в стрельбе из пневматической винтовки, в эстафетах по лыжным гонкам и легкой атлетике). Также награждаются ученики в личном первенстве (отдельные виды соревнований по легкой атлетике, лыжным гонкам, пулевой стрельбе из пневматической винтовки). По итогам всех соревнований класс-победитель получает кубок, медали и грамоту. Классы-команды, занявшие по итогам Больших лицейских игр второе и третье места, награждаются медалями и грамотами.

Программа соревнований

В программу Больших лицейских игр включены следующие дисциплины: мини-футбол, баскетбол, волейбол, легкая атлетика, стрельба из пневматической винтовки, лыжные гонки, теоретический конкурс «Олимпийское и паралимпийское движение» (см. приложение 1).

Теоретический конкурс проводится в виде тестирования. Тест состоит из 20 вопросов для учащихся 5—6-х, 7—8-х и 9—11-х классов (см. приложение 2).

Участие в данном проекте способствует физическому развитию школьников, стремлению детей к активной двигательной деятельности, что становится основой здорового образа жизни в будущем.

Создание ситуации успеха, где ребенок пробует себя в различных социальных ролях, учится взаимодействию в команде, достигает определенных результатов, значимых для него лично и для тех, кто работает вместе с ним, — все это поможет ему в дальнейшем успешно адаптироваться в социуме.

Планируемые результаты:

◆ учащиеся 5—11-х классов заинтересуются занятиями физической культурой и спортом, ведением здорового образа жизни;

◆ победители и призеры Больших лицейских игр будут представлять лицей на районных турнирах и первенствах;

◆ лицеисты подготовятся к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

Во время проведения спортивных игр обучающиеся совершенствуют свои физические навыки, овладевают определенными умениями, развивают волевые качества, у них



формируются чувства товарищества и коллективизма. В ходе реализации проекта «Большие лицейские игры» удалось увеличить количество лицеистов, желающих участвовать в спортивных соревнованиях и сдавать нормы ГТО.

Реализация личностно ориентированного подхода, при котором каждый учащийся чувствует внимание к себе и получает возможность для свободного творчества, помогает сделать занятия физической культурой значимыми для школьников разного возраста. У обучающихся вырабатывается потребность в систематических физических упражнениях, подвижных и спортивных играх. В результате проведенных мероприятий удалось повысить уровень мотивации к занятиям физической культурой и спортом у обучающихся 5—11-х классов.

Приложение 1

Программа Больших лицейских игр

Дата проведения	Место проведения	Вид программы	Количество участников
Сентябрь	Спортивная площадка лицея	Легкая атлетика (бег на 60 м; прыжки в длину с разбега)	4 человека от класса (2 мальчика + 2 девочки)
	Спортивная площадка и спортивный зал лицея	Легкая атлетика (метание малого мяча на дальность с разбега; бег на 1000 м — мальчики, бег на 500 м — девочки)	4 человека от класса (2 мальчика + 2 девочки)
	Спортивный зал лицея	Легкая атлетика (бег на 500 м — мальчики; бег на 300 м — девочки)	4 человека от класса (2 мальчика + 2 девочки)
Октябрь	Спортивный зал лицея	Мини-футбол	Команды по 6—8 человек
Декабрь	Спортивный зал лицея	Баскетбол	Команды по 6—8 человек
Февраль	Спортивная площадка лицея	Лыжные гонки	4 человека от класса (2 мальчика + 2 девочки)
Март	Спортивный зал лицея	Волейбол	Команды по 6—8 человек
	Спортивный зал лицея	Пулевая стрельба из пневматической винтовки	4 человека от класса (2 мальчика + 2 девочки)
Апрель	Учебный кабинет	Теоретический конкурс	10 человек от класса

Приложение 2

**Викторина
на тему «Международное олимпийское движение»
для учащихся 9—11-х классов**

1. На флаге Олимпийских игр изображены соединенные между собой разноцветные кольца. Что они символизируют? (*Пять частей света, страны которых принимают участие в Олимпийских играх*)

2. Какой цвет олимпийских колец символизирует тот или иной континент? (*Синий — Европа; черный — Африка; красный — Америка; желтый — Азия; зеленый — Австралия*)

3. Какой вид легкой атлетики введен в программу летних олимпийских игр в честь умершего атлета? (*Марафонский бег, дистанция которого равна 42 км 195 м*)

4. Назовите стиль плавания, который считается самым медленным? (*Брасс*)

5. Сколько игроков одновременно находятся на площадке при игре в баскетбол? (*10*)

6. Сколько игроков одновременно могут находиться на площадке в каждой команде при игре в пляжный волейбол? (*4*)

7. В каком виде борьбы выступал Александр Карелин? (*Греко-римская борьба*)

8. Какова минимальная длина плавательного бассейна, в которых проводятся чемпионаты мира и Европы? (*Короткая вода — 25 м*)

9. В каком виде спорта знаменитый Пифагор был олимпийским чемпионом? (*Кулачный бой*)

10. Как называется соперник в различных тренировочных состязаниях спортсменов? (*Спарринг-партнер*)

11. Когда празднуется международный олимпийский день?

а) 15 марта; б) 23 июня; в) 23 июля.

12. Что означал в Древней Греции термин «олимпиада»?

а) спортивные соревнования; б) четырехлетний период между Олимпийскими играми; в) международный спортивный турнир.

13. Кто имел право принимать участие в древнегреческих Олимпийских играх?

а) только свободные мужчины-греки; б) греческие и римские воины; в) спортсмены со всей Европы.

14. Как в Древней Греции называли победителей Олимпийских игр?

а) спартанцами; б) победителями олимпиады; в) олимпиониками.

15. В каком году было названо имя первого победителя Олимпийских игр?

а) в 776 г. н. э.; б) в 776 г. до н. э.; в) в 767 г. н. э.

16. Что символизируют пять колец на Олимпийском флаге?

а) пять континентов; б) пять пальцев; в) «пятерка» — лучшая оценка.

17. Кто из древнегреческих философов дважды становился победителем Олимпийских игр?



а) Сократ; б) Плутарх; в) Платон.

18. Кто стал первым олимпийским чемпионом в истории России?

а) *Н. Панин-Коломенкин*; б) А. Паншин; в) Г. Шестериков.

19. Где прошли первые зимние Олимпийские игры?

а) в Швейцарии; б) в Швеции; в) *во Франции*.

20. Какой момент на церемонии закрытия Олимпийских игр в Москве стал самым незабываемым и трогательным?

а) запуск олимпийского Хрюши; б) запуск олимпийского Степаши; в) *запуск олимпийского Мишки*.



*В. А. ОРИНЧУК,
канд. пед. наук,
заведующий
кафедрой
физического
воспитания
Нижегородского
института
управления —
филиала РАНХиГС*

«Мы — будущие рекордсмены» Школьный чемпионат по малым формам физической культуры

Внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) стало важным шагом в направлении развития массовой физической культуры и спорта в Российской Федерации. Главная цель возрождения комплекса ГТО — приобщение к регулярным занятиям физической культурой, укрепление здоровья населения нашей страны, и в первую очередь детей и подростков. Большое значение в реализации проекта введения ВФСК ГТО в общеобразовательных организациях и привлечении к участию в данном движении учащихся имеет активная позиция учителей школ, а также родителей обучающихся.

С целью популяризации ВФСК ГТО среди учащихся, родителей и учителей в МБОУ «Комаровская школа» Богородского района был разработан проект Чемпионата Комаровской школы по малым формам физической культуры «Мы — будущие рекордсмены» (далее — Чемпионат). Идея проекта возникла на заседании ученического совета по спорту школьного физкультурно-спортивного клуба «Прометей». Его реализация началась в 2015/2016 учебном году.

По замыслу авторов, проведение Чемпионата позволит решить несколько проблем, которые возникают при введении ВФСК ГТО в сельских общеобразовательных организациях. Во-первых, для учащихся сельских школ большой проблемой являются отдаленность муниципальных цент-

ров тестирования ВФСК ГТО (в нашем случае — 40 км) и многократные выезды в центры тестирования для выполнения нормативов комплекса. Во-вторых, многие учащиеся не уверены в своих силах и сомневаются в успешности сдачи нормативов комплекса ГТО.

Проведение соревнований на базе школы позволит протестировать значительное количество учащихся по нормативам ВФСК ГТО. В случае выполнения ими 4—5 упражнений на соответствующие знаки комплекса повысит у детей уверенность в собственных силах и мотивацию к участию в мероприятиях, проводимых в муниципальном центре тестирования.

Миссия Чемпионата заключается в создании условий для самореализации обучающихся всех возрастных групп в физкультурно-спортивной деятельности и предоставлении возможности проявить себя среди сверстников.

Целью проведения Чемпионата является популяризация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и малых форм физической культуры среди учащихся, родителей и учителей школы.

Чемпионат позволяет реализовать на практике *основные принципы* физического воспитания:

◆ *сознательности и активности* — участие в Чемпионате, желание стать рекордсменом повышает мотивацию учащихся (а в дальнейшем и их родителей) и учителей школы к активным занятиям физической культурой и спортом, здоровому образу жизни;

◆ *доступности* — программа Чемпионата дает возможность учащимся всех возрастов и уровней физической подготовленности, а также родителям и учителям школы испытать себя, так как виды программы просты в выполнении и доступны для большинства;

◆ *наглядности* — организация, подготовка, проведение и результаты соревнований освещаются в школьных изданиях, на сайтах, что позволяет демонстрировать преимущества активного образа жизни, формирует позитивный образ рекордсмена школы как человека, добившегося определенных успехов в реализации своих жизненных целей; книга рекордов Комаровской школы является элементом патриотического воспитания учащихся;

◆ *систематичности* — Чемпионат проводится два раза в год, что позволяет сформировать определенную систему выявления лучших участников в своих возрастных группах в течение года;

◆ *единства с образовательным процессом* — все виды состязаний Чемпионата представлены как тестовые упражнения в программе по физической культуре, что позволяет оценивать уровень освоения учащимися программного материала. Программа Чемпионата позволяет в дальнейшем дополнить ее другими видами состязаний в соответствии

Программа —
проект —
результат



А. Н. ОРИНЧУК,
учитель
физической
культуры
МБОУ
«Комаровская
школа»
Богородского
района

с учебным материалом по физической культуре или с программой Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Зимняя и летняя общешкольные декады ГТО проходят в два этапа (отборочные и финальные соревнования):

◆ *Зимняя декада ГТО (2016/2017 учебный год):*

— 1-й этап (5—10 декабря 2016 года) — отборочные соревнования;

— 2-й этап (12—14 декабря 2016 года) — финальные соревнования.

◆ *Летняя декада ГТО (2016/2017 учебный год):*

— 1-й этап (3—6 мая 2017 года) — отборочные соревнования;

— 2-й этап (11—13 мая 2017 года) — финальные соревнования.

Соревнования Чемпионата проводятся в спортивном зале школы: отборочный этап — во время школьных уроков по физической культуре, финальный — в соответствии с программой соревнований во второй половине дня.

Родители учащихся и учителя школы принимают участие в Чемпионате без отборочных соревнований.

К участию в Чемпионате допускаются ученики 1—11-х классов, отнесенные для занятий по физической культуре к основной или подготовительной группе, в том числе обучающиеся с ОВЗ, не имеющие противопоказаний к участию в соревнованиях по программе Чемпионата и допущенные школьным врачом.

В отборочных соревнованиях каждый учащийся может выступать в любых видах программы. К участию в финальной части Чемпионата от каждого класса допускаются участники, занявшие 1—5-е места в отдельных видах программы (по 5 мальчиков и 5 девочек).

Родители учащихся и учителя школы к участию в финальной части Чемпионата допускаются без ограничений по количеству участников (единственным условием является справка от терапевта об отсутствии противопоказаний для участия в соревнованиях).

Мальчики (юноши) и девочки (девушки) соревнуются отдельно в пяти возрастных группах: 1—2-х классов; 3—4-х классов; 5—6-х классов; 7—8-х классов; 9—11-х классов. Родители учащихся и учителя школы соревнуются в трех возрастных группах: до 29 лет включительно; от 30 до 44 лет включительно; от 45 лет и старше (мужчины и женщины отдельно).

В программу Чемпионата включены следующие виды состязаний:

◆ челночный бег 4 × 9 м (мальчики / девочки 1—11-х классов);



◆ прыжок в длину с места (мальчики / девочки 1—11-х классов);

◆ поднимание туловища из положения лежа за 30 секунд (мальчики / девочки 1—11-х классов);

◆ наклон туловища вперед из положения сидя (мальчики / девочки 1—11-х классов);

◆ метание набивного мяча от груди из положения сидя (мальчики / девочки 1—4-х классов — 1 кг, 5—8-х классов — 2 кг, 9—11-х классов и взрослые — 3 кг);

◆ подтягивание (мальчики 5—11-х классов);

◆ сгибание-разгибание рук в упоре лежа (отжимание от пола) (мальчики 1—4-х классов, девочки 1—11-х классов).

Родители учащихся и учителя школы принимают участие во всех видах программы.

Программа проведения финальных соревнований Чемпионата школы по малым формам физической культуры

Время	Мероприятия	Участники
14:00	Построение участников финальных соревнований. Торжественное открытие.	Все участники соревнований
14:15	Общая разминка участников соревнований: медленный бег, ОРУ, танцевальные упражнения	Все участники соревнований
1-й блок состязаний		
14:30	Прыжок в длину с места	Девочки
	Наклон вперед из положения сидя	Мальчики
14:45	Прыжок в длину с места	Мальчики
	Наклон вперед из положения сидя	Девочки
2-й блок состязаний		
15:00	Челночный бег 4 × 9 м	Мальчики
15:15	Челночный бег 4 × 9 м	Девочки
3-й блок состязаний		
15:30	Подтягивание	Мальчики 5—11-х классов
	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	Девочки
	Поднимание туловища из положения лежа за 30 секунд	Мальчики
	Метание набивного мяча от груди из положения сидя	Девочки
15:45	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	Мальчики 1—4-х классов
	Поднимание туловища из положения лежа за 30 секунд	Девочки
	Метание набивного мяча от груди из положения сидя	Мальчики
16:00	Построение участников финальных соревнований. Награждение победителей и призеров, рекордсменов школы. Торжественное закрытие соревнований	Все участники соревнований

Победители и призеры соревнований как в отдельном виде программы, так и в многоборье, в каждой возрастной группе награждаются дипломом соответствующей степени, медалью и памятным подарком.

Если победитель соревнований установил рекорд школы для своей возрастной группы в том или ином виде программы, он получает *сертификат рекордсмена Комаровской школы*, награждается специальным призом и его имя вносится в *книгу рекордов Комаровской школы*.

По итогам 2017/2018 учебного года планируются издание книги «Рекорды Комаровской школы» и вручение ее в качестве подарка победителям и призерам соревнований Чемпионата и рекордсменам школы на школьном спортивном вечере во второй половине мая 2018 года. В книге рекордов будут размещаться информация о рекордах и рекордсменах Комаровской школы по видам программы Чемпионата по малым формам физической культуры, по легкой атлетике и другим видам спорта, а также информация о спортивных достижениях школьных команд за учебный год, интервью с лучшими спортсменами школы.



По итогам реализации проекта в 2016/2017 учебном году его участниками на отборочном этапе стали 295 обучающихся 1—11-х классов школы (из 310 учащихся), в том числе 25 учащихся с ОВЗ (из 29 учащихся с ОВЗ, обучающихся в школе). В финальном этапе приняли участие 155 обучающихся, рекордсменами школы в отдельных видах проекта стали 64 учащихся 1—11-х классов.

По результатам проведения финальной части Чемпионата 134 учащихся (из 155 участников финала) выполнили четыре упражнения комплекса ГТО на бронзовый знак и выше, что свидетельствует об их готовности к выполнению комплекса ГТО.

В ходе реализации проекта администрация Комаровской школы взаимодействовала со следующими организациями:

- ◆ администрация Новинского сельского совета — выделение средств для приобретения дипломов, сертификатов, медалей, призов для награждения победителей и призеров соревнований Чемпионата и рекордсменов школы;

- ◆ Комаровская врачебная амбулатория — обеспечение медицинского осмотра и допуск участников к соревнованиям; медицинское сопровождение соревнований;

- ◆ общешкольный родительский комитет — информационная поддержка и участие в мероприятиях проекта.

Проект не требует значительных материально-технических, финансовых и кадровых ресурсов. Он может быть реа-

лизован в условиях любой школы, в том числе малокомплектной, а также в организациях среднего и высшего профессионального образования с учетом спортивной базы и включением упражнений, соответствующих нормативам комплекса ГТО для данной возрастной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность. Подготовка к сдаче комплекса ГТО : учебное пособие для общеобразовательных организаций / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий. — М. : Просвещение, 2016. — 128 с.

2. Оринчук, А. Н. Введение всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в образовательных организациях Нижегородской области / А. Н. Оринчук, В. А. Оринчук // Оптимизация учебно-тренировочного процесса : материалы конференции. — Н. Новгород : Нижегородский государственный университет им. Н. И. Лобачевского, 2015. — С. 118—121.

3. Оринчук, В. А. Модель организационно-содержательного обеспечения школьного физкультурно-спортивного клуба в условиях реализации комплекса ГТО / В. А. Оринчук, Е. Н. Фомичева, А. Н. Оринчук // Физическая культура в школе. — 2017. — № 5. — С. 57—63.

«Тотов к труду и обороне» Проект реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса в школе

Здоровье и здоровый образ жизни — эти понятия, к сожалению, пока не занимают первых мест в системе ценностей современных школьников, хотя сегодня практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. К высокой интенсивности учебной работы обучающихся добавляется малоподвижный образ жизни, что и является существенными факторами ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма.

Не случайно в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Сегодня вопрос сохранения и укрепления здоровья обучающихся в школе стоит чрезвычайно остро.

Учителю физической культуры необходимо мотивировать учеников на ведение здорового образа жизни, участие

Программа —
проект —
результат



*А. В. КАЛЕЕВ,
учитель
физической
культуры
МОУ «Курмышская
средняя школа»
Пильнинского
района*

в ВФСК ГТО, повысить их двигательную активность, привлечь к занятиям в различных спортивных секциях. В основе разработанного в школе проекта Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» лежат:

◆ *лично ориентированный подход* — формирование таких качеств личности, как воля к победе, дисциплинированность, ответственность, а также наличие позитивных изменений в опыте и самосознании учащегося;

◆ *физическая культура и спорт* — целесообразная и полезная деятельность, необходимая для успешного выполнения нормативов ГТО и способствующая общему развитию личности;

◆ *ориентация учащихся на здоровый образ жизни* — подготовка к самостоятельному и осознанному жизненному самоопределению учащихся, а также социальная технология их личностного развития;

◆ *социальное партнерство* — система социально-творческих инициатив, с помощью которой осуществляется взаимодействие различных социальных групп, что приводит к позитивным и разделяемым всеми участниками данной деятельности эффектам.

Методическое сопровождение проекта обеспечивается ответственным за физкультурно-оздоровительную и спортивную работу в школе. С его помощью планируется осуществить проектируемые преобразования — создать условия, которые привлекут учащихся к активной физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, подготовке и выполнению нормативов ВФСК ГТО.

Цели проекта: укрепление здоровья обучающихся через формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом, совершенствование физических качеств, выполнение норм ВФСК ГТО.

Задачи проекта:

◆ создать условия для выполнения норм ВФСК ГТО и повышения мотивации школьников к занятиям физической культурой и спортом;

◆ проинформировать учащихся о содержании ВФСК ГТО и его истории в нашей стране;

◆ охватить наибольшее количество обучающихся при внедрении ВФСК ГТО в школе.

Участники проекта: обучающиеся 2—11-х классов МОУ «Курмышская СШ».

В реализации проекта также участвуют:

◆ заместитель директора по учебно-воспитательной работе;

◆ учитель физической культуры и классные руководители;



◆ родители обучающихся 2—11-х классов;

◆ физорг от каждого класса;

◆ социальные партнеры школы: учителя и тренеры общеобразовательных школ и ДЮСШ района (В. В. Табункин — учитель физической культуры МОУ «Можаров-Майданская СШ»; Л. В. Кабаева — тренер ДЮСШ, кандидат в мастера спорта по волейболу; А. В. Калеев — учитель физической культуры МОУ «Курмышская СШ», обладатель 2-го взрослого разряда по волейболу; И. Г. Чишкин — учитель физической культуры МОУ «Бортсурманская СШ», обладатель 3-го взрослого разряда по волейболу).

Сроки и этапы реализации проекта

Проект реализуется в течение учебного года в соответствии с разработанным планом мероприятий (см. приложение). Этапы реализации проекта:

◆ подготовительный (сентябрь — октябрь);

◆ основной (ноябрь — апрель);

◆ заключительный (май — июнь).

На *подготовительном этапе* проводятся входное исследование информированности участников о ВФСК ГТО; торжественная линейка, посвященная открытию проекта; конкурс рисунков и плакатов на тему «Я и ГТО»; оформление стенда «Что мы знаем о ГТО»; встречи с известными спортсменами, тренерами района.



На *основном этапе* добровольно, с учетом медицинских показаний и по разрешению родителей, учащиеся регистрируются для выполнения нормативов ГТО по возрастным ступеням. Администрация и учитель физической культуры составляют расписание спортивных мероприятий по сдаче норм ГТО.

На 1-й ступени выполнения норм ГТО проводится спортивный праздник, на котором младшие школьники в игровой форме выполняют задания физкультурно-спортивного комплекса ГТО, что способствует повышению их мотивации к занятию спортом.

На 2—5-й ступенях выполнения норм ГТО проводятся дни здоровья, соревнования между параллельными классами по выполнению нормативов ВФСК ГТО внутри школы, лыжные гонки, школьные фестивали по сдаче норм ГТО, на которых ученики могут оценить свои достижения. Учащиеся с наилучшими показателями принимают участие в муниципальном фестивале по сдаче норм ВФСК ГТО, а в течение учебного года — в различных спортивных конкурсах и соревнованиях.

Заключительный этап включает в себя повторное исследование участников с целью выявления их уровня знаний ВФСК ГТО (что такое ВФСК ГТО, его история, для чего он нужен, виды испытаний и требования к ним, за что присваиваются определенные знаки отличия и др.), степени

мотивации к выполнению нормативов и занятиям спортом; проведение торжественной линейки, где подводятся итоги реализации проекта и выполнения норм ВФСК ГТО, организуется награждение учащихся и педагогов.

Планируемые результаты реализации проекта: информированность учащихся об истории ВФСК ГТО и его содержании; привлечение детей с основной группой здоровья к выполнению нормативов ВФСК ГТО; создание условий для подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО; повышение интереса школьников к занятиям физической культурой и спортом.

Мероприятия по реализации проекта:

◆ входное и итоговое анкетирование обучающихся «Знаешь ли ты о ГТО?»;

◆ информационное сопровождение «Мы сдаем ГТО» (буклеты, публикация информации на сайте школы, конкурс рисунков и плакатов, стенд);

◆ встречи с известными людьми района на тему «Я сдавал ГТО — я буду сдавать ГТО»;

◆ формирование групп по возрастным ступеням для сдачи норм ГТО;

◆ мастер-класс «Я могу!» для учащихся 5—11-х классов по разным видам нормативов ГТО (силовые, на гибкость, на скорость и выносливость);

◆ спортивно-просветительский марафон для учащихся 1—4-х классов «Я знаю! Я смогу!»;

◆ спортивный праздник «День здоровья»;

◆ проведение общешкольного родительского собрания.

Таблица 1

Результаты анкетирования обучающихся (входное тестирование)

№ п/п	Вопрос анкеты	2—4-е классы		5—6-е классы		7—11-е классы	
		да	нет	да	нет	да	нет
1	Знаете ли вы, что такое ВФСК ГТО?	5 %	95 %	10 %	90 %	30 %	70 %
2	Хотели бы вы попробовать сдать нормы ВФСК ГТО?	40 %	60 %	50 %	50 %	37 %	63 %
3	Занимаетесь ли вы каким-либо спортом?	70 %	30 %	50 %	50 %	45 %	55 %
4	Хотели бы вы быть сильным, быстрым, ловким и здоровым?	99 %	1 %	100 %	0 %	100 %	0 %

По результатам анкетирования можно заметить, что обучающиеся на начальном этапе работы по проекту плохо представляли, что такое ВФСК ГТО, и лишь 40—50 % готовы были попытаться выполнить нормативы.

Следующим мероприятием являлось общешкольное построение, на котором стартовал проект, был объявлен план мероприятий по реализации проекта и конкурс рисунков «Я и ГТО».

Физорги каждого класса под руководством учителя физкультуры изучили информацию о комплексе ГТО, нашли сведения о спортсменах района, которые раньше сдавали нормы ГТО, и создали мультимедийную презентацию «Мы сдаем ГТО», которую классные руководители продемонстрировали обучающимся на классных часах. Затем группой физоргов был оформлен стенд «Что мы знаем о ГТО».

На одно из мероприятий был приглашен учитель физической культуры МОУ «Можаров-Майданская СШ» В. В. Табункин. Он рассказал ребятам, как начал заниматься спортом, каких успехов достиг, продемонстрировал свои силовые качества, поделился мыслями о своем отношении к нормам ГТО. В заключение Виктор Викторович посоветовал всем ребятам заниматься спортом и пробовать свои силы при выполнении норм ГТО. Также для учащихся 5—11-х классов был проведен мастер-класс «Я могу!».

Администрация школы организовала проведение общешкольного родительского собрания, на котором до родителей была доведена информация о внедрении ВФСК ГТО в образование, показана мультимедийная презентация «Мы сдаем ГТО».

Классные руководители зарегистрировали учащихся, желающих сдавать нормативы, на сайте ВФСК ГТО и передали данные учителю физкультуры для дальнейшего формирования списков групп по возрастным ступеням.

На спортивных мероприятиях и праздниках, посвященных Дню здоровья, спортивно-просветительском марафоне «Я знаю! Я смогу!» учащиеся демонстрировали свои способности при выполнении различных упражнений и игровых заданий, подготавливаясь к сдаче нормативов.

Выполнение норм ВФСК ГТО учащимися проходило в Пильнинском центре тестирования в несколько этапов.

Таблица 2

Результаты анкетирования обучающихся (итоговое тестирование)

№ п/п	Вопрос анкеты	2—4-е классы		5—6-е классы		7—11-е классы	
		да	нет	да	нет	да	нет
1	Знаете ли вы, что такое ВФСК ГТО?	100 %	0 %	100 %	0 %	100 %	0 %
2	Хотели бы вы попробовать сдать нормы ВФСК ГТО?	100 %	0 %	100 %	0 %	100 %	0 %
3	Занимаетесь ли вы каким-либо спортом?	95 %	5 %	100 %	0 %	90 %	10 %
4	Хотели бы вы быть сильным, быстрым, ловким и здоровым?	100 %	0 %	100 %	0 %	95 %	5 %

Результаты итогового анкетирования свидетельствуют о том, что проведение мероприятий по проекту способствует увеличению числа желающих сдать нормы ГТО, разви-

тию физических качеств учащихся, а также служит подготовкой к сдаче норм ВФСК ГТО.

Результаты проекта:

◆ информированность всех обучающихся об истории ВФСК ГТО и его содержании;

◆ повышение интереса к занятиям физкультурой и спортом, мотивации к сдаче норм ГТО;

◆ сдача норм ВФСК ГТО: трое обучающихся сдали на золотой знак отличия; четверо — на серебряный; двое получили бронзовый знак;

◆ участие команды Курмышской средней школы в муниципальном фестивале по сдаче норм ВФСК ГТО. Ученица 11-го класса Анастасия Чемашкина заняла 2-е место в личном зачете;

◆ призовые места в других районных спортивных соревнованиях: по мини-футболу среди учащихся 2001—2002 г. р. — 1-е место, среди учащихся 2003—2004 г. р. — 2-е место; по лыжной эстафете — 3-е место; по волейболу среди девочек — 2-е место;

◆ укрепление здоровья обучающихся.

Достижение этих результатов стало возможным за счет разработки и внедрения данного проекта, создания необходимых условий для выполнения обучающимися норм ВФСК ГТО. Благодаря проведенным мероприятиям, в частности встречам с тренерами, учителями по физической культуре, проведению ими мастер-классов, у детей появилось стремление к самосовершенствованию и участию в различных видах соревнований.

Данный проект по реализации ВФСК ГТО можно успешно включать в любую воспитательную систему, осуществлять в любой образовательной организации, в том числе в малокомплектной школе, где количество учащихся менее 100 человек.

Приложение

План мероприятий по реализации ВФСК «Готов к труду и обороне» в МОУ Курмышская СШ на 2016/2017 учебный год

№ п/п	Наименование мероприятий	Ответственные	Сроки выполнения	Этапы
1	Изучение нормативно-правовых документов	Руководители ШМО	Август	Подготовительный
2	Выступление на педагогическом совете о внедрении ВФСК ГТО	Учитель физической культуры	Сентябрь	
3	Издание приказа по реализации внедрения норм ГТО	Администрация школы	Сентябрь	
4	Выступление на родительском собрании о внедрении ВФСК ГТО	Администрация школы	Сентябрь	
5	Мониторинг физической подготовленности учащихся (2—11-е классы)	Учитель физической культуры	Сентябрь — октябрь	

№ п/п	Наименование мероприятий	Ответственные	Сроки выполнения	Этапы
6	Анкетирование учащихся 2—11-х классов на тему «Знаешь ли ты о ГТО»	Учитель физической культуры; классные руководители	Сентябрь — октябрь	Подготовительный
7	Встреча с тренерами, учителями физической культуры школ района, известными людьми района; мастер-классы, беседа на тему «Я сдавал ГТО — я буду сдавать ГТО»	Учитель физической культуры	Октябрь	
8	Участие в «Кроссе наций — 2016»	Учитель физической культуры	Сентябрь	
9	Проведение тематических классных часов	Классные руководители	Сентябрь	
10	Общешкольный спортивный праздник — День здоровья	Учитель физической культуры; классные руководители; администрация школы	Сентябрь	
11	Выполнение норм ВФС ГТО учащимися 9—11-х классов (муниципальный этап по легкой атлетике)	Учитель физической культуры	Февраль — апрель	Основной
12	Организация индивидуальных занятий с учащимися, не справляющимися с нормативами ВФС ГТО	Учитель физической культуры	Каждая третья неделя месяца	
13	Обновление материальной базы для выполнения норм ВФС ГТО	Администрация школы, учитель физической культуры	В течение года	
14	Выполнение нормативов ВФС ГТО (школьный уровень): проведение соревнований по параллелям	Учитель физической культуры	Ноябрь, декабрь, январь	
15	Выполнение нормативов ВФС ГТО: муниципальный этап (9—11-е классы)	Учитель физической культуры	Январь, февраль	
16	Участие во Всероссийской лыжной гонке «Лыжня России — 2017»	Учитель физической культуры	Февраль	
17	Выполнение нормативов ВФС ГТО среди учащихся 9—11-х классов по лыжным гонкам: муниципальный этап	Учитель физической культуры	Март	
18	Участие в фестивале ВФС ГТО: муниципальный этап (2—10-е классы)	Учитель физической культуры	Март	
19	Спортивно-просветительский марафон для 1—4-х классов «Я знаю! Я смогу!»	Учитель физической культуры	Апрель	
20	Общешкольный спортивный праздник — День здоровья	Учитель физической культуры; классные руководители; администрация школы	Апрель — май	

№ п/п	школьного воспитания наименование мероприятий	Ответственные	Сроки выполнения	Этапы
21	Предметная неделя по физической культуре, ритмике, ОБЖ	Учитель физической культуры	Май	Заключительный
22	Выполнение учащимися норм ВФСК ГТО на школьном и муниципальном уровнях (ведение протоколов, вручение знаков отличия)	Учитель физической культуры	Май — июнь	
23	Анализ мониторинга физической подготовленности учащихся; повторное анкетирование учащихся на тему «Знаешь ли ты о ГТО» (2—11-е классы)	Учитель физической культуры; классные руководители	Май	



*Т. Л. ЗАМЫСЛОВА,
учитель физической культуры
МБОУ «Школа № 11»
г. Сарова*

«ГТО — путь к успеху!»
О реализации проекта по подготовке обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО

Дни здоровья в нашей школе — это всегда праздник для детей. Традиционно такой праздник физкультуры и спорта проходит во всех школах Сарова в сентябре. В этом учебном году учителя физической культуры школы № 11 не стали ограничиваться написанием простого сценария к празднику, а, вовлекая учащихся 4—11-х классов в процесс подготовки к сдаче норм ВФСК ГТО, разработали проект «ГТО — путь к успеху!».

Цели: укрепление здоровья обучающихся, повышение уровня их физической подготовленности.

Задачи:

- ◆ пропагандировать здоровый образ жизни;
- ◆ привлечь учащихся к занятиям физической культурой и спортом;
- ◆ повысить интерес и мотивацию детей к сдаче норм комплекса ГТО;
- ◆ выявить лучших спортсменов школы для участия в соревнованиях.

Сроки реализации проекта: 2017/2018 учебный год.

Этапы проекта:

◆ *1-й этап: подготовительный* (август 2017 г.). Постановка проблемы, определение целей и задач реализации проекта, разработка плана мероприятий, распределение зоны ответственности задействованных учащихся и учителей.

◆ *2-й этап: практический* (сентябрь 2017 г. — май 2018 г.). Включает в себя:

— проведение общешкольного мероприятия «День здоровья»: пробная сдача нормативов ВФСК ГТО (сентябрь 2017 г.);

— регистрация на официальном сайте ВФСК ГТО; консультации в Центре тестирования учителей физической культуры; подготовка участников к сдаче норм ГТО; контроль и самооценка результатов (сентябрь — декабрь 2017 г.);

— сдача норм ВФСК ГТО по графику в Центре тестирования, контроль и самооценка результата выступления (январь — май 2018 г.).

◆ *3-й этап: итоговый* (июнь 2018 г.). Подведение итогов работы по проекту; оценка результативности; рефлексия: награждение знаками отличия.

На подготовительном этапе были изучены все необходимые нормативные документы по внедрению ВФСК ГТО, установленные на федеральном, региональном и городском уровнях, а также соответствующие методические материалы по вопросам подготовки учащихся к выполнению нормативов комплекса. На основании изученной законодательно-нормативной и методической базы, исходя из поставленных целей проекта, был разработан план мероприятий.

Традиционный День здоровья в сентябре стал отправной точкой практического этапа реализации проекта, на котором обучающимся представилась возможность попробовать сдать нормативы ГТО.

Учащиеся школы были своевременно проинформированы о том, что 2 сентября в рамках Дня здоровья каждый из них станет участником проекта «ГТО — путь к успеху». Организаторы проекта, учителя физической культуры обозначили цели и задачи мероприятия. Работа шла в три потока. На построении-сборе присутствовали команды 4—5-х, 6—7-х и 8—10-х классов. Учащиеся 11-го класса были задействованы в судействе и отслеживали работу команд на этапах маршрута.

В этот день, руководствуясь нормативами ВФСК ГТО, на каждого участника проекта была заполнена персональная карточка. Каждой команде-классу для прохождения был предложен маршрут, состоящий из сдачи четырех нормативов: бег на 60 метров, подтягивание (у мальчиков), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (у девочек), прыжок в длину с места, тест на гибкость (для детей 9—12 лет) и упражнение на силу мышц брюшного пресса (для детей 13—17 лет).

Учащиеся подготовительной группы здоровья и освобожденные от сдачи норм ГТО, работая индивидуально или в группах, занимались фото- и видеосъемкой. По итогам



проекта они должны были представить фотоотчет со статьей, видеофильм или отчет-презентацию (на выбор) о сдаче норм ГТО учащимися своего класса на тему «Как мы сдавали нормы ГТО».

Следуя по маршруту и выполняя нормативы, дети сравнивали свои результаты с представленными на баннере нормами ГТО и делали выводы. Оценивание осуществлялось по четырем выполненным нормативам и комбинации полученных знаков ГТО. В случае успешной сдачи норм необходимо было вписать свою фамилию в лист оценивания своего выступления в проекте и записать в рекомендациях карточки участника, над чем желательно поработать и как тренироваться для более успешного выполнения заданий в будущем. Учащиеся, не справившиеся в этот день с предложенными нормами, вместе с учителем разрабатывали план действий по улучшению результатов, записывали их в карточку участника. Таким образом, перед обучающимися вставал вопрос: что мне нужно сделать для того, чтобы справиться с нормами ГТО?



По итогам мероприятия 1-е место в неофициальном медальном зачете заняла команда 4Б класса, получившая наибольшее количество золотых значков; 2-е место — команда 7Б класса; 3-е место — команда 8А класса.

В мероприятии приняли участие 178 обучающихся 4—10-х классов. Из них на золотой значок справились 25 человек (14 %), на серебряный — 20 человек (11 %), на бронзовый — 17 человек (10 %); всего 62 обучающихся (33 %).

Сентябрьский День здоровья вызвал интерес у наших учеников, о чем они и написали в своих отзывах. Ученица 9А класса Юлия Баринаова отмечает: «2 сентября в нашей школе прошло мероприятие, посвященное сдаче норм ГТО. Все ученики были очень увлечены процессом. Каждому хотелось показать себя как можно лучше. “На какой значок сдал?” — звучал один вопрос со всех сторон. Я считаю, что это хорошее мероприятие для ребят, которое стимулирует тягу к занятиям спортом. Может, кто-то из учеников нашей школы проявит интерес к сдаче норм ГТО и выступит в команде за школу».

Ученицы 6Б класса Марина Шитикова и Ксения Козлова в своем фотоотчете делятся впечатлениями: «На каждом этапе нас встречали приветливые судьи — ученики 11-го класса. Они объясняли, что и как надо сделать, чтобы справиться с заданием. В конце маршрута ребята смотрели информационный стенд и сравнивали свои результаты с нормативами ГТО. Золотого значка не заработал никто. А вот серебряные и бронзовые получили трое наших одноклассников».

Наши воспитанники лишь попробовали свои силы в сда-

че норм ГТО, они узнали, что для получения золотого знака отличия необходимо сдать 8 нормативов (4 обязательных и 4 по выбору), серебряного — 7 нормативов (4 обязательных и 3 по выбору), бронзового — 6 нормативов (4 обязательных и 2 по выбору).

Следующий этап практической части реализации проекта заключался в регистрации участников на официальном сайте ГТО и проведении занятий по подготовке обучающихся к сдаче нормативов комплекса.

Сейчас идет активная фаза практической части проекта — сдача норм ГТО обучающимися через Центр тестирования в городе Саров. Некоторые зарегистрированные участники уже в сентябре начали процедуру сдачи норм ГТО. Фотоотчет о первом дне контрольных испытаний размещен на сайте школы.

В сентябре 2018 года в школе планируется итоговое мероприятие, на котором участники проекта расскажут о своих успехах и достижениях, собственным примером продемонстрируют, что сдавать нормы можно, нужно и несложно. Главное, захотеть и пересмотреть свое отношение к делу, а также поменять образ жизни. Ребята, сдавшие нормы ГТО, поделятся с товарищами информацией о том, как правильно расставить приоритеты и какую работу по физической подготовке нужно выполнить, чтобы получить знаки ГТО. Мы, учителя физической культуры, считаем такое завершение проекта удачным способом мотивации к сдаче норм всеми участниками образовательного процесса, включая учителей и родителей. Участие в проекте «ГТО — путь к успеху» — это показатель активной жизненной позиции гражданина России, его стремления к здоровому образу жизни.

По итогам проведенной работы уже можно сказать, что среди ребят, сдавших пробные тесты на знаки отличия, — в основном те, кто регулярно занимается физкультурой или посещает спортивные секции. На своем опыте многие из учащихся убедились, что невозможно сдать нормы без подготовки, что регулярные занятия физической культурой способствуют укреплению здоровья, снижению пропусков уроков по болезни, повышению успеваемости и успешному выполнению нормативов ВФСЖ ГТО.

Возрождение комплекса ГТО в учебных заведениях принципиально важно для формирования у молодого поколения целеустремленности и уверенности в своих силах. Мы считаем, что в ходе проекта решаются поставленные нами задачи по привлечению обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, повышению их интереса и мотивации к сдаче норм комплекса ГТО, пропаганде здорового образа жизни и выявлению лучших спортсменов школы для участия в спортивных соревнованиях.



«Я готовлюсь к ГТО. Это делать мне легко»

О реализации практико-ориентированного проекта



*Т. Н. ПРОНЬКИНА,
заместитель
директора
по воспитательной
работе
МАОУ
«Первомайская
средняя школа»*



*Л. М. ПОЧИВАЛОВА,
учитель физической
культуры
МАОУ
«Первомайская
средняя школа»*

Современные школьники испытывают дефицит двигательной активности, который отрицательно влияет на их физическое развитие, нередко способствует возникновению значительных нарушений в работе различных органов. Поэтому важно, чтобы режим дня включал правильное чередование учебных занятий и активного отдыха. Движение помогает сохранить и укрепить здоровье ребенка путем «догрузки» его организма необходимым по возрасту объемом мышечной деятельности, а также предупреждает невротическое состояние, связанное с перенапряжением.

Введение с 1 сентября 2014 года Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» открыло новые возможности в работе с обучающимися по пропаганде здорового образа жизни и занятий физкультурой и спортом. В связи с этим коллектив Первомайской средней школы разработал и реализовал практико-ориентированный проект «Я готовлюсь к ГТО. Это делать мне легко».

Цель проекта: создание условий для привлечения детей и родителей к здоровому образу жизни через пропаганду занятий физкультурой и спортом и выполнение нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Задачи проекта:

- ◆ информировать учащихся и родителей о внедрении ВФСК ГТО;
- ◆ вводить разнообразные формы спортивно-оздоровительных мероприятий для детей и родителей;
- ◆ вовлекать учащихся и родителей в спортивно-оздоровительные мероприятия;
- ◆ способствовать увеличению числа зарегистрированных на портале ГТО и сдающих тесты ГТО.

Участники проекта: администрация школы, учителя физической культуры, учащиеся 1—11-х классов, родители.

Сроки реализации проекта: 3 года (январь 2015 года — декабрь 2017 года).

Ожидаемые результаты:

- ◆ повышение количества учащихся, желающих зарегистрироваться на портале ГТО и сдающих нормы ГТО;
- ◆ увеличение количества обучающихся, принимающих участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях;

◆ появление новых форм спортивно-оздоровительных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни и занятий физкультурой и спортом.

Работая над проектом, коллектив школы использовал различные приемы, методы и формы деятельности:

◆ воспитание обучающихся на личном примере и примерах спортсменов города;

◆ взаимодействие с социальными партнерами;

◆ систематическое проведение спортивно-оздоровительных мероприятий и участие в спортивных соревнованиях различных уровней;

◆ привлечение родителей (законных представителей) к формированию у обучающихся установок на здоровый образ жизни и активные занятия физкультурой и спортом.

Реализация проекта «Я готовлюсь к ГТО. Это делать мне легко» началась с информирования учащихся и родителей о введении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (учителя физической культуры выступали на классных часах и родительских собраниях, был оформлен стенд, демонстрировались видеоролики о ВФСК ГТО во время перемен в рекреации первого этажа школы, на классных часах).



Следующим этапом в реализации проекта стали планирование и проведение спортивно-оздоровительных и воспитательных мероприятий с учащимися и их родителями (законными представителями). Особое внимание уделяется общешкольным дням здоровья, в которых принимают участие все обучающиеся школы. Они проходят один раз в месяц по четвергам. В этот день уроки идут по 35 минут. В течение учебного дня и после уроков для учащихся организуются спортивные соревнования по настольному теннису, волейболу, пионерболу, шашкам. Для младших школьников проводятся «Веселые старты». В рамках взаимодействия с физкультурно-оздоровительным комплексом дети посещают ледовую арену, спортивный зал и зал для настольного тенниса, бассейн, кинозал. С 2017 года в рамках Дня здоровья проводятся осенний и весенний легкоатлетический забеги, посвященные Алексею Абрамову — выпускнику школы, погибшему в Чеченской войне.

Среди воспитательных мероприятий по пропаганде ВФСК ГТО был проведен фестиваль «На встречу ГТО» под девизом «Спорт — это жизнь. ГТО — это спорт», в котором приняли участие учащиеся школы, воспитанники детского сада «Солнышко», спортсмены Первомайска — заслуженный мастер спорта по лыжным гонкам и триатлону Т. В. Чарочкина и ветеран спорта по полиатлону А. Т. Лебедев. Данное мероприятие позволило объединить людей разных

поколений и возрастов. Его цель — показать преемственность между детьми дошкольного возраста (1-я возрастная ступень ГТО), школьного возраста (2-я, 3-я, 4-я возрастные ступени ГТО) и ветеранами спорта, которые сдавали нормы ГТО еще в СССР. Для гостей и зрителей ребята подготовили спортивные выступления. Т. В. Чарочкина рассказала о своих достижениях в спорте, о том, как полезно вести здоровый образ жизни, который поможет достигнуть хороших результатов не только в спорте, но и в жизни.

Летом 2016 года смена в лагере с дневным пребыванием «Радуга» была посвящена олимпийскому движению. Воспитанники лагеря совершили «путешествие» из Древней Греции до Рио-де-Жанейро — столицы летних Олимпийских игр 2016 года. В течение смены мальчишки и девчонки принимали активное участие в различных спортивных мероприятиях.

Участие в соревнованиях по плаванию, играх на воде, лыжных походах, в муниципальных и зональных этапах Всероссийских игр школьников «Президентские спортивные игры» и Всероссийских соревнованиях школьников «Президентские состязания», а также в таких воспитательных мероприятиях, как «Я знакомлюсь с тестами ГТО», мотивировали детей к осознанной регистрации на портале ГТО, чтобы попробовать свои

силы в сдаче нормативов.

Важную роль в формировании у обучающихся стремления вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой и спортом играют родители. В связи с этим коллектив школы придает особое значение организации работы с ними. Спортивные мероприятия: веселые старты «Папа может», «С папой вместе», «Папа, мама, я — спортивная семья», «Семейные игры и забавы на льду» и другие — сближают детей и родителей, настраивают их на здоровый образ жизни.

Не явилось исключением и мероприятие с родителями «Всей семьей на встречу ГТО», которое прошло в апреле 2017 года. Родители познакомились с тестами ГТО и вместе с детьми попытались выполнить их в своей возрастной группе. Многие родители и не подозревали, что смогут с легкостью сдать нормы ГТО. Активность родителей явилась хорошим примером для их детей.

В школе работают объединения дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности: «ГТО — резервы здоровья», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Плавание».

Реализация проекта дала свои результаты: удалось достичь 100-процентного участия обучающихся школы в спортивно-оздоровительных мероприятиях ежемесячных дней здоровья.



Наши учащиеся являются активными участниками спортивных соревнований различных уровней и показывают хорошие результаты. Данные диаграмм отражают положительную динамику по количеству участников, победителей и призеров спортивных соревнований.

Диаграмма 1

Динамика участия обучающихся МАОУ «Первомайская СШ» в спортивных соревнованиях

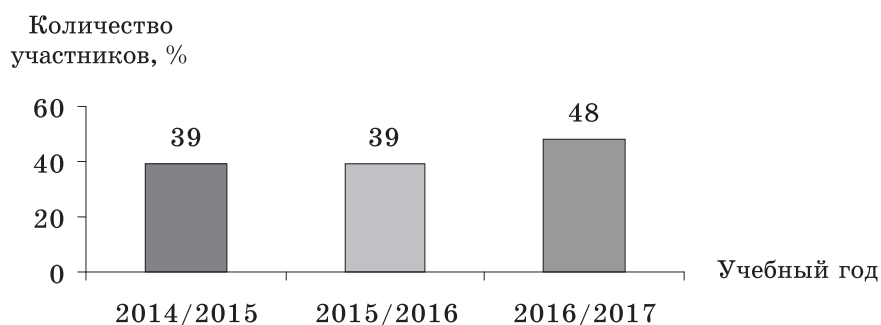
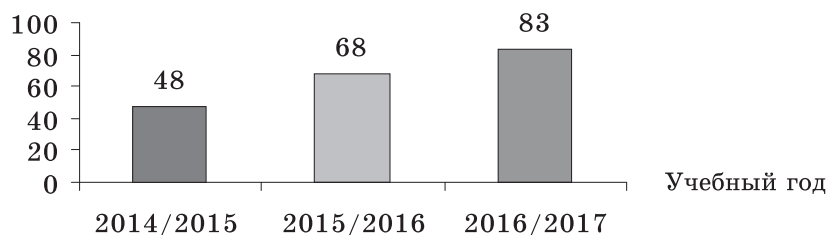


Диаграмма 2

Динамика результативности участия обучающихся МАОУ «Первомайская СШ» в спортивных соревнованиях различных уровней

Количество победителей и призеров, чел.



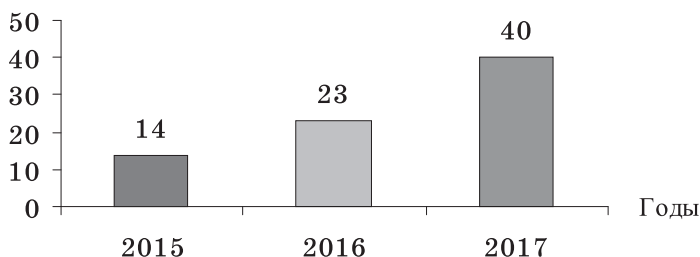
В мае 2016 года команда учеников нашей школы заняла 1-е место во втором этапе спортивной программы «Готов к труду и обороне». В июне 2016 года они приняли участие в летнем фестивале Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций Нижегородской области.

В мае 2017 года команды обучающихся стали победителями и призерами муниципального этапа летнего фестиваля Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» среди обучающихся образовательных организаций Первомайска.

Увеличился процент обучающихся, зарегистрированных на портале ГТО.

**Динамика регистрации обучающихся МАОУ
«Первомайская СШ» на портале ГТО**

Количество обучающихся,
зарегистрированных
на портале ГТО, %



Сдали нормы ГТО и получили значки 30 обучающихся, из них 9 человек (30 %) получили золотой значок, 13 человек (43 %) — серебряный, 8 человек (27 %) — бронзовый. Учитель физической культуры Л. М. Почивалова вместе с детьми сдавала нормативы ГТО и стала обладателем золотого значка.

Работа по проекту подошла к концу. Ожидаемые результаты достигнуты. Наблюдается положительная динамика по регистрации обучающихся на портале ГТО. Они сдают нормативы и становятся обладателями значков трех уровней. Разнообразие форм спортивно-оздоровительных и воспитательных мероприятий способствовало повышению у детей мотивации к здоровому образу жизни, занятиям физкультурой и спортом, увеличению количество учащихся, участвующих в спортивно-оздоровительных мероприятиях. Подготовка обучающихся к сдаче нормативов ГТО стала одним из направлений спортивно-оздоровительной работы в школе.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Абросимова, И. Ю.* Формирование экологически целесообразной культуры здорового и безопасного образа жизни у младших школьников : монография / И. Ю. Абросимова, О. С. Гладышева, В. В. Николина ; науч. ред. О. С. Гладышева. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2014. — 169 с.
2. *Макеева, А. П.* Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. 5—6 классы / А. Г. Макеева. — М. : Просвещение, 2013. — 63 с.
3. *Науменко, Ю. В.* Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности / Ю. В. Науменко. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Планета, 2011. — 208 с.

«ГТО — путь к здоровью и спортивным успехам»

*Проект реализации комплекса ГТО
в условиях спортивной школы*

Задачу воспитания здорового человека, стремящегося быть успешным в жизни, способного защитить себя и своих близких в любой жизненной ситуации, специалисты всегда считали одной из приоритетных задач современного общества. В связи с этим целью введенного в образовательную систему Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) является повышение уровня физического развития всех участников образовательного процесса. Будучи уникальной программой физкультурной подготовки, комплекс ГТО должен стать основополагающим в единой системе патриотического воспитания молодежи.

МБУ ДО спортивная школа Воротынского района, являясь организацией дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, имеет прямую заинтересованность в сохранении и укреплении здоровья детей и подростков, в их разносторонней физической подготовленности, гармоничном физическом развитии, что ведет к успешному выполнению нормативов комплекса ГТО различных ступеней.

Работая в тесном сотрудничестве с центром тестирования Воротынского муниципального района Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, мы провели мониторинг участия населения района в выполнении нормативов комплекса и выявили следующее: за 2014/2015 учебный год знаки отличия различных степеней получили только 30 жителей Воротынского района, это всего лишь 0,18 % от той категории населения, которые могут участвовать в сдаче нормативов; в 2016/2017 учебном году этот показатель составил 0,76 %. Также мы увидели, что многие дети, подростки и их родители негативно относятся к сдаче норм комплекса ГТО и задают вопрос: «Зачем нам это?» Как же вести себя с такой категорией? Как заинтересовать этих людей, увлечь спортом? Отвечая на эти вопросы, мы выделили такие проблемы, как невысокий уровень пропаганды занятий физической культурой и спортом как составляющей здорового образа жизни; недостаточное информирование детей, подростков и их родителей о содержании ВФСК ГТО.

Все это и подвело нас к мысли о создании в 2017 году проекта по реализации комплекса ГТО. Для того чтобы

Программа —
проект —
результат



*С. А. МИГУНОВА,
заместитель
директора
по учебно-
спортивной работе
МБУ ДО
спортивная школа
Воротынского
района*

привлечь к участию в данном проекте как можно больше людей различного возраста, было решено реализовать его в летние месяцы, когда в наш поселок на отдых приезжает много дачников.

Суть данного проекта — осуществление работы среди детей, подростков и их родителей в форме организации спортивно-оздоровительной площадки на базе спортивной школы по выполнению нормативов комплекса ГТО.

Цель проекта: организация содержательного и позитивного досуга детей и молодежи в летний период путем приобщения их к различным видам спорта, познавательной и трудовой деятельности в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Задачи проекта:

◆ содействовать гармоничному физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья детей и молодежи путем вовлечения их в спортивные, подвижные игры и соревнования;

◆ создать благоприятные условия для сдачи норм ВФСК ГТО и развить мотивацию детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом;

◆ проинформировать детей, подростков, а также их родителей о содержании ВФСК ГТО и его истории в нашей стране;

◆ обеспечить преемственность в осуществлении программы ГТО между детьми различного возраста и их родителями;

◆ содействовать профилактике правонарушений, безнадзорности, наркомании и асоциального поведения среди несовершеннолетних.

Сроки реализации проекта: апрель — сентябрь 2017 года.

Новизна проекта заключается в создании на базе спортивной школы системы по подготовке к проведению испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в формате летней спортивно-оздоровительной площадки. Совместная деятельность спортивной школы, центра тестирования комплекса ГТО Воротынского муниципального района и семьи позволит приобщить детей и подростков к здоровому образу жизни, повысит мотивацию участников проекта к выполнению нормативов комплекса ГТО.

Принципы проекта:

◆ *принцип системности и преемственности* — работа ведется не от случая к случаю, а по разработанному плану: четыре раза в неделю, в вечернее время; с детьми работают волонтеры (возраст детей от 6 до 17 лет);



◆ *принцип активности* — все участники проекта участвуют не только в спортивных, но и в культурно-досуговых, социально значимых мероприятиях;

◆ *принцип здоровьесбережения* — обеспечение рационального общего и двигательного режимов, создание оптимальных условий для выполнения нормативов комплекса ГТО, проведение игр и занятий с детьми и подростками;

◆ *принцип единства с семьей* — соблюдение единых требований работы площадки и семьи в вопросах воспитания, оздоровления, двигательной активности.

Этапы реализации:

◆ *Подготовительный* (апрель — май):

- изучение интересов детей и молодежи;
- проведение мониторинга по участию населения района в сдаче норм комплекса ГТО;
- подготовка необходимой нормативно-правовой базы;
- обучение волонтеров;
- разработка плана мероприятий;
- информирование населения (рекламная акция, объявления в СМИ) о реализации проекта «ГТО — путь к здоровью и спортивным успехам»;
- подготовка материально-технической базы, методической литературы и наглядных материалов по реализации проекта.

◆ *Основной* (июнь — июль):

- реализация плана мероприятий;
- регистрация участников проекта на официальном сайте ГТО;
- первичный опрос участников «Ожидания от участия в проекте»;
- ведение необходимой документации;
- освещение работы площадки в СМИ («Воротынская газета»), на официальном сайте МБУ ДО спортивная школа Воротынского района, на сайте администрации Воротынского района;
- оформление информационного стенда.

◆ *Итоговый* (август — сентябрь):

- передача данных по участию и выполнению нормативов комплекса ГТО участниками проекта в районный центр тестирования ВФСК ГТО;
- повторный опрос участников «Ожидания от участия в проекте»;
- анализ проделанной работы, подведение итогов;
- оформление отчетов по итогам проекта.

Благодаря хорошо организованной рекламной кампании, на площадке в первый день собралось 40 детей не только нашего района, но и из разных уголков страны: Нижнего Новгорода, Ярославля, Йошкар-Олы, других городов и по-



Мероприятие, дата проведения	Время проведения	Содержание мероприятия
26 июня «Спорт собирает друзей»	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Торжественное открытие площадки; ◆ опрос участников «Ожидания от участия в проекте»; ◆ познавательно-просветительская викторина «Что я знаю о ГТО?»; ◆ спортивно-развлекательная игра «Кораблекрушение»
27 июня «Молодежь России смелая и сильная, будущее в ее руках»	14:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Участие в районных спортивных мероприятиях, посвященных Дню молодежи в России; ◆ развлекательное мероприятие: игра «Любовь с первого взгляда»; ◆ выполнение испытаний по комплексу ГТО: подтягивание, отжимание, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, бег на короткие дистанции
29 июня «Знак ГТО на груди у него»	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Рассказ о символике ВФСК ГТО; ◆ спортивный КВН по программе комплекса ГТО «Быстрее, выше, сильнее»; ◆ выполнение испытаний по комплексу ГТО: прыжок в длину с разбега, поднимание туловища из положения лежа на спине; ◆ старинная русская игра «Лапта»
30 июня «Игра — дело серьезное»: День русской народной игры	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Спортивные игры: футбол, волейбол; ◆ старинная русская игра «Лапта»; ◆ подвижная игра «Борьба за знамя»; ◆ старинная русская игра «Клек»
3 июля «Мы со старта убегаем, глядя в карту не всегда, и поэтому, бывает, что бежим мы не туда»	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Велокросс до лесного массива; ◆ ориентирование на местности в рамках игры «12 записок»; ◆ выполнение испытаний по комплексу ГТО: кросс по пересеченной местности
4 июля «В здоровом теле здоровый дух»	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Минутка здоровья «Правильное питание»; ◆ конкурс рисунков «Нет вредным привычкам»; ◆ встреча «Спортсмены нашего района», на которую приглашаются спортсмены, добившиеся высоких спортивных результатов; ◆ выполнение испытаний по комплексу ГТО: плавание, игры на воде (зал бассейнов)
6 июля «Тревожные ритмы столетия сегодня слышней, чем вчера. На марш позвала нас не зря на рассвете военная наша игра»	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Военно-спортивная игра «Зарница»; ◆ выполнение испытаний по комплексу ГТО: стрельба из пневматической винтовки

Мероприятие, дата проведения	Время проведения	Содержание мероприятия
7 июля «За здоровьем — всей семьей»: День семьи, любви и верности	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Семейно-спортивный праздник «Мама, папа, я — дружная спортивная семья»; ◆ выполнение испытаний по комплексу ГТО: метание мяча весом 150 г, прыжок в длину толчком двух ног; ◆ спортивные игры: футбол, волейбол
10—11 июля «Все мы в поход ходили»	С 10:00 10 июля до 13:00 11 июля	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Туристический поход с проверкой туристских навыков на р. Волга по программе комплекса ГТО; ◆ операция «Чистый берег»; ◆ развлекательная программа «Слава воде» (купание)
13 июля Олимпийские игры античности	18:00—21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Торжественное открытие; ◆ проведение Олимпийских игр античности
14 июля «Горы, воздух, лес, озера — для спортсменов это клево!»	17.00—20:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Туристическая полоса препятствий в лесном массиве; ◆ подвижные игры, песни у костра
16 июля «На трибунах становится тише»	18.00— 21:00	<ul style="list-style-type: none"> ◆ Физкультурно-спортивный праздник «Отличники ГТО»; ◆ повторный опрос участников «Ожидания от участия в проекте»; ◆ награждение участников проекта, выполнивших нормативы ВФСК ГТО

селков, приехавших на отдых к бабушкам и дедушкам. Они с удовольствием приходили к нам, участвовали в мероприятиях (иногда вместе с дедушками и бабушками). За три недели работы спортивно-оздоровительной площадки ее посетил 81 ребенок. По результатам опроса детей, ожидания от участия в проекте на его начальном этапе были следующие:

- ◆ весело и с пользой провести время — 28 человек;
- ◆ проявить свои способности — 7 человек;
- ◆ найти новых друзей — 10 человек;
- ◆ сдать нормативы ГТО — 36 человек.

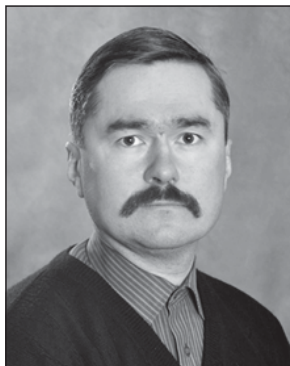
Каждый день проходил под разными девизами, отражавшими направленность того или иного мероприятия. Ребята могли выбирать занятия по душе, пробовать себя в любом виде деятельности. Участники проекта научились взаимодействовать в коллективе, весело и с интересом проводить время, у них появилась уверенность в себе. По результатам повторного опроса, у всех детей оправдались ожидания от участия в проекте. Ребята выразили желание по-

участвовать в проекте на следующий год. Из 81 человека, посетившего спортивно-оздоровительную площадку, нормы комплекса ГТО сдал 31 человек, причем 8 человек выполнили нормативы на золотой значок, 10 — на серебряный, 13 — на бронзовый.

Мы решили не останавливаться на достигнутом, а продолжить дальнейшую работу.

«К вершинам ВФСК ГТО»

Реализация проекта по внедрению комплекса ГТО в систему работы техникума



*С. Г. НАПРЕЕВ,
канд. пед. наук,
преподаватель
физической
культуры
ГБПОУ
«Арзамасский
коммерческо-
технический
техникум»*

Социальные требования, которые продиктованы приоритетами государственной политики в сфере образования, заключаются в формировании физической культуры личности в процессе ее развития, популяризации здорового образа жизни, а также повышении уровня здоровья, однако данные мониторингов свидетельствуют о его снижении у обучающихся. Как одну из главных причин такого снижения ученые отмечают недостаток двигательной активности. Большое количество проведенных исследований (В. К. Бальсевич, М. Я. Виленский, В. М. Выдрин, Л. И. Лубышева и др.) говорит о том, что ее уровень у современных студентов не способствует укреплению их здоровья.

Наиболее разумным вариантом решения данной проблемы является проведение системной спортивно-оздоровительной работы в образовательных организациях [1—4]. В этой связи становятся актуальными внедрение и реализация мероприятий комплекса ГТО в образовательных организациях.

Повышение уровня двигательной активности и физического развития студенческой молодежи будет способствовать готовности молодого поколения к продуктивному труду и обороне нашей Родины. Объединение в одну систему спортивно-оздоровительной и военно-патриотической работы — это основа для мотивации и подготовки к успешной сдаче норм ГТО студентов.

Проект «К вершинам ВФСК ГТО» реализуется в Арзамасском коммерческо-техническом техникуме с 2016 года.

Цель проекта: внедрение комплекса ГТО как системы спортивно-оздоровительной и военно-патриотической работы техникума.

Задачи:

◆ сформировать потребности и мотивы у студентов и преподавателей к регулярным занятиям физической культурой и спортом как необходимого условия ведения здорового образа жизни;

◆ повысить уровень физической подготовленности педагогического состава и студентов техникума;

◆ улучшить показатели здоровья, снизить уровень заболеваемости участников проекта;

◆ достичь доли сдающих нормативы физкультурно-спортивного комплекса ГТО в центре тестирования среди студентов и преподавателей до 30 %.

Проект реализуется по нескольким направлениям.

Первым из них является нормативное и ресурсное обеспечение системы внедрения ВФСК ГТО. На базе техникума создан Центр внедрения комплекса ГТО. Команду по реализации проекта составили преподаватели физического воспитания и ОБЖ. Разработаны методические рекомендации по подготовке и сдаче нормативов комплекса ГТО студентами и преподавателями.

Сформирована система стимулов для студентов к регулярным занятиям физической культурой, участию в общественной и спортивной жизни техникума, успешному прохождению тестирования по комплексу ГТО. Студенты, выполнившие нормативные требования, получают денежные премии.

Второй составляющей реализации проекта является организационно-методическое обеспечение системы внедрения ВФСК ГТО.

Программы дополнительного образования, внеурочной деятельности спортивной и военно-патриотической направленности для всех участников образовательного процесса разработаны с учетом нормативных требований ВФСК ГТО. Внесены изменения в рабочие программы по физической культуре с учетом внедрения технологии комплексного развития физических качеств. Создан банк данных уровней физической подготовленности обучающихся по итогам тестирования.

Информационное обеспечение системы внедрения ВФСК ГТО является третьим направлением реализации проекта. Проводятся классные часы, информирующие студентов о ВФСК ГТО, нормативах и порядке их сдачи. В торжественной обстановке проходят церемонии награждения знаками ГТО, почетными грамотами и ценными призами.

Четвертое направление проекта — мониторинг результативности внедрения ВФСК ГТО. Проведено анкетирование по изучению отношения студентов к комплексу ГТО, анализ которого показал в целом их положительное отношение к комплексу ГТО. Большинство обучающихся об-

Программа —
проект —
результат



*Р. В. ИВЛЕВ,
руководитель
физического
воспитания
ГБПОУ
«Арзамасский
коммерческо-
технический
техникум»*

ладают знаниями о комплексе, понимают необходимость его введения, отмечая при этом соблюдение принципа добровольности.

Изучены и проанализированы показатели здоровья студентов, произведен расчет индивидуального рейтинга здоровья с помощью программного комплекса «Health Rating», разработанного В. Т. Чичикиным и Е. Е. Конюховым [5].

Результаты исследования показали достоверное улучшение показателей всех компонентов здоровья студентов — участников проекта: физического (физическое развитие, физическая подготовленность, пропуски уроков по болезни), психологического (самочувствие, активность, настроение, тревожность), социального (образ жизни, успеваемость). В течение периода реализации проекта у студентов отмечено снижение уровня заболеваемости простудными заболеваниями более чем на 40 %.

В рамках уроков физической культуры организовано регулярное тестирование физической подготовленности обучающихся. В процессе реализации проекта наблюдается значительный прирост показателей развития физических качеств студентов: скоростных, скоростно-силовых, ловкости, гибкости, силы, выносливости.

На базе Центра внедрения комплекса ГТО техникума организован прием нормативов. Всего за время реализации проекта в сдаче норм участвовали 48 студентов, успешно выполнили нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на золотой знак — 40 студентов; серебряный знак получили 5 учащихся. В настоящее время ведется активная подготовка преподавателей к сдаче норм комплекса ГТО.

Пятое направление проекта — организация и проведение мероприятий спортивной и военно-патриотической направленности.

В техникуме действует общественно-спортивное добровольное объединение студентов и педагогов «Спортивный клуб АКТТ». Главной задачей его деятельности являются вовлечение обучающихся в занятия физической культурой и спортом, развитие и поддержка студенческого спорта, популяризация ВФСК ГТО. Совет клуба организует и проводит спортивные, физкультурные и оздоровительные мероприятия, в том числе внутритехникумовские спартакиады и соревнования по различным видам спорта. Работают секции по футболу, волейболу, баскетболу, настольному теннису, прикладному туризму, легкой атлетике, атлетической гимнастике, стрельбе (в ее формате ведется подготовка к



сдаче норматива ВФСК ГТО по стрельбе из пневматической винтовки из положения сидя с опорой о стол или стойку, дистанция — 10 м).

Организация учебного процесса по физической культуре осуществляется на основе технологии комплексного развития двигательных способностей. Данная технология предполагает развитие таких физических качеств, как ловкость, скорость, сила, гибкость, выносливость.

Особая роль в реализации проекта принадлежит организации и проведению фестиваля ГТО. Студенты соревнуются в таких испытаниях, как подтягивание на перекладине, отжимание, гибкость, прыжки в длину с места, бег на короткие и длинные дистанции, стрельба.

Проводится месячник военно-патриотического воспитания, посвященный Дню защитника Отечества, в который входят военно-спортивное многоборье, конкурсы «А ну-ка, девушки!», «А ну-ка, парни!», «Зарница».

Таким образом, модель внедрения комплекса ГТО в ГБПОУ «Арзамасский коммерческо-технический техникум» представляет собой интеграцию спортивно-оздоровительной и военно-патриотической работы.

В результате реализации проекта у студентов повысился уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями, спорту, здоровому образу жизни, посещению спортивных секций, активному участию в физкультурно-спортивных мероприятиях техникума, выполнению нормативов физкультурно-спортивного комплекса ГТО; отмечено улучшение физической подготовки студентов, снижение уровня заболеваемости.

Реализация проекта «К вершинам ВФСК ГТО» в Арзамасском коммерческо-техническом техникуме способствует созданию эффективной системы физического воспитания и развитию студенческого спорта, что качественно повышает возможности использования средств физической культуры в жизнедеятельности студенческой молодежи.

ЛИТЕРАТУРА


1. О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) : указ от 24 марта 2014 г. № 172 / Президент Российской Федерации // Сборник официальных документов и материалов. — 2014. — № 3. — С. 3—4.

2. Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) : постановление от 11 июня 2014 г. № 540 / Правительство Российской Федерации // Администратор образования. — 2014. — № 14. — С. 22—26.



3. Об утверждении Порядка организации и проведения тестирования населения в рамках Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) : приказ от 29 августа 2014 г. № 739 / Министерство спорта Российской Федерации // Сборник официальных документов и материалов. — 2014. — № 11. — С. 67—70.

4. Данилкина, Ю. А. Комплекс ГТО / Ю. А. Данилкина, И. С. Москаленко, А. В. Орехова // Символ науки. — 2015. — № 4. — С. 172—173.

5. Напреев, С. Г. Формирование готовности учителей начальных классов к физкультурно-оздоровительной деятельности в процессе повышения квалификации : автореф. дис. ... канд. пед. наук / С. Г. Напреев. — М., 2013. — 24 с. 

ТРЕБОВАНИЯ К СТАТЬЯМ В ЖУРНАЛ

Перечень представляемых авторами материалов:

1. Текст статьи.
2. Фотография автора.
3. Фотографии к содержанию статьи — не менее 7.
4. Контактная информация об авторе (авторах): ФИО полностью, должность, образовательная организация, рабочий (с обязательным указанием кода города) и мобильный телефоны для связи, адрес электронной почты.

Статьи для публикаций в журнале могут быть представлены на электронных носителях или отправлены на адрес электронной почты редакции *pshv1995@niro.nnov.ru*.

Текст статьи (с четко сформулированным заглавием публикуемого материала и фамилиями авторов с инициалами, а также основными сведениями о них: место работы, рабочий (с обязательным указанием кода города) и мобильный телефоны для связи, должность, ученая степень, звание) должен быть набран в программе Microsoft Word, шрифтом Times New Roman размером 14 кг, через 1,5 интервала на одной стороне листа, с выравниванием по ширине, поля стандартные.

Размер фотографии автора не менее 5 × 6 см (предпочтение отдается светлым, четким изображениям, без лишних деталей).

Размеры фотографий к содержанию статьи должны быть не менее 10 × 15 см, не менее 7 штук, с обязательным названием и сопроводительным текстом.

Все фотографии должны быть представлены отдельными файлами в формате JPG (JPEG) с качественным разрешением и удовлетворять указанным выше характеристикам.

Название файла с текстом статьи на диске (или любом электронном носителе) должно быть обозначено по фамилии первого автора и трем первым словам из названия статьи.

Рекомендуемый объем статей — не более 5—7 страниц формата А4, включая рисунки, схемы, диаграммы, таблицы, список литературы. Внешний вид таблиц и схем в оригинале должен соответствовать их виду в готовом издании.

Тел. редакции (831) 468-08-03 (редакционный отдел)

Ответственный секретарь Малькова Ольга Семеновна

ГБОУ ДПО НИРО, ул. Ванеева, д. 203, к. 212 (административный корпус)

КАЛЕЙДОСКОП ТВОРЧЕСКИХ ИДЕЙ

«Веселые старты» Сценарий спортивного мероприятия

«Веселые старты» — одно из любимых спортивных мероприятий у младших школьников. Это не просто спортивное состязание, а праздник для детей и взрослых. «Веселые старты» традиционно проводятся в начале учебного года во всех параллелях начальной школы. Эстафеты подобраны таким образом, что мероприятие можно организовать как на улице, так и в спортивном зале.

Цель: укрепление здоровья обучающихся.

Задачи:

- ♦ пропагандировать здоровый, активный образ жизни;
- ♦ привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой;
- ♦ воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь: секундомер, свисток, стойки, мячи волейбольные, обручи, мячи-прыгуны.

Участники: три команды обучающихся 3-х классов по 8 участников в каждой команде (4 мальчика, 4 девочки).

Ход мероприятия

Под звуки спортивного марша участники заходят в спортивный зал. Идет построение команд.

Ведущий: Здравствуйте, ребята! Я рад приветствовать вас на спортивном празднике «Веселые старты». Будьте честными, мужественными, смелыми. Даже если вы и не станете спортсменами, вы сможете научиться преодолевать трудности и работать в команде.

Праздник ловкости и воли
Торжествует в нашей школе.
Все хотят соревноваться,
Пошутить и посмеяться,
Силу, ловкость показать
И сноровку доказать.
Этой встрече все мы рады,
Собрались не для награды.
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно!



*Р. А. КОТОМЕНКОВ,
учитель
физической культуры
МБОУ «Ардатовская
средняя школа № 2
им. С. И. Образумова»*

А теперь я хочу спросить у вас:
Таких, что с физкультурой
Не дружит никогда,
Не прыгают, не бегают,
А только спят всегда,
Не любят лыжи и коньки,
И на футбол их не зови.
Раскройте нам секрет —
Таких здесь с нами нет? (*Дети хором отвечают: «Нет!»*)
Кто с работой дружен,
Нам сегодня нужен? (*«Нужен!»*)
Кто с учебой дружен,
Нам сегодня нужен? (*«Нужен!»*)

Кто со спортом дружен,
Нам сегодня нужен? (*«Нужен!»*)

Таким ребятам хвала и честь.
Такие ребята среди нас есть? (*«Есть!»*)

Ведущий: Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить наши соревнования будут.... (*Представляются члены жюри.*)

Ведущий: Итак, начинаем соревнования! Как говорится, «на старт! внимание!»...

Первый конкурс: «Представление команд»

Каждая команда представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема и т. д.).

Второй конкурс: «Бег с мячами»

Первый участник бежит с двумя мячами до первого обруча, кладет в обруч один мяч, бежит до второго обруча, кладет в обруч второй мяч. Оббегает стойку, возвращается назад, передает эстафету следующему участнику, который бежит, собирает мячи, оббегает стойку, возвращается назад, передает мячи следующему и т. д. Побеждает команда, первой пришедшая к финишу.

Третий конкурс: «Бег в обруче»

Игроки выстраиваются парами. У первой пары в руках гимнастический обруч. По сигналу два первых игрока в командах продвигаются вперед внутри обруча, держа его обеими руками. Оббежав стойку, первая пара вручает обруч следующей паре, а сама встает в конец колонны.

Ведущий: А теперь, ребятки, отгадайте-ка загадки.

Команды по очереди отгадывают загадки:

Я за лето сил набрался
И значительно подрос,
Спортом много занимался,
Пробежал легко я... (*Кросс*)

Рядом идут по снежным горам,
Быстрее помогают двигаться нам.



С ними помощницы рядом шагают,
Нас они тоже вперед продвигают. (*Лыжи и лыжные палки*)
Соревнуемся в сноровке,
Мяч кидаем, скачем ловко,
Кувыркаемся при этом.
Так проходят... (*Эстафеты*)
Ноги в них быстры и ловки.
То спортивные... (*Кроссовки*)
Подтянуться мне непросто,
Я же небольшого роста.
Знает каждый ученик,
Что подтянет нас... (*Турник*)
Не похож я на коня,
А седло есть у меня.
Спицы есть, они, признаться,
Для вязанья не годятся.
Не будильник, не трамвай,
А звоню я, то и знай. (*Велосипед*)

Четвертый конкурс: «Кенгуру»

Зажав между ногами (выше колен) мяч, следует двигаться прыжками вперед до стойки и обратно. Вернувшись, нужно передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его необходимо подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать его ногами и продолжить эстафету.

Пятый конкурс: «Смекалка»

Каждому из игроков трех команд нужно добежать до стула у противоположной стены и принести по одному листочку с написанной буквой. В конце эстафеты каждая команда из принесенных букв складывает на полу слово. Кто первым сложит правильно слово — тот и победитель.

(Слова: СМЕЛЫЕ, ЛОВКИЕ, УМЕЛЫЕ)

Шестой конкурс: «Не урони мяч»

Два участника стоят лицом друг к другу, удерживают большой мяч одной рукой и бегут к стойке, где меняют руки и возвращаются к своей команде.

Ведущий: Пусть наши участники немного отдохнут и продолжают отгадывать загадки.

Команды по очереди отгадывают загадки:

Сижу верхом не на коне,
А у туриста на спине. (*Рюкзак*)
По пустому животу
Бьют меня — не вмоготу!
Метко сыплют игроки
Мне ногами тумачи. (*Футбольный мяч*)
Не пойму, ребята, кто вы?
Птицеловы, рыболовы?
Что за невод во дворе?
Не мешал бы ты игре!



Ты бы лучше отошел,
Мы играем в... (*Волейбол*)
Когда весна берет свое
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через нее,
Ну а она — через меня. (*Скакалка*)
Зеленый луг,
Сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегают народ... (*Стадион*)
Просыпаюсь утром рано,
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кроватьку,
Быстро делаю ... (*Зарядку*)

Седьмой конкурс: «Перекасти поле»

Первый участник встает спиной вперед, в руках у него обруч, на полу лежит мяч. Участник передвигается быстрым шагом и с помощью обруча катит мяч до стойки и обратно, затем передает эстафету следующему игроку и т. д.

Восьмой конкурс: «Переправа через болото»

У первых участников команд по два обруча («кочки»). По сигналу участники продвигаются по «кочкам», переставляя их вперед до стойки, обратно возвращаются бегом и передают обручи следующему участнику команды.

Девятый конкурс: «Тоннель»

Команды выстраиваются на линии старта в колонну друг за другом. На расстоянии от линии старта стоит судья и держит обруч с мешком, а далее располагается стойка. По сигналу игрок бежит, пролезает через обруч с мешком, оббегает стойку и возвращается в команду. Затем задание выполняет второй участник, третий и т. д. Побеждает команда, показавшая лучшее время.

Десятый конкурс: «Попрыгунчики»

По команде первый участник садится на мяч-прыгун, прыгает на нем до стойки, обходит ее, возвращается к финишу, передает мяч-прыгун следующему участнику. Мяч нужно передавать за линией старта.

Ведущий: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свои ловкость, силу, быстроту. А главное — получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!

И вот подводим мы итоги,
Какие б ни были они,
Со спортом будем мы дружить
И нашей дружбой дорожить.
И станем сильными тогда,
Здоровыми, умелыми,
И ловкими, и смелыми.



Подведение итогов и награждение команд.

При определении места, занятого командой класса, применяется следующая система: в каждом конкурсе за победу команде присуждаются 3 очка, за второе место — 2 очка, за третье место — 1 очко (если участвуют три команды). Таким образом, максимальное количество очков за десять конкурсов — 30.

С самого начала ребята были настроены на упорную борьбу и показали ее в полной мере. Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали детей настолько, что они не замечали происходящего вокруг. Все старались изо всех сил прийти к финишу первыми. С обручами, мячами дети управлялись лихо! Скорость, быстрота, гибкость были их незаменимыми спутниками. Конечно, не обошлось без слетевших кед и развязавшихся шнурков, но эти мелочи нисколько не мешали участникам возвращаться в строй.

В зале царили смех, шум и веселье. Все были счастливы! А счастливые от восторга глаза детей — лучшая награда организаторам. Соревнования стали настоящим праздником спорта и здоровья! Ребята поняли: чтобы завоевать победу, мало быть физически сильным, необходимо еще обладать достаточной целеустремленностью, силой воли, быть организованным и собранным, ловким и находчивым.

«Олимпийский день ТМО» Сценарий спортивного праздника

Спортивный праздник — одна из возможностей реализации школой задач по пропаганде здорового образа жизни, воспитанию патриотизма и активной жизненной позиции школьников, совершенствованию физических и волевых качеств обучающихся, сплочению классных коллективов.

Данный сценарий может быть использован в общеобразовательных организациях при проведении как общешкольных, так и внутриклассных мероприятий, а также спортивного праздника в организациях дополнительного образования, оздоровительных и загородных лагерях.

Место проведения: школьный спортивный зал.

Цели: укрепление здоровья детей, развитие физических и волевых качеств обучающихся, повышение интереса к физической культуре и спорту.



*С. Г. ИЛЬИНА,
учитель физической
культуры
МАОУ «Школа
с углубленным
изучением отдельных
предметов № 183
имени Р. Алексеева»
Сормовского района
Н. Новгорода*

Задачи:

- ◆ мотивировать обучающихся на ведение здорового образа жизни, занятия физической культурой и спортом;
- ◆ совершенствовать физические и волевые качества детей;
- ◆ содействовать сплочению учащихся, развитию коллективизма и взаимопомощи, навыков работы в команде;
- ◆ подготовить обучающихся к сдаче норм ГТО.

Организаторы: заместитель директора по воспитательной работе, учитель физической культуры.

Жюри: директор школы, заместитель директора по воспитательной работе, педагог дополнительного образования.

Участники: обучающиеся 5—6-х и 8—9-х классов, представители администрации школы, учителя физической культуры, старший вожатый.

Состав команды: пять мальчиков и пять девочек 5—6-х классов, группа поддержки. Команды должны иметь единую спортивную форму, название, эмблему, девиз.

Распределение обязанностей:

- ◆ главный судья — С. Г. Ильина, учитель физической культуры;
- ◆ секретарь — старший вожатый;
- ◆ ведущие — ученики 8А класса;
- ◆ судьи на станциях — учителя физической культуры школы;

культуры школы;

- ◆ помощники судей на станциях — ученики 8—9-х классов;
- ◆ музыкальное оформление — ученик 8Б класса.

Материальное техническое обеспечение: гимнастические перекладины, скамейки, маты, гимнастическая палка, платформа высотой 5 см, резиновый коврик, рулетка, таблица для определения гибкости, листы формата А4, маркеры.

Программа. Заявки на участие принимаются организаторами за три дня до начала мероприятия. Состязания для команд состоят из двух этапов: *теоретического* — викторина и *практического* — прохождение станций. Во время перехода команд от станции к станции помощники судей дают болельщикам дополнительные задания и отмечают результаты в маршрутных листах.

Определение победителей и награждение. Победитель определяется по наибольшей сумме набранных баллов в каждом испытании. При одинаковой сумме предпочтение отдается команде, у которой болельщики набрали наибольшее количество баллов в дополнительных заданиях (см. приложение). Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами и сладкими подарками.

Финансовые расходы несет администрация школы.



Ход мероприятия

Зал украшен плакатами ГТО. Идет построение команд. Затем главный судья сдает рапорт о построении директору школы. Ведущий предоставляет слово директору.

Главный судья (дает команду): Парад! На флаг Российской Федерации равняйся! Смирно!

Звучит гимн России. Затем ведущий начинает спортивный праздник кратким рассказом об истории комплекса ГТО.

Ведущий:

Если сильный человек
Духом, волей, телом,
Нормативы ГТО он сдает умело.

Бег, метанье и прыжки,
Лыжи, отжимание
Чтобы сделать, должен ты
Проявить старание.

В нормативы уложиться, —
Чтобы мог собой гордиться.
Получил значок — и вот:
Славный гражданин растет.

(стихи Салалеева Дмитрия, ученика 6В класса)

Выдача маршрутных листов участникам праздника. Объяснение заданий на станциях.

1-й этап. Викторина. Выходит ведущий и задает во-просы командам по теме ГТО. Если участники не могут ответить, помогают болельщики, которые приносят баллы команде.

Вопросы викторины:

1. Что значит аббревиатура ГТО? (*«Готов к труду и обороне»*)

2. Когда впервые был введен комплекс ГТО? (*В 1931 году*)

3. Кем придуман проект первого значка ГТО? (*15-летним школьником В. Токтаровым*)

4. Каким видом спорта занимался Яков Федорович Мельников — первый обладатель значка ГТО 1-й ступени? (*Конькобежный спорт*)

5. Как называлась детская ступень и в каком году она была введена? (*БГТО «Будь готов к труду и обороне», 1934 год*)

6. Сколько ступеней включает в себя современный комплекс ГТО? (*10 ступеней*)

За каждый правильный ответ команде присваивается 1 балл.

2-й этап. Прохождение станций. Ведущий приглашает команды разойтись по станциям. На станциях стоят учителя физической культуры и их помощники.

1-я станция. Организатор станции выдает команде лист бумаги и маркеры. Задание: за одну минуту нарисовать символ, представляющий комплекс ГТО (оцениваются оригинальность и эстетичность рисунка, максимум 5 баллов).

Калейдоскоп
творческих
идей



2-я станция. Мальчики — подтягивание на высокой перекладине. Девочки — сгибание и разгибание рук в упоре. Засчитывается количество правильно выполненных попыток. Результаты участников команды суммируются, и выставляется общий балл команде.

3-я станция. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на скамье. Величина гибкости измеряется в сантиметрах. Результат выше уровня гимнастической скамейки определяется знаком «-», ниже — знаком «+». Результаты участников команды суммируются.

4-я станция. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Измерение производится по перпендикулярной прямой от ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника, до линии отталкивания. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат. Результаты участников команды суммируются.

5-я станция. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Время выполнения — 1 минута. Засчитывается количество правильно выполненных упражнений. Результаты участников команды суммируются.

Ведущий: Испытания для команд окончены. Прошу команды построиться по своим местам в зале. И пока жюри подводит итоги, приглашаем выступить Владимира Опарина, ученика 10А класса. Он покажет мастер-класс с гимнастической скакалкой. Итак, встречайте! (*Выступление*)

Ведущий: Предоставляем слово жюри.

Председатель жюри объявляет итоги. Команда-победитель и призеры торжественно награждаются грамотами.

Ведущий: Праздник подошел к концу. Поздравляем победителей и призеров, а также благодарим всех участников. До новых встреч!

Приложение

Дополнительные задания

1. Судьи на станциях предлагают участникам аббревиатуру — ГТО. За 1 минуту участники должны составить о ней четверостишие.

2. Отгадать спортивные загадки. За правильно угаданный ответ начисляется 1 балл.

Воздух режет ловко-ловко,
Палка справа, слева палка,
Ну а между них веревка.
Это длинная... (*Скакалка*)

Соревнуемся в сноровке,
Мяч кидаем, скачем ловко,
Кувыркаемся при этом.
Так проходят... (*Эстафеты*)



Руки врозь, а ноги вместе.
Бег, потом прыжки на месте.
Рассчитались по порядку,
Вот и все — конец... (*Зарядке*)

Стать сильнее захотели?
Поднимайте все... (*Гантели*)

Я за лето сил набрался
И значительно подрос,
Спортом много занимался,
Пробежал легко я... (*Кросс*)

Эстафета нелегка.
Жду команду для рывка. (*Старт*)

Конь, канат, бревно и брусья,
Кольца с ними рядом.
Перечислить не берусь я
Множество снарядов.
Красоту и пластику
Дарит нам... (*Гимнастика*)

Ног от радости не чуя,
С горки страшной вниз лечу я.
Стал мне спорт родней и ближе.
Кто помог мне, дети? (*Лыжи*)

Друзья у меня интересные есть.
Они не дают ни прилечь, ни присесть.
Я плыл, я бежал, я педали крутил,
Но странно: из дома я не выходил.
(*Спортивные тренажеры*)



«Всей семьей в страну Олимпию» Сценарий семейного спортивного праздника

Цель: повышение интереса к физической культуре и здоровому образу жизни детей и взрослых.

Задачи:

- ◆ пропагандировать здоровый образ жизни;
- ◆ формировать волевые качества детей, развивать их стремление к победе, повышать уверенность в своих силах;
- ◆ учить детей не только получать радость от своих успехов, но и переживать за товарищей, радоваться успехам других;
- ◆ расширить знания детей о видах спорта, об Олимпиаде;
- ◆ формировать у родителей и детей заинтересованность в совместной деятельности.



*Н. Н. ЛОГИНОВА,
учитель
физической
культуры
МБОУ «Средняя
школа № 22
с углубленным
изучением
французского
языка»
г. Дзержинска*

Участники соревнований: обучающиеся 1-х классов и их родители.

Состав команды: 4 мальчика + 4 девочки + 2 мамы + 2 папы от каждого класса. Всего две команды.

Предварительная работа: команды придумывают название и девиз, рисуют эмблему или символ олимпийских игр на листе формата А4; от класса готовится по одному творческому номеру (песня, танец).

Место проведения: спортивный зал школы.

Оборудование: макет олимпийского факела, олимпийский флаг, плакаты на олимпийскую тематику, рисунки детей, протокол соревнований, музыкальный центр, два конуса, две клюшки, два кубика, двое маленьких ворот, два волейбольных мяча, две эстафетные палочки, два обруча, скакалка, баскетбольный мяч, канат.

Определение победителя: за победу в каждом состязании команда получает 1 очко. Команда, занявшая 2-е место, получает 2 очка. Победителем соревнований признается та команда, которая наберет меньше очков. Результаты выступлений участников в каждом конкурсе заносятся в протокол соревнований.

Награждение: по результатам соревнований все команды, принявшие участие в соревнованиях, награждаются призами и грамотами.

План проведения:

- ◆ открытие олимпиады;
- ◆ музыкальная разминка команд;
- ◆ эстафета;
- ◆ подведение итогов и награждение.

Ход мероприятия

Построение команд у спортивного зала (звучат фанфары к началу праздника). Открывает праздник выступление ученицы 2Б класса Миланы Никоновой с гимнастическим номером под музыку «Олимпийский огонь». (*Выступление*)

Ведущий: Реют знамена над стадионом,

Радостно песни повсюду звучат,

В ногу шагая спортивной колонной,

Мы на спортивный выходим парад!

Шествие команд в колонну по одному под звуки музыки спортивного марша по спортивной площадке, построение в две шеренги напротив друг друга.

Ведущий: Здравствуйте, уважаемые гости и дорогие ребята! Сегодня на нашем семейном спортивном празднике присутствует почетный гость — Светлана Эдуардовна Пантелеева — российская дзюдоистка и суматори, чемпионка и призер чемпионатов России по дзюдо, призер чемпионата Европы по дзюдо, чемпионка Европы и мира по сумо, мастер спорта России международного класса по дзюдо, заслуженный мастер спорта по сумо. Поприветствуем ее!

Наш школьный спортивный клуб «БАРС» открывает двери для всех желающих. И сегодня вам предоставляется честь первыми вступить в ряды нашего клуба.

Звучит гимн ШСК «БАРС». Вместе с помощниками надеваем участникам эмблему ШСК.

Ведущий: Сегодня по нашей старой доброй традиции мы проводим спортивные семейные состязания под названием «Все семьей в страну Олимпию», в котором принимают участие команды 1А и 1Б классов вместе с родителями.

Команды, равняйся! Смирно! Приготовиться к сдаче рапорта!

Капитаны команд сдают рапорт: название команды, девиз.

Ведущий (обращается к директору школы): Зинаида Алексеевна, команды построены. Разрешите наши Малые Олимпийские игры начать!

Директор: Малые Олимпийские игры разрешаю начать! Флаг соревнований поднять!

Ведущий: Капитаны на торжественное поднятие флага шагом марш!

Звучит гимн олимпиады, капитаны команд поднимают олимпийский флаг.

Приветственное слово администрации школы.

Ведущий: Сейчас олимпийский огонь пребывает на нашу олимпийскую арену.

В зал входят спортсмены с макетом олимпийского факела в руках и проходят по периметру спортивного зала, передавая факел друг другу.

Ведущий: Право нести факел с олимпийским огнем предоставляется лучшим спортсменам нашей школы. Итак, встречайте! Смирнов Егор, ученик 7В класса, занимается боксом, занял 1-е место в турнире по боксу памяти В. А. Фокина в Лыскове, одержал победу в открытом первенстве городского округа Вичуга (передает олимпийский факел ученику 1А класса). Тофельюк Михаил, ученик 1А класса, занимается хоккеем с трех с половиной лет, обладатель трех золотых, двух серебряных и одной бронзовой медалей. Михаил уже имеет титулы лучшего игрока и лучшего вратаря Дзержинска (передает олимпийский факел ученице 1Б класса). Сизова Таисия, ученица 1Б класса, занимается танцами два года. Заняла 2-е место в фестивале «Солнышко в ладошке», стала лауреатом 1-й степени Международного конкурса «Волга в сердце впадает мое».

Ведущий: Чтоб Олимпийские игры начать, должны ребята клятву дать соблюдать олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее!» Клянетесь?

Дети: Клянемся!

Ведущий: Приветствуем судейскую коллегию наших Олимпийских игр:



- ◆ представитель от 1А класса (родитель);
- ◆ представитель от 1Б класса (родитель);
- ◆ Пантелеева Светлана Эдуардовна — чемпионка и призер чемпионатов России по дзюдо;
- ◆ Смирнов Егор, член ШСК «БАРС»

Ведущий озвучивает участникам условия определения победителя.

Ведущий: Итак, наши Малые Олимпийские игры объявляем открытыми!

Музыкальная разминка команд под музыку Krem'1 — «Делайте зарядку». Участники команд встают в круг и повторяют упражнения за одним из участников, который проводит разминку.

Ведущий: Команды! Построиться на спортивные состязания!

Эстафетный бег

По команде ведущего первый участник бежит с эстафетной палочкой, оббегает ориентир и передает эстафету за линией следующему участнику. Эстафета заканчивается, когда все участники вернутся на свои места.

«Обруч на себя»

По команде ведущего первый участник бежит вперед, садится перед обручем, надевает обруч на себя и оббегает ориентир. Назад возвращается тем же способом. Эстафета заканчивается, когда все участники вернутся на свои места.

«Ручеек»

Команды стоят в колонне по одному за капитаном в исходном положении ноги врозь. По сигналу ведущего капитан прокатывает мяч назад между ног, последний поднимает мяч и бежит с мячом и встает впереди колонны и т. д. Эстафета продолжается до тех пор, пока капитан не вернется на свое место и не станет первым в колонне.

Семейный конкурс «Снайперы»

В конкурсе принимают участие одна мама, один папа и ребенок от команды.

Игроки по очереди бросают баскетбольный мяч в баскетбольное кольцо. Считается количество попаданий. Кто набрал больше попаданий за 1 минуту, тот получает 1 очко.

Ведущий: Известно, что на Олимпийских играх спортсмены показывают не только силу, ловкость и быстроту, но и свои творческие успехи. Сегодня вы увидите выступления юных дарований! Встречайте ученицу 1А класса Королеву Алену с песней «Папа, мама и я — спортивная семья». (*Выступление*)

«Хоккей»

По сигналу ведущего участник выполняет ведение кубика клюшкой, старается забить гол в ворота и бежит об-



ратно, передает эстафету следующему участнику за линией. Эстафета заканчивается, когда эстафету выполняют все участники команды и передадут клюшку капитану.

«Передача мяча над головой»

Участники стоят в одну колонну и передают назад мяч друг другу над головой из рук в руки. Последний участник получает мяч, бежит вперед, встает первым в колонне и передает мяч следующему и т. д. Побеждает команда, у которой капитан окажется первым с мячом.

Семейный конкурс «Скакалка»

Принимают участие родители и ребенок от каждой команды, которые не соревновались в семейном конкурсе «Снайперы». За одну минуту игроки по очереди прыгают через скакалку по 10 раз. Побеждает команда, которая сделает наибольшее количество прыжков через скакалку.

Ведущий: Встречайте Свицерскую Дарью, ученицу 1А класса, с танцем рок-н-ролл. *(Выступление)*

«Перетягивание каната»

Участники команд берутся за свою сторону каната и по сигналу ведущего тянут канат на себя, стараясь, чтобы ленточка (отметка посередине каната) пересекла контрольную линию. Конкурс проводится отдельно для девочек, мальчиков и родителей. Первыми соревнуются девочки.

Ведущий: А сейчас творческое выступление от наших зрителей! Встречайте Филиппову Арину, ученицу 1Б класса, с хореографическим номером «Танец на льду». *(Выступление)*

Ведущий: Слово для подведения итогов и награждения победителей предоставляется председателю жюри.

Объявление итогов конкурса. Торжественное награждение победителей соревнований призами и вручение дипломов всем участвующим командам.

Ведущий: Наш праздник подошел к концу. Мы верим, что эти Игры надолго останутся в вашей памяти и надеемся, что спортивный девиз «Быстрее, выше, сильнее!» станет вашим жизненным девизом! Объявляю наши Малые Олимпийские игры закрытыми. Капитанам команд спустить олимпийский флаг! Смирно! Равнение на флаг!

Капитаны команд спускают олимпийский флаг.

Ведущий: Хочу сказать спасибо всем ребятам и их родителям за участие в спортивном празднике. Надеюсь, что вы и в дальнейшем будете активными участниками школьных мероприятий!

Под звуки марша «Герои спорта» команды покидают спортивный зал.



«Лето. Дети. Спорт»

Методическая разработка туристско-спортивных соревнований



*Ю. В. КАРАКУЛЬКИНА,
методист
МБУ ДО «Центр
внешкольной
работы»
г. Арзамаса*

Туристско-спортивные соревнования «Лето. Дети. Спорт», посвященные Международному Дню защиты детей, стали традиционными для МБУ ДО ЦВР.

Они проводятся ежегодно 1 июня в целях пропаганды и популяризации детского спортивного туризма, ориентирования и краеведения как важных средств физического и нравственного развития школьников, воспитания у них патриотизма и гражданственности, проверки физической, технико-тактической подготовки юных туристов, а также организации занятости детей в каникулярный период.

В мероприятия принимают участие команды образовательных организаций Арзамаса, чаще всего это дети из лагерей с дневным пребыванием. Возраст участников — от 8 до 13 лет. Каждая команда состоит из 10 человек и одного руководителя. Форма одежды — спортивная.

К участию в спортивных состязаниях допускаются учащиеся, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и прошедшие инструктаж по технике безопасности, на основании заявки, подписанной медицинским работником и директором школы.

Задачи мероприятия:

◆ способствовать развитию у детей и подростков адекватной самооценки личности, чувства коллективизма, навыков группового взаимодействия;

◆ содействовать гармоничному физическому развитию ребенка через занятие туризмом;

◆ способствовать выработке умений использовать туристические навыки и условия окружающей среды для укрепления здоровья;

◆ формировать представления о престижности разносторонней физической подготовки и потребности в регулярных занятиях физической культурой и туризмом.

Место проведения: парк культуры и отдыха им. А. П. Гайдара Арзамаса.

Для проведения мероприятия необходимо большое количество материалов и оборудования: веревки, палатки, каски, аптечка, секундомер, мегафон, грамоты участникам,

сувениры и сладкие призы, комплект фотографий на тему флоры и фауны Нижегородской области, канцтовары.

В день соревнований оформляется информационный стенд, на котором размещается необходимая информация для участников, судей и руководителей команд:

- ◆ положение;
- ◆ программа соревнований;
- ◆ этапы соревнований;
- ◆ карта полигона;
- ◆ правила поведения туристов;
- ◆ инструктажи по технике безопасности.

Мероприятие включает в себя несколько этапов:

10:00. Торжественное открытие.

10:20. Старт ТПП (туристическая полоса препятствий). Этапы полосы препятствий:

- ◆ снятие и установка палатки;
- ◆ переправа по параллельным перилам;
- ◆ преодоление «канавы» при помощи шеста;
- ◆ вертикальный и горизонтальный «маятник»;
- ◆ знание грибов, птиц и зверей;
- ◆ преодоление «болота» по «кочкам» и жердям.

11:30. Краеведческая викторина, посвященная истории родного края, его природе, географии.

12:00. Подведение итогов. Награждение. Команды-участники награждаются грамотами и сладкими призами.

Торжественное открытие начинается с построения команд участников соревнований, приветственное слово предоставляется директору МБУ ДО ЦВР Ярославу Геннадьевичу Блинову:

— Добрый день, дорогие друзья! 1 июня в День защиты детей туристическая деятельность и традиционные туристические соревнования занимают особое место среди школьников. Эти мероприятия способствуют развитию таких качеств, как личная инициатива и взаимная выручка, настойчивость, сила воли и высокая дисциплинированность. Пребывание на свежем воздухе, воздействие солнца и дозированных физических нагрузок, разнообразие впечатлений нормализуют деятельность центральной нервной системы, восстанавливают силы, повышают работоспособность. Ежегодный туристический праздник можно назвать значимым мероприятием, которого с нетерпением ждут и взрослые, и дети.

Затем главный судья соревнований приветствует участников и зрителей, сообщает программу соревнований, представляет судей. Перед стартом капитан каждой команды сдает главному судье рапорт, после чего каждой команде выдается маршрутный лист. Команды поочередно выходят на старт и проходят все этапы, выполняя предложенные задания. Судьи ставят оценки командам в их маршрут-



ном листе. После прохождения последнего этапа командой маршрутный лист сдается главному судье.

«Туристическая полоса препятствий»:

◆ *1-й этап. Снятие и установка палатки.* Команда за определенное время устанавливает туристическую палатку, предварительно сняв палатку предыдущей команды. Правильность установки контролируется судьей, который за ошибки в установке начисляет штрафные баллы: складка на скате палатки — 1 балл, общий перекося палатки — 3 балла, палатка не установлена в течение контрольного времени — 5 баллов.

◆ *2-й этап. Параллельные перила.* Команда переправляется по параллельным веревкам с одного «берега» на другой. Идти следует приставным шагом по нижней веревке, держась за верхнюю. Два человека одновременно не могут находиться на веревке. Штрафные баллы начисляются за заступ в опасную зону — 5 баллов, за двух человек на веревке одновременно — 5 баллов.



◆ *3-й этап. Преодоление «канавы» при помощи шеста.* При помощи шеста преодолеть предполагаемую канаву. Участник, ухватившись за шест, отталкивается ногами от «берега», подтягивает ноги вверх и перелетает на противоположный «берег». За нарушения участнику начисляется

штрафное время: заступ в зону «канавы» одной ногой — 1 балл, касание двумя ногами — 2 балла, падение — 3 балла (1 балл = 30 секунд).

◆ *4-й этап:*

— *вертикальный маятник.* При помощи маятниковой веревки преодолеть воображаемый овраг. С линии «берега» участник, ухватившись за узел на висящей веревке, отталкивается ногами от берега, подтягивает ноги вверх и перелетает на противоположный берег. За заступ в зону оврага одной ногой участник получает 1 балл штрафного времени, за касание двумя ногами — 2 балла, за падение — 3 балла (1 балл = 30 секунд);

— *горизонтальный маятник.* При помощи маятниковой веревки пройти по бревну. Ухватившись за закрепленную веревку, натягивая ее, участник передвигается по бревну приставными шагами. За заступ в опасную зону одной ногой участник получает 1 балл штрафного времени, за касание двумя ногами — 2 балла, за падение — 3 балла (1 балл = 30 секунд).

◆ *5-й этап. Поляна заданий.* Участники определяют названия грибов (по муляжам), птиц и зверей (по фотографиям). За каждый неправильный ответ команда получает 1 штрафной балл (максимум 10 баллов).

◆ *6-й этап. Преодоление «болота» по «кочкам» и жердям.* На этапе расположены четыре «кочки» в опасной зоне

и по одной «кочке» — на одном и другом «берегу». Участники с помощью пяти жердей должны переместиться с одного «берега» на другой. Все жерди должны быть перемещены на целевой «берег». Штраф за невыполнение условий этапа — 30 баллов, однократное касание рельефа в опасной зоне — 1 балл, падение — 5 балла.

Краеведческая викторина. После спортивной части соревнований проводится викторина (за каждый правильный ответ всей команде начисляется 0,5 балла).

Вопросы викторины

1. В какую реку впадает река Теша?
а) р. Волга; б) р. Ока; в) р. Сура.
2. Высшая точка города Арзамаса расположена в районе...
а) Соборной площади; б) станции «Арзамас II»; в) Ивановских бугров.
3. Самая лучшая форма костра, способная отогнать лесных животных:
а) колодец; б) шалаи; в) таежный.
4. Самый надежный способ сушки сапог — это:
а) положить в них горячие камни; б) подвесить над костром; в) положить возле костра.
5. Главный ориентир туриста на ночном небе:
а) звезда Альтаир; б) Полярная звезда; в) созвездие Орион.
6. Пологий склон у муравейников находится:
а) с северной стороны; б) с западной стороны; в) с южной стороны.
7. Непрямой массаж сердца — это:
а) искусственное дыхание; б) операция; в) надавливание на грудную клетку.
8. Если у вас артериальное кровотечение, то тугую повязку нужно накладывать:
а) выше раны; б) ниже раны; в) на саму рану.
9. Дерн — это:
а) вид почвы; б) загрязненный источник воды; в) верхний слой почвы, густо заросший травой.
10. Каким способом можно обезопасить воду для питья? (По одному баллу за каждый способ. Примеры: аква-табс, марганцовка, йод, гидроперит, поваренная соль, кипячение и др.)

Заполненный маршрутный лист свидетельствует о прохождении всей дистанции соревнований. Команды-призеры определяются по наименьшей сумме времени прохождения дистанции ТПП и штрафных баллов, полученных на этапах (1 балл = 5 секунд).

По итогам соревнований команды награждаются грамотой, участники — сладкими призами.



Дополнительное образование: историческая ретроспектива развития



*Г. Н. ДОЖДИКОВА,
канд. пед. наук,
доцент кафедры
теории и практики
Воспитания
и дополнительного
образования
ГБОУ ДПО НИРО*

В 2018 году системе российского дополнительного образования детей исполняется 100 лет. Она представляет собой уникальный социально-педагогический институт, которому нет равных в мире. Впервые за двадцать лет в стране приняты нормативные документы, официально включающие дополнительное образование детей в ряд приоритетов государственной образовательной политики.

Утвержденная Указом Президента РФ от 1 июня 2012 года № 761 «Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012—2017 годы» одним из принципов провозглашает максимальную реализацию потенциала каждого ребенка. В стратегии отмечается, что в Российской Федерации должны создаваться условия для формирования достойной жизненной перспективы для каждого ребенка, его образования, воспитания и социализации, максимально возможной самореализации в социально позитивных видах деятельности [6].

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная в 2014 году, направлена «на воплощение в жизнь миссии дополнительного образования как социокультурной практики развития мотивации подрастающих поколений к познанию, творчеству, труду и спорту, превращение феномена дополнительного образования в подлинный системный интегратор открытого вариативного образования, обеспечивающего конкурентоспособность личности, общества и государства» [4].

В Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации» определено, что дополнительное образование «направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени» [7].

В отечественной истории образования понятие «дополнительное образование» постоянно изменялось и корректировалось, многообразие в определении объясняется многоаспектностью этого педагогического явления. По определению В. П. Голованова, «дополнительное образование детей — это уникальный социальный институт, обладающий особым воспитательным потенциалом, позволяет все большему числу детей успешно адаптироваться к современному социуму, реализовывать себя в условиях интенсивного развития новых технологий» [2].

Характерной особенностью дополнительного образования является то, что в процессе него дети приобщаются к ценностям отечественной и мировой культуры, у них формируются такие принципиально важные для гражданского становления личности качества, как мобильность и коммуникативность, социальная компетентность, личностная позиция, потребность в саморазвитии и ценностное отношение к семье, здоровью, природе, отечественной истории, образованию.

Историческими предпосылками возникновения и становления отечественной *системы* дополнительного образования детей послужили теория и практика общественного воспитания, внешкольного образования, детского движения, попечительской и благотворительной деятельности в России. Для того чтобы понять особенности этой системы, необходимо обратиться к истории развития дополнительного образования.

Отечественная система дополнительного образования детей сложилась на базе единичных и уникальных внешкольных учреждений, созданных еще в царское время видными общественниками и педагогами С. Т. Шацким и В. С. Пирусским. Следует отметить, что, создавая в конце XIX века внешкольные объединения для детей рабочих и служащих, передовые педагоги во главе с С. Т. Шацким основное внимание уделяли развитию детской самостоятельности, считая необходимым всячески поддерживать инициативу и творческую активность ребят, огромное значение придавалось взаимодействию педагога и ребенка на основе взаимного уважения.

Новаторский опыт С. Т. Шацкого по организации внешкольной работы с детьми уже в дореволюционные годы привлекал к себе большой интерес.

Таким образом, в дореволюционный период образовательные учреждения осуществляли социализацию, оздоровление воспитанников, создавали среду, благоприятную для их личностного развития.

Деятельность системы дополнительного образования во



все исторические время оценивалась государством в соответствии с целями и задачами, которые устанавливались самим же государством. Результаты работы учреждений и организаций внешкольной работы и дополнительного образования рассматривались на разных исторических этапах по-разному.

Данный вопрос рассматривается в трудах В. А. Березиной, В. П. Голованова, А. В. Золотаревой, Л. Ю. Кругловой, Е. В. Смольникова, М. О. Чекова и др. Ученые выделяют несколько этапов развития системы дополнительного образования детей:

- ◆ дореволюционный (внешкольное образование);
- ◆ советский (внешкольное воспитание);
- ◆ современный (дополнительное образование детей) [3].



Дореволюционный этап — возникновение внешкольного образования (1905—1917 гг.). Это первые его формы: мастерские, дневные приюты для детей, спортивные площадки, оздоровительные колонии. Все эти учреждения были единичны и решали разные задачи.

После революции в 1917 году создается специальный отдел внешкольного образования. Оно становится государственным и включается в общую систему народного просвещения. Хотелось

бы отметить, что к началу 1920 года в Нижнем Новгороде осуществляли свою работу семь детских клубов, объединяющих 700 детей. В начале 1930-х годов состоялось открытие первой детской технической станции, которая в 1945 году была переименована в Горьковскую областную станцию юных техников, а 30 апреля 1937 года был открыт Дворец пионеров и школьников имени В. П. Чкалова. Первыми детскими кружками стали авиамodelьный, судомodelьный, военно-стрелковый, радиоконструкторский, кружок автовождения. На базе Дворца впервые в России открылись плавательный бассейн, детская радиолaborатория, музей детской организации, туристско-спортивный лагерь детского актива «Звездочка».

В мае 1939 года было принято решение о строительстве Горьковской детской железной дороги, активными участниками которого стали комсомольцы города.

В 1950—1960-х годах — в так называемый период «оттепели» — воспитание приобретает «деятельностный» характер. В этих условиях рождается и распространяется методика коллективного творческого дела И. П. Иванова («Коммуна юных фрунзенцев» во Фрунзенском доме пионеров Ленинграда). Примерно в это же время 22 января 1958 года приказом министра речного флота РСФСР в Горьком создается Детское речное пароходство, а 19 мая в день

рождения пионерской организации были подняты флаг и вымпел его первой навигации.

Характерной особенностью деятельности внешкольных учреждений данного этапа являются уважение к увлечению ребенка; применение его знаний и умений, полученных на занятиях, в интересах коллектива.

В 70—80-х годах XX века сложилась уникальная система внешкольной работы с детьми, не имеющая аналогов в мире, она имела четко определенные задачи, содержание и формы. Появились внешкольные учреждения, учитывающие интересы детей (клубы по месту жительства, разновозрастные отряды), получившие право самостоятельно разрабатывать программы, определять количество детских организаций и педагогический штат. В это время (1974 г.) на базе Горьковского автозавода создается клуб юного автомобилиста.

Во второй половине 1980-х годов во внешкольной работе стали принимать участие творческие союзы, спортивные комитеты, научные учреждения.

В 1992 году в России осуществляется процесс эволюционного преобразования внешкольной работы и внешкольного воспитания в систему дополнительного образования детей, затем включенного Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» в государственную систему образования, создаются предпосылки для перехода от идеологизированной системы образования к вариативной. Активизируется деятельность учреждений дополнительного образования, увеличивается их количество, а работа строится на принципах творческого развития личности ребенка.

С 1993 года наступает период стабилизации. Следует подчеркнуть, что важной задачей государственной образовательной политики на данном этапе является обеспечение доступности дополнительного образования для детей и подростков.

В 1995 году создается областной Центр эстетического воспитания детей, который уже с 2000 года имеет статус государственного образовательного учреждения дополнительного образования детей и осуществляет сетевое взаимодействие муниципальных, региональных и федеральных образовательных учреждений в сфере воспитания и дополнительного образования детей.

В этом же году в Нижегородской области был основан детский санаторно-оздоровительный образовательный центр «Лазурный», который ежегодно принимает на отдых и оздоровление около 7 тысяч детей из 60 районов Нижегородской области.

В 2004 году в Нижнем Новгороде создается еще одно



государственное образовательное учреждение дополнительного образования детей — Детский оздоровительно-образовательный центр Нижегородской области «Дети против наркотиков».

Несмотря на сложный период в сфере образования, в Нижегородской области удалось сохранить и обеспечить развитие системы дополнительного образования и воспитания, которая рассматривается сегодня как важнейшая составляющая единого образовательного пространства, как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение, творческое развитие, профессиональное самоопределение ребенка.

На 1 сентября 2017 года в системе образования Нижегородской области работали 174 государственных и муниципальных, 27 частных организаций дополнительного образования, в которых обучались 84,5 % детей в возрасте от 5 до 18 лет.

Дополнительное образование является сегодня актуальным полноценным и необходимым компонентом системы непрерывного образования, под которым понимается «процесс роста образовательного (общего и профессионального) потенциала личности в течение жизни» [5]. На протяжении многих лет оно остается социально востребованным, включает подрастающее поколение

в разнообразную предметно-практическую и духовную деятельность, направленную на обучение, воспитание, разностороннее развитие личности, и дает реальную возможность выбора своего индивидуального образовательного маршрута.

Сегодня дополнительное образование имеет все основания для признания мировым сообществом его особой роли в развитии детей. Это социально востребованная сфера, в которой заказчиками и потребителями образовательных услуг выступают дети и их родители, а также общество и государство.

100 лет дополнительного образования в России — это история педагогических поисков, удивительных изменений, детских успехов и преодолений. Меняются термины и нормативы, регламенты и отношения, но главное, что все, кто трудится в этой сфере, остаются убежденными сторонниками возможности и необходимости успешного раскрытия потенциала подрастающего поколения. В системе дополнительного образования встречаются талантливые взрослые и одаренные дети, а это значит, что у нашей страны яркое будущее.

И сегодня, решая проблемы дополнительного образования детей, нам необходимо обращаться к накопленному положительному историческому опыту.



Оглядываясь на прошлое и заглядывая в будущее, можно твердо сказать, что России нужны личности, и поэтому система дополнительного образования будет развиваться.

ЛИТЕРАТУРА

1. Голованов, В. П. Доступность дополнительного образования детей как фактор адресной педагогической поддержки семьи : концепция / В. П. Голованов. — М. : ИСВ РАО, 2007. — 40 с.


2. Голованов, В. П. Исторические уроки становления и развития отечественной системы дополнительного образования детей / В. П. Голованов // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. — Сер. 4: Педагогика. Психология. — 2009. — Вып. 1 (12). — С. 69—84.

3. Дополнительное образование: кризис или переходный этап? // URL: <http://www.stolichnoe-obrazovanie.ru/news/729-dopolnitelnoe-obrazovanie-krizis-ili-perexodnyj-etap>.

4. Концепция дополнительного образования детей / утв. распоряжением Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р // URL: <http://government.ru/media/files/ipA1NW42XOA.pdf>.

5. Справка по вопросу «О проекте концепции непрерывного образования». К заседанию коллегии Минобрнауки России 22 февраля 2011 года // URL: <http://mon.gov.ru/files/materials/8282/11.02.22-spravka1.pdf>.

6. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012—2017 гг.».

7. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 29.07.2017) «Об образовании в Российской Федерации» // URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/. 

**В 2017 году в издательском центре учебной и учебно-методической литературы Нижегородского института развития образования
вышло в свет издание:**

Дополнительное образование в педагогических традициях Нижегородской области: Сборник дополнительных общеобразовательных программ / Сост.: Е. В. Боровская [и др.]; под общ. ред. С. А. Фадеевой. 364 с.

Сборник призван способствовать осмыслению новых требований и рекомендаций к представлению содержания и структуры программ, реализуемых в сфере дополнительного образования детей. Программы отражают опыт работы педагогов дополнительного образования, культуру сохранения традиций Нижегородской области с учетом современной нормативно-правовой базы.

Предлагаемый сборник носит практико-ориентированный характер. Его материалы могут быть адаптированы специалистами системы дополнительного образования к существующим условиям. Ссылка на авторов материалов обязательна.

Нижегородское детское речное пароходство — центр парусной жизни России



*Н. В. КОРНЕВА,
библиотекарь
МБУ ДО
«Нижегородское
детское речное
пароходство»*

В 2018 году отмечается 60-летие уникального внешкольного детского учреждения — Горьковского детского речного пароходства. Флаг и вымпел первой навигации детского речного пароходства им. А. Гайдара в Горьком был поднят 19 мая 1958 года, в день 37-й годовщины пионерской организации имени В. И. Ленина. В советское время более 20 тысяч ребят прошли обучение в его стенах. Многие потом стали речниками и моряками, капитанами и механиками.

В 1990-х годах пароходство переживало трудный период, но в 2014 году началась новая страница в его истории. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Нижегородское детское речное пароходство» стало продолжателем славных традиций и правопреемником Горьковского детского речного пароходства. За четыре года существования детского речного пароходства администрацией и педагогами проделана большая работа по его возрождению и привлечению детей.

Сейчас Нижегородское детское речное пароходство — это многопрофильная образовательная организация, обеспечивающая активную, творческую жизнедеятельность детей и подростков, работающая в тесном контакте с организациями дополнительного образования и общеобразовательными школами Нижнего Новгорода, Ялты, Костромы, а также с организациями ВПО и СПО Нижнего Новгорода, Москвы, Санкт-Петербурга, Севастополя и других городов.

Мы используем межотраслевое взаимодействие с учреждениями спорта, культуры, предприятиями морской и речной направленности, судостроительной отрасли, СМИ как инфраструктурными ресурсами. Заключены соглашения о сотрудничестве с Российским университетом транспорта (МИИТ), Черноморским высшим военно-морским ордена Красной Звезды училищем имени П. С. Нахимова (г. Севастополь), Волжским государственным университетом водного транспорта, НГТУ им. Р. Е. Алексеева и др.

Обучение детей в Нижегородском детском речном пароходстве бесплатное по всем направлениям. В настоящее время в нем функционируют центры:

- ◆ гребно-парусной подготовки;
- ◆ малого судостроения, судомоделирования и робототехники;
- ◆ довузовской подготовки и профессионального ориентирования;
- ◆ творческий центр.

К объединениям спортивной направленности относятся «Детская парусная флотилия» и «Морское многоборье», входящие в Центр гребно-парусной подготовки.

В *Детской парусной флотилии* занимаются дети с 8 лет, увлеченные парусным спортом. В отличие от других видов спорта, парусный спорт дарит ощущение свободы и независимости, которое достаточно однажды почувствовать, чтобы полюбить на всю жизнь. Хороший яхтсмен должен чувствовать ветер, понимать свою лодку. Мало заставить яхту идти, нужно заставить ее идти максимально быстро, выбрать такую тактику прохождения дистанции, которая позволит прийти на финиш первым. Гонки под парусом — это серьезная работа, рождающая характер победителей.

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Детская парусная флотилия» дает обучающимся теоретические и практические знания в парусном спорте, формирует у детей навыки яхтенного рулевого, развивает физически и морально, способствует популяризации парусного спорта. Тренировки и соревнования воспитывают у детей выносливость, терпение, целеустремленность. Получив хорошую подготовку в детстве, эти ребята смогут в дальнейшем стать профессиональными яхтсменами, тренерами, специалистами яхтенной индустрии. А кто-то — показать достойные результаты на Олимпийских играх.

Занятия проводит опытный старший тренер-преподаватель Михаил Александрович Докучаев, имеющий квалификацию «спортивный судья первой категории», являющийся членом мерительного комитета на соревнованиях регионального и всероссийского уровней, в частности на первенстве России 2015 года. Недавно начала тренировать группу детей молодой педагог Яна Глебовна Сулоева — сама действующая спортсменка, правнучка великого конструктора судов на подводных крыльях Ростислава Евгеньевича Алексеева.

Сейчас в объединении занимаются более 50 юных спортсменов.

Объединение оснащено парусными лодками «Оптимист», также имеются двухместные парусные лодки класса «420» и «470». На воду флотилия выходит ранней весной и заканчивает навигацию в конце октября. Тренировки прохо-



дят в акватории реки Волги на базе яхт-клуба «Лето» (набережная Гребного канала).

Ежегодно в конце июля в нашем городе Нижегородское детское речное пароходство при поддержке областной общественной организации по развитию и пропаганде морского дела «Нижегородский Морской Клуб» проводит Международную детскую парусную регату «Кубок Губернатора Нижегородской области» и парусные гонки на приз Главы города Нижнего Новгорода для детей в возрасте от 9 до 15 лет в классе яхт «Оптимист» и «420». Впервые эти соревнования прошли в 2013 году, сейчас они стали традиционным спортивным событием. В 2017 году в соревнованиях приняли участие более 60 детей в сопровождении тренеров, родителей и болельщиков из парусных клубов Китая, Беларуси; Крыма, Архангельска, Екатеринбурга, Московской области. В предыдущие годы к нам также приезжали команды из Германии, Сербии, Армении; Самары. Главная цель соревнований — сдружить детей, привить им интерес и тягу к здоровому образу жизни, привлечь как можно больше желающих заниматься парусным спортом.



В ноябре 2016 года в Нижегородском детском речном пароходстве создано детское объединение «*Морское многоборье*». В объединении занимаются дети с 10 лет. Что такое морское многоборье? Это командный вид спорта, в команде — 7 человек. Еще его называют морским пятиборьем, так как сюда входят плавание, бег, стрельба, гребля на ялах (шлюпках), управление ялом под парусом. Морское многоборье позволяет получить всестороннюю физическую подготовку, воспитывает смелость, находчивость, решительность, взаимовыручку и умение работать в команде.

Занятия ведут опытные тренеры-преподаватели, один из которых — мастер спорта международного класса, чемпион мира и Европы по морскому многоборью Владимир Сергеевич Ваганов. В настоящий момент в объединении «Морское многоборье» занимаются более 60 детей. Для тренировок у ребят есть восемь четырехвесельных ялов для гребно-парусной подготовки, переданные в дар Нижегородскому детскому речному пароходству министерством обороны РФ, также имеются три спортивных пистолета. Плаванием и ОФП ребята занимаются в ФОК «Мещерский» в специально выделенные для них часы.

Команда Нижегородского детского речного пароходства приняла участие во Всероссийских соревнованиях по морскому многоборью «Морская зарница», проходивших с 5 по 25 мая 2017 года в «Артеке».

Всем обучающимся Нижегородского детского речного

пароходства предоставляется возможность бесплатно отдохнуть и продолжить занятия любимым делом во время летней профильной смены «Нижегородский юнга» на базе ДОЛ «Олимпийские надежды» на Горьковском водохранилище. В рамках смены здесь проводится городская межшкольный слет детских морских команд. Юные спортсмены Центра гребно-парусной подготовки под руководством своих тренеров ежедневно проходят программу тренировок. В завершение смены организуются соревнования по всем видам спортивной подготовки. Ребята, показавшие наилучшие результаты, отбираются для участия в городских, областных и всероссийских соревнованиях. Это прекрасно стимулирует детей к занятиям и достижению высоких спортивных результатов.

Многие воспитанники Детской парусной флотилии имеют 1-й или 2-й юношеские разряды, четверо являются членами сборной Нижегородской области по парусному спорту, более десяти человек — победителями и призерами региональных и всероссийских соревнований в классе «Оптимист».

В копилке наших спортсменов немало побед в детско-юношеских соревнованиях по парусному спорту:

♦ в 2015 году на Всероссийских квалификационных соревнованиях «Олимпийские надежды» в Геленджике Краснодарского края Владимир Докучаев и Анастасия Скопинцева завоевали две путевки на Спартакиаду России, а Анастасия Скопинцева вошла в состав «Серебряного флота» России, то есть в число 100 лучших яхтсменов России в возрасте до 16 лет;

♦ в 2017 году команда завоевала 1-е, 2-е и 3-е места в классе яхт «420» в Открытом чемпионате и первенстве Нижегородской области по парусному спорту «Солнечный берег» (в акватории Горьковского водохранилища на базе яхт-клуба «Белая речка»). В классе яхт «Оптимист» отличились Анастасия Скопинцева, Владимир Комаров и Валерия Митина, получившие 1-е, 2-е и 3-е места в личном зачете;

♦ на детско-юношеских соревнованиях по парусному спорту «Паруса надежд — 2017» наши воспитанники завоевали три первых, три вторых, одно третье места;

♦ в октябре — ноябре 2017 года наша команда участвовала во Всероссийском соревновании по парусному спорту «27-я Геленджикская регата» (Геленджик, Краснодарский край);

♦ команда неоднократно участвовала во всероссийских соревнованиях в Таганроге;

♦ ежегодно наши спортсмены занимают призовые места в командном и личном зачетах на Международных со-



ревнованиях по парусному спорту среди юношей Junior Volga Cup Optimist Class «Кубок Губернатора Нижегородской области» в международном классе яхт «Оптимист», «420»; в парусных гонках на приз Главы города Нижнего Новгорода.

Учитывая все достижения наших ребят, Всероссийская федерация парусного спорта выделила Нижегородскому детскому речному пароходству 13 бесплатных путевок в МДЦ «Артек» в августе 2017 года на смену «Детская парусная школа Артека». Это была незабываемая смена! Дети не только отдохнули, обучились, но и успешно выступили в соревнованиях: Всеволод Кудрин занял 1-е место в регате «Паруса Артека» в классах яхт «Снайп»; Валерия Беспалова — 3-е место в регате «Паруса Артека» в классах яхт «Оптимист»; Евгений Докучаев — 1-е место в регате «Паруса Артека» в классах яхт «Снайп»; Владимир Докучаев — 1-е место в регате «Паруса Артека» в классах яхт «Оптимист».

В заключение необходимо сказать несколько слов о человеке, благодаря которому состоялось возрождение уникального многопрофильного образовательного учреждения Нижегородское детское речное пароходство — его директоре Владимире Ивановиче Дьякове. Владимир Иванович тесно связан с морем: родился и вырос в Севасто-

поле, закончил Черноморское высшее военно-морское училище им. П. С. Нахимова, служил на Северном флоте на ТАВКР «Адмирал Кузнецов» в поселке Видяево Мурманской области.

В 2009 году по инициативе и при участии Владимира Ивановича была создана Областная общественная организация по развитию и пропаганде морского дела «Нижегородский Морской Клуб», учредителями и членами которой стали офицеры запаса Военно-Морского флота России и моряки гражданских специальностей. Владимир Иванович сам прошел прекрасную спортивную подготовку, является заядлым яхтсменом и, будучи командором Нижегородского Морского Клуба и директором МБУ ДО «Нижегородское детское речное пароходство», всячески поддерживает развитие парусного спорта в Нижнем Новгороде.

Так, в сентябре 2017 года Нижний Новгород стал центром парусной жизни России: именно у нас проходил предпоследний этап масштабного проекта Всероссийской федерации парусного спорта — Национальная парусная Лига. Соревнование в нашем городе было организовано при партнерском участии Нижегородского Морского Клуба и Нижегородского детского речного пароходства при поддержке правительства Нижегородской области. В борьбу за победу вступил 21 экипаж сильнейших яхтсменов России из



Москвы, Московской области, Санкт-Петербурга, Тверской области, Перми, Сочи, Краснодара, Новосибирска, Саратова, Нижнего Новгорода, Таганрога. Акватория гонок располагалась в самом центре города — напротив катера «Герой» у подножия Чкаловской лестницы.

VII этап Высшего дивизиона Национальной парусной Лиги можно смело назвать самым масштабным за всю историю проекта. Это незабываемое спортивное зрелище привлекло большое количество гостей и жителей города, велась прямая трансляция гонок на большом экране, работали профессиональные комментаторы. Юные спортсмены Нижегородского детского речного пароходства были волонтерами на этом мероприятии, общались с яхтсменами-профессионалами, набирались бесценного опыта. Для наших ребят это стало воплощением мечты, а для всех зрителей — возможностью приобщиться к парусному спорту и привести своих детей заниматься в Центр гребно-парусной подготовки.

За детство счастливое наше спасибо!

Год 2018-й — юбилейный год для Детского речного пароходства имени Аркадия Гайдара: 60 лет назад, 19 мая 1958 года, состоялось открытие первой навигации. Сегодня наши дети имеют возможность отдыхать в оздоровительных лагерях, занимаются наукой и творчеством, посещая тематические смены. А я вспоминаю свое детство...

С поздравлениями по случаю юбилея и с глубокой благодарностью к своим наставникам, друзьям и юным речникам я пишу эти строки.

Волгари, друзья мои хорошие,

Все же я, наверное, решусь:

К вам приду негаданно-непрошено,

В рейс, да чтоб подальше, попрошусь*.

Мои самые счастливые детские воспоминания связаны с учебой, а больше — с летней плавательской практикой в Горьковском детском речном пароходстве им. А. Гайдара. Была такая внешкольная организация в городе Горьком. В нее по желанию принимались школьники начиная с 6—7-го классов. Обучение длилось два—три года. В учеб-



*Н. С. НУЖДИНА,
документовед
общего отдела
ГБОУ ДПО НИРО*

* В статье используются отрывки из стихотворения горьковского поэта Владимира Половинкина «Обращение к волгарям».

ное время мы постигали азы речного дела в теории: в классах, расположенных в здании на ул. Гордеевской, изучали устройство судов и работу двигателей. А вот в летние каникулы наступала практика на судах детского пароходства «Юный водник», «Аркадий Гайдар», «Ом-130». Это было самое интересное и долгожданное время! После года занятий мы на практике, под руководством старших, применяли полученные знания: участвовали в увлекательных походах по Оке и Волге, устраивали соревнования по гребле на шлюпках по Гребневскому каналу, ходили в рейс до Астрахани на теплоходе «Октябрьская революция», были дублерами экипажа, стояли настоящие вахты. Еще у нас проходили концерты, экскурсии в городах, «зарницы» на зеленых стоянках, а однажды состоялась товарищеская встреча по футболу с командой одного из пионерских лагерей на Оке.



Посмотрю, как медленно навстречу нам,
Раздвигая плавно берега,
Полосами алыми расцвечена,
Двигается великая река —
Широко струящимися плесами,
Воложкой в дремотном ивняке,
Белыми судами остроносими,
Темными дымами вдалеке...

Я сама была активной участницей Совета юных капитанов и концертной деятельности. Наши сборные выступления всегда были яркими, динамичными! Детское речное пароходство, являясь подшефной организацией Волжского пароходства, принимало участие в парадах судов, проводимых в честь профессионального праздника, — когда в четком кильватерном строю по Волге следуют теплоходы-флагманы пароходства, суда на воздушных крыльях и наш «Аркадий Гайдар»!

В мае 1985 года я в составе делегации юных речников принимала участие в открытии легендарного памятника катера «Герой». Как председатель Совета юных капитанов командовала составом юных водников и на площади Ленина отдавала рапорт начальнику Детского пароходства в День защиты детей во время открытия традиционной «малой» навигации, которая и означала начало летней плавательской практики.

О нас, юных водниках Горьковского детского речного пароходства, нашей деятельности писали и местные газеты, и всесоюзная «Пионерская правда», и детский журнал «Костер».

С радостью и удовольствием мы, мальчишки и девчонки, носили форму — тельняшки, гюйсы, обязательно ремень с медной пряжкой, которую каждый начищал до блеска!

Геннадий Андреевич Кулаков — начальник Горьковско-

го детского речного пароходства, заслуженный работник транспорта РСФСР, Юрий Викторович Прохоров — заместитель начальника, Нина Андреевна Воронова — заместитель начальника ГДРП по воспитательной работе, Александр Викторович Ражев — капитан теплохода «Аркадий Гайдар» и многие другие, чьи имена навсегда остались в памяти и сердцах ребят в матросской форме.


Первое волнение уляжется,
Тишина на душу снизойдет...

Сразу полегчавшим мне покажется
Груз моих сомнений и забот.

Мы давно выросли. По-разному сложились наши судьбы. Не все выбрали профессию речника, зато мы прошли хорошую школу самостоятельности, познали цену настоящего труда, свой патриотизм воспитали на встречах с удивительными людьми, с героями, научились видеть и ценить красоту реки. Образование я получила профильное — инженер-гидротехник, однако моя профессиональная жизнь, к сожалению, не связана с рекой, но в душе я — речник, всегда так говорю! Знаю, что многие ребята успешно закончили Речное училище и Водный институт. А моя подружка на фото — Наташа Локтева — теперь повар, она ходит в навигацию на грузовых судах.



Но недолго буду в одиночестве,
Подойдет и спросит кто-нибудь:
«Как тебя по имени и отчеству,
Ты по делу? Или отдохнуть?»
Хоть вопросом этим я не мучился,
Хорошо, что он меня спросил.
Я по делу — по реке соскучился
Так, что быть в разлуке нету сил.

Сейчас в городе работает Нижегородское детское речное пароходство. Там занимаются нынешние мальчишки и девчонки, они побеждают во всероссийских и международных конкурсах и соревнованиях. Пожелаю им удачи, интересных событий и чистой воды под форштевнем! 

В 2017 году в издательском центре учебной и учебно-методической литературы НИРО вышло в свет издание:
Чичикин В. Т., Каманов Б. Ф., Ластовецкая А. А. Инновационные подходы к содержанию базовой физкультурной деятельности учащихся 1—4 классов общеобразовательных организаций: Методическое пособие. 174 с.

Пособие адресовано учителям физической культуры, учителям начальных классов, работникам в сфере физического воспитания, руководителям общеобразовательных организаций, педагогам дополнительного образования и всем интересующимся вопросами современного физического воспитания.

*Физическое воспитание
и Всероссийский физкультурно-
спортивный комплекс ГТО
Библиографический материал*



*Е. В. ШАДРИНА,
библиограф
библиотеки
ГБОУ ДПО НИРО*

Информационно-библиографический материал адресован преподавателям физической культуры образовательных организаций и относится к 2014—2017 гг.

1. Аникин, А. А. Воздействие подвижных игр с элементами футбола на развитие физических качеств детей младшего школьного возраста / А. А. Аникин // Физическая культура в школе. — 2015. — № 5. — С. 26—29.

2. Вакурина, Н. А. Опыт работы учителя физкультуры с одаренными детьми в условиях сельской школы / Н. А. Вакурина // Одаренный ребенок. — 2016. — № 6. — С. 120—122.

3. Виноград, Д. В. Влияние упражнений комплекса ГТО на решение задач физического воспитания суворовцев и кадетов / Д. В. Виноград // Физическая культура в школе. — 2016. — № 7. — С. 35—40.

4. Галимзянова, М. Б. Подготовка юношей-школьников к службе в армии на учебных военных сборах / М. Б. Галимзянова, И. М. Салифов // Физическая культура в школе. — 2015. — № 4. — С. 23—25.

5. Герчак, Я. М. Социально-экономические и правовые аспекты развития и совершенствования системы физического воспитания в процессе модернизации высшей школы / Я. М. Герчак // Педагогическое образование и наука. — 2015. — № 2. — С. 69—75.

6. Игнатьев, П. В. Технология проектирования физической подготовки учащихся образовательных организаций: метод. пособие / П. В. Игнатьев. — Н. Новгород: НИРО, 2016. — 138 с.

7. Каганов, В. Методические рекомендации по поддержке деятельности работников физической культуры, педагогических работников, студентов образовательных организаций высшего образования и волонтеров, связанной с поэтапным внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в субъектах

РФ / В. Каганов // Вестник образования. — 2015. — № 1. — С. 70—80.

8. *Каганов, В.* О проведении Всероссийского смотроконкурса на лучшую постановку физкультурной работы и развитие массового спорта среди школьных спортивных клубов : Приказ Министерства образования и науки РФ от 3 апреля 2017 г. № 295 // В. Каганов // Вестник образования. — 2017. — № 8. — С. 47—63.

9. *Костикова, Г. В.* Реализация комплекса ГТО в общеобразовательных организациях / Г. В. Костикова, С. С. Михайлов, А. С. Фетисов // Физическая культура в школе. — 2016. — № 4. — С. 2—8.

10. *Кузнецов, В. С.* Организационно-методические основы внеурочной работы со школьниками по комплексу ГТО / В. С. Кузнецов, Г. А. Колодницкий // Физическая культура в школе. — 2016. — № 6. — С. 52—60.

11. *Кулькова, И. В.* Физические качества — важная составляющая формирования двигательных умений и навыков / И. В. Кулькова // Физическая культура в школе. — 2015. — № 4. — С. 45—52.

12. *Куренцов, В. А.* Организационно-педагогические подходы в физическом воспитании младших школьников при подготовке их к выполнению нормативов комплекса ГТО I и II ступеней / В. А. Куренцов, Э. А. Зюрин, И. И. Абдюков // Физическая культура в школе. — 2017. — № 4. — С. 50—58.

13. *Куцаев, В. В.* Рекомендации школьникам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. В. Куцаев // Физическая культура в школе. — 2016. — № 2. — С. 39—46.

14. *Куцаев, В. В.* Рекомендации школьникам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. В. Куцаев // Физическая культура в школе. — 2016. — № 3. — С. 20—26.

15. *Куцаев, В. В.* Рекомендации школьникам для самостоятельных занятий по подготовке к сдаче нормативов комплекса ГТО / В. В. Куцаев // Физическая культура в школе. — 2016. — № 7. — С. 8—12.

16. *Лукьяненко, В. П.* Проблемы реализации компетентностного подхода в физкультурном образовании России / В. П. Лукьяненко, Н. В. Муханова // Физическая культура в школе. — 2016. — № 6. — С. 43—51.

17. *Медведев, Д.* Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) // Вестник образования. — 2014. — № 15. — С. 6—13.

18. Методические рекомендации по организации проведения испытаний (тестов), входящих во Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обо-

- роне» (ГТО) // Вестник образования. — 2014. — № 17. — С. 63—72.
19. *Милованов, С. Е.* Свободное пространство физической культуры / С. Е. Милованов, А. С. Кучерявенко // Народное образование. — 2015. — № 2. — С. 202—204.
20. *Мутко, В.* Об утверждении порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО): Приказ Министерства спорта РФ от 28 января 2016 г. № 54 / В. Мутко // Вестник образования. — 2016. — № 7. — С. 45—51.
21. *Перова, Е. И.* Комплекс ГТО в XXI веке / Е. И. Перова // Физическая культура в школе. — 2014. — № 6. — С. 58—62.
22. *Перова, Е. И.* Опыт апробации и внедрения комплекса ГТО в различных регионах Российской Федерации / Е. И. Перова // Физическая культура в школе. — 2015. — № 7. — С. 47—55.
23. *Полунина, Т. И.* В школе — оздоровительная аэробика / Т. И. Полунина, М. Ф. Самойлов // Физическая культура в школе. — 2015. — № 4. — С. 28—38.
24. *Путин, В. В.* О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) // ОБЖ. Основы безопасности жизни. — 2014. — № 4. — С. 58.
25. *Ротерс, Т. Т.* Развитие ритма у школьников во взаимодействии физического и эстетического воспитания / Т. Т. Ротерс // Педагогическое образование и наука. — 2015. — № 6 — С. 95—99.
26. *Сагалаков, Н. У.* Школьные спортивные клубы в муниципальной системе физического воспитания учащихся / Н. У. Сагалаков // Физическая культура в школе. — 2015. — № 5. — С. 53—61.
27. *Селищева, Е. А.* Эффективность критериальной системы оценивания (на примерах уроков физической культуры в 7—8 классах) / Е. А. Селищева, М. А. Ступницкая // Педагогическая диагностика. — 2015. — № 1. — С. 12—18.
28. *Степанова, Л. М.* На уроках физической культуры — прикладное плавание / Л. М. Степанова // Физическая культура в школе. — 2015. — № 4. — С. 38—43.
29. *Титлов, А. Ю.* Адаптация организма школьников-туристов в весеннем многодневном туристском походе / А. Ю. Титлов, М. В. Чайченко // Физическая культура в школе. — 2017. — № 4. — С. 59—62.
30. *Труфанова, С. Н.* Место и роль учебника по физической культуре в образовательном процессе в условиях реализации требований ФГОС / С. Н. Труфанова // Физическая культура в школе. — 2015. — № 5. — С. 2—11.


31. *Фомичев, А. В.* Готовность педагога физической культуры к деятельности самообразования : монография / А. В. Фомичев. — Н. Новгород : НИРО, 2015. — 171 с.

32. *Фомичев, А. В.* Регуляция деятельности самообразования педагога в сфере физической культуры : рабочая тетрадь для слушателей курсов / А. В. Фомичев. — Н. Новгород : НГТУ им. Р. Е. Алексеева, 2016. — 171 с.

33. *Чичикин, В. Т.* Инновационные подходы к содержанию базовой физкультурной деятельности учащихся 1—4 классов общеобразовательных организаций : методическое пособие / В. Т. Чичикин, Б. Ф. Каманов, А. А. Ластовецкая. — Н. Новгород : Нижегородский институт развития образования, 2017. — 174 с.

34. *Чичикин, В. Т.* Проблема сущности профессиональной готовности педагога / В. Т. Чичикин // Нижегородское образование. — 2016. — № 4. — С. 114—118.

35. *Щуркова, Н. Е.* Искусство индивидуального воздействия / Н. Е. Щуркова // Физическая культура в школе. — 2016. — № 6. — С. 11—17.

36. *Ярышкина, Ю. А.* Культура движений как условие построения здоровьесформирующей образовательной среды в начальной школе / Ю. А. Ярышкина, Л. В. Смирнова // Физкультура в школе. — 2016. — № 6. — С. 2—6. 

РУБРИКИ ЖУРНАЛА

«**Педагогическая мастерская**» — описание интересных подходов в работе образовательных организаций или конкретных педагогов

«**Методическая подсказка**» — практические советы и рекомендации специалистов методических служб, мини-эссе, описывающее фрагмент опыта конкретного педагога или специалиста

«**Программа — проект — результат**» — воспитательные программы и проекты

«**Калейдоскоп творческих идей**» — конспекты уроков, сценарии классных, внеурочных и праздничных воспитательных мероприятий

«**Классный час по расписанию**» — конспекты классных часов

«**Ура! Каникулы**» — разработки каникулярных мероприятий

«**Шире круг**» — рекомендации по работе с окружающим социумом, с родительской общественностью, проведению общественных мероприятий и др.

«**Герои нашего времени**» — о взрослых и детях, отличившихся на каком-либо поприще, совершивших героические поступки

«**Календарь событий важных**» — материалы, отражающие основные даты года

«**Мысли вслух**» — рассуждения педагогов-практиков о проблемах современной школы и общества

«**Веселые истории**» — курьезные случаи из жизни школы

Оригинал-макет подписан в печать 02.04.2018. Формат $70 \times 100 \frac{1}{16}$.

Бумага офсетная. Гарнитура SchoolBook.

Печать офсетная. Усл.-печ. л. 9,03.

Тираж 400 экз. Заказ 2457.

Отпечатано в издательском центре
учебной и учебно-методической литературы ГБОУ ДПО НИРО.

Дата выхода в свет 25.04.2018.

Распространяется бесплатно

