МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«ЯНГЕЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

ИМЕНИ ФИЛАТОВА АЛЕКСАНДРА КУЗЬМИЧА»

**«Реализация ФГОС НОО**

**на уроках физкультуры»**

Подготовила:

учитель физической культуры

Зулкарнаева Альбипа Дамировна

2023 г.

      Одной из современных задач начального образования является сохранение и укрепление здоровья детей.

      ФГОС НОО   определяет эту задачу как одну из приоритетных.

      Среди других важнейших идей ФГОС  НОО:

1. Определение современного национального воспитательного идеала, который обозначен в Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России.  Именно  с этим документом связано понятие – «духовное здоровье обучающихся школы 1 ступени».
2. Достижение новых образовательных результатов (предметных, метапредметных, личностных), формирование которых возможно  на основе нового содержания образования  и несколько иных  способов деятельности педагога.
3. Обеспечение условий достижения планируемых результатов (материально-технических, гигиенических, иных условий реализации основной образовательной программы начального общего образования ).

      Результатом реализации указанных условий, в соответствии с ФГОС НОО, и должно стать – создание **комфортной развивающей образовательной среды**. Данное понятие в концепции ФГОС определяется как образовательное пространство:

-        обеспечивающее высокое качество образования, его доступность, открытость и привлекательность для обучающихся, их родителей  и всего общества, духовно-нравственное развитие и воспитание  обучающихся;

-        гарантирующее охрану и укрепление физического, психологического, духовного и социального здоровья обучающихся.

Именно такое  образовательное пространство является  комфортным  по отношению к обучающимся  и педагогическим работникам.

      Здоровье, по концепции стандартов, понимается как совокупность нескольких составляющих, среди которых: физическое, психическое, духовное, социальное здоровье.

**Одним из факторов,  обеспечивающих достижение результатов** деятельности по сохранению и укреплению здоровья в образовательном учреждении, выступает ее научно- обоснованный характер,  последовательность,  учет возрастных и социокультурных особенностей,  информационная безопасность и практическая  целесообразность.

Поэтому в примерной образовательной программе НОО четко обозначены цели и задачи  деятельности ОУ по данному направлению. Эта деятельность  должна:

* сформировать представление о позитивных и негатив­ных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
* дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболе­вания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
* сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
* научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
* сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
* сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
* обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
* научить учащихся  делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
* сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

       Очевидно, что  решение данных задач направлено   на  формирование у детей: знаний,  личностных ориентиров  и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

       Другими словами – направлено на достижение предметных, метапредметных и личностных результатов образования.

       Вместе с тем, обязательной  является  и определенная в Примерной  образовательной программе**структура системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования.**

       Система работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни  представлена в стандарте  в виде пяти взаимосвязанных блоков (направлений):

-        создание здоровьесберегающей инфраструктуры,

-        рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся,

-        эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы,

-        реализация образовательной программы и просветительской работы с родителями.

       Каждое направление- это определенный перечень видов деятельности по выполнению поставленных задач.

**Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения**включает:

-        соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;

-        наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;

-        организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;

-        оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;

-        наличие помещений для медицинского персонала;

-        наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

       Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию образовательного учреждения.

**Рациональная организация учебной  и внеучебной деятельности обучающихся,**направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального на­пряжения и утомления, создание условий для снятия пере­грузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

-        соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполне­ние домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;

-        использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);

-        введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;

-        строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

-        индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования;

-        ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.

       Эффективность реализации этого блока зависит от **деятельности каждого педагога.**

**Эффективная организация  физкультурно-оздоровительной работы,**направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

-        полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);

-        рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;

-        организацию занятий по лечебной физкультуре;

-        организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;

-        организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повы­шению двигательной активности;

-        организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;

-        регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

       Реализация этого направления зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, медицинских работников,  а также всех педагогов.

**Реализация дополнительных образовательных программ**предусматривает**:**

-        внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;

-        проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;

-        создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу « Здоровье».

Деятельность, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий:

-        интеграцию в базовые образовательные дисциплины;

-        проведение часов здоровья;

-        факультативные занятия;

-        занятия в кружках;

-        проведение досуговых мероприятий: конкурсов, празд­ников, викторин, экскурсий и т. п.;

-        организацию дней здоровья.

***Просветительская работа с родителями (законными представителями)****включает:*

-        лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;

-        приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

-        организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.;

-        организация выставки новинок литературы в библиотеке, информационных стендов, школьных газет, разработка соответствующей страницы сайта и т.д.

       Итак, на основе   определенных  целей, задач и  системы работы  проектируются Программа. Называется этот документ – «Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования». Данная программа является составной частью основной образовательной программы начального общего образования. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни  - это комплексная программа деятельности образовательного учреждения.

       Программа формирования  культуры  здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования  формируется  с учётом факторов, оказывающих сущест­венное **влияние на состояние здоровья детей,**таких как**,**неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия, особенности отношения  младших школь­ников к своему здоровью и др.

       При проектировании Программы  каждое образовательное учреждение опирается  на собственный опыт работы в этом направлении. При этом, следует заметить, что **вариативная часть УП**может   определять внеучебную проектную деятельность обучающихся в рамках предметных областей «Окружающий мир», «Физическая культура», «Технология»; спортивно-оздоровительный модуль программы социализации и воспитания обучающихся.  **Инвариантная** же часть УП также способствует реализации программы по здоровьесбережению, так как на формирование здорового образа жизни нацелены предметные области «Окружающий мир», «Физическая культура». Требования к предметным результатам и предполагают возможность научить детей понимать необходимость ЗОЖ, соблюдать правила безопасного и здорового поведения, использовать знания о строении и функционировании организма для сохранения и укрепления своего здоровья. Ребенок, находясь в учебной  деятельности,  получает возможность научиться простым навыкам самоконтроля и саморегуляции своего  состояния, осознанно выполнять режим дня, правила рационального питания и личной гигиены, оказывать первую помощь при несложных несчастных случаях.

        Очевиден и  тот факт, что Программа **формирования культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования**создается в тесной связи с **Программой социализации**(здоровье социальное), **Программой духовно-нравственного воспитания и развития обучающихся школы первой  ступени** (здоровье духовное) и  с **Программой  внеурочной деятельности образовательного учреждения.**

**Показателем успешности**проводимой физкультурно-массовой и оздоровительной работы школы является положительная динамика здоровья обучающихся  во всех его проявлениях, активное участие  детей в различных мероприятиях, а ожидаемыми  результатами  от реализации Программы могут стать такие изменения в образовательном процессе,  как

-  Составление паспортов здоровья;

-  Разработка новых физкультурно-образовательных технологий и методики адаптивной физической культуры;

-  Совершенствование  мониторинга состояния  здоровья  и заболеваемости обучающихся;

-  Рост качества образования и мотивации к сохранению и укреплению своего здоровья;

-  Увеличение доли обучающихся, охваченных системой дополнительного образования;

-  Повышение уровня физической подготовленности обучающихся;

-  Снижение заболеваемости школьников,  количества психоэмоциональных расстройств;

-  Модернизация материально-технической базы школы.

В своей основе ФГОС психологизирован. **Основная цель и задача ФГОС – это развитие личности.** Инструментом в построении уроков физической культуры в рамках ФГОС является**системно – деятельностный подход.**

Развитие личности человека - это развитие системы «человек - мир». В этом процессе человек, личность выступает как активное творческое начало. Взаимодействуя с миром, он строит сам себя. Активно действуя в мире, он таким путём самоопределяется в системе жизненных отношений, происходит его саморазвитие и самоактуализация его личности. Через деятельность и в процессе деятельности человек становится самим собой.

**Традиционный урок – это когда меня (ученика) учат.**

**Урок в рамках ФГОС – это когда я учусь (обучающийся).**

То есть на уроке физической культуры должны создаваться условия для активности обучающегося.

Основные задачи урока физической культуры сегодня – не просто вооружить ученика навыкам и умениям в различных видах спорта, а сформировать у него умение и желание заниматься физической культурой и спортом всю жизнь, уметь работать в команде, сформировать способность к**самоизменению и саморазвитию на основе рефлексивной самоорганизации.**

**В основе ФГОС лежит формирование универсальных учебных действий.**

УУД в широком смысле – это «умения учиться», т.е. совокупность способов действия обучающегося, обеспечивающих его способность к самостоятельному усвоению новых знаний и умений, включая организацию этого процесса.

Сложность организации работы по формированию УУД заключается в том, что на уроке физической культуры данную работу необходимо выполнять в процессе двигательной активности.

1. Методика формирования УУД на уроках физической культуры направлена на самостоятельный поиск решения двигательной задачи, анализ и оценку двигательных действий, поиск и формулирование цели, а также систематизацию полученных знаний и умений. При этом стоит отметить, что в имеющихся подходах к обучению физической культуре, основанных на объяснительно-иллюстративном и демонстрационном методах, недостаточно внимания уделяется самостоятельности. Такой подход не в полной мере может обеспечить результаты обучения физической культуре, прописанные в новом стандарте. Повышение познавательной самостоятельности и творческой активности учащихся возможно при использовании современных педагогических технологий: проблемного обучения, проектное обучение, активных методов, информационно-коммуникационных технологий и др.

2. Содержание УУД определяется с учетом задач физического воспитания, типа урока, личности педагогов и особенности их работы.

**Виды и содержание УУД, формируемые на уроках физической культуры**

**Личностные**

1.Самоопределение

2.Смыслообразование

**Регулятивные**

1.Соотнесение известного и неизвестного

2.Планирование

3.Оценка

4.Способность к волевому усилию

**Познавательные**

1.Формулирование цели

2.Выделение необходимой информации

3.Структурирование

4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи

5.Рефлексия

6.Анализ и синтез

7.Сравнение

8.Классификации

9.Действия постановки и решения проблемы

**Коммуникативные**

1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами

2.Постановка вопросов

3.Разрешение конфликтов

**Структура урока физической культуры должна быть прозрачной для обучающегося. То есть обучающийся должен знать: зачем я это делаю?**

**Должно быть осмысление урока. Соответственно между частями урока должны быть логические связи:**

1.     Актуализация, постановка проблемы, мотивация

2.     План, целеполагание

3.     Критерии оценки в процессе урока, к чему стремиться, к какому результату в зависимости от индивидуальных способностей

4.     Осмысленное выполнение упражнений. Обучающиеся должен знать зачем они выполняют те или иные упражнения. На какие группы мышц, и зачем им это нужно.

5.     Самооценка при выполнении упражнений. Что получается, а что нет.

6.     Коррекция

7.     Реализация

8.     Рефлексия. Перспективный план на реализацию задач