

**МБОУ «Кармановская средняя школа»**



**Из опыта работы  
учителя физической культуры  
Ларченко Людмилы  
Анатольевны**





- **Фамилия, имя, отчество:**  
**Ларченко Людмила Анатольевна**
- **Образование:** высшее
- **Что окончила и когда:** Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, 2007г.
- **Факультет:** физкультурно-оздоровительные технологии
- **Специальность:** «Физическая культура и спорт»
- **Категория:** высшая
- **Педагогический стаж:** 10 лет
- **Занимаемая должность:** учитель физической культуры
- **Преподаваемый предмет:** физическая культура
- **Учебная нагрузка:** 18 часов
- **Классы:** 1, 3, 4а, 4б, 7а, 7б.
- **Курсы повышения квалификации:**  
«Профессиональная компетентность учителя физической культуры в условиях реализации требований ФГОС», июнь 2015г.
- **Адрес, телефон:** Смоленская обл, Гагаринский р-н, д. Чуйково, д. 42, тел. 8-910-764-14-24.



«Здоровье - не всё,  
но без здоровья – ничто», -  
говорил древнегреческий  
философ Сократ в далёком  
прошлом, но его слова  
актуальны и в настоящее время.



Согласно усреднённым данным, полученным разными специалистами в последние годы, практически здоровыми можно признать не более 10% нынешних школьников.

Наиболее частые патологии у школьников: нарушение остроты зрения, патология опорно-двигательного аппарата (нарушения осанки и искривление позвоночника), заболевания сердечно-сосудистой системы, пищеварительной системы, аллергические проявления. Особое место занимают заболевания нервной системы и психической сферы.



# Актуальность проблемы

Здоровье человека – тема достаточно актуальна для всех времён и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Считаю, что немаловажную роль в решении этого вопроса играет физическое воспитание, поскольку адекватные его формы способны не только раскрыть двигательные возможности, но и гармонизировать личность. Ведь физическая культура – часть общей культуры личности, которая направлена на сохранение и укрепление здоровья человека.

В своей работе я учитываю, что современные дети талантливы, не боятся высказывать свою точку зрения, они умеют пользоваться достижениями высоких технологий. И это прекрасно! Но здесь есть и обратная сторона – они мало двигаются, а это отрицательно сказывается на их здоровье. Но для этого надо мотивировать детей на двигательную активность как одно из условий сохранения и укрепления здоровья.

Как же сделать так, чтобы дети испытывали удовольствие от движений, ведь именно это необходимо для их здоровья?



С целью предотвращения перегрузки учащихся и сохранения их здоровья в нашей школе вводится спортивно-двигательный режим, включающий в себя утреннюю зарядку, подвижные перемены, динамические паузы, физкультминутки на уроке, ведутся регулярные беседы, выпуски газет, которые позволяют организовать профилактику травматизма, инфекционных заболеваний, вредных привычек.

Раз в четверть проводятся дни здоровья, весёлые старты, спортивные соревнования по различным видам спорта, в которых участвуют все участники образовательного процесса.





В школе формированию у учащихся устойчивой мотивации к занятиям физической культуры способствуют нестандартные формы занятий: урок-сказка, урок-поединок, шейпинг и так далее.

Работа по формированию мотивации не ограничивается рамками урока и происходит также во внеурочное время.

На протяжении ряда лет я применяю дифференцированный подход в обучении, для активизации двигательной активности школьников. Результат моей педагогической деятельности имеет позитивную динамику развития учебных достижений учащихся. Применяя разнообразные формы и методы работы, я добиваюсь значительно высоких результатов в оздоровлении учащихся, а так же повышаю двигательную активность и достигаю удовлетворённость уроками физической культуры.

<b>ОСНОВНЫЕ ГРУППЫ ЗАБОЛЕВАНИЙ</b>	<b>2013-2014 ГОД</b>	<b>2014-2015 ГОД</b>
<b>ЛОР-заболевания</b>	<b>5</b>	<b>4</b>
<b>Заболевания глаз</b>	<b>4</b>	<b>3</b>
<b>Хирургия (нарушения осанки, плоскостопие)</b>	<b>5</b>	<b>3</b>

Данная таблица составлена  
на основании общешкольных показаний.



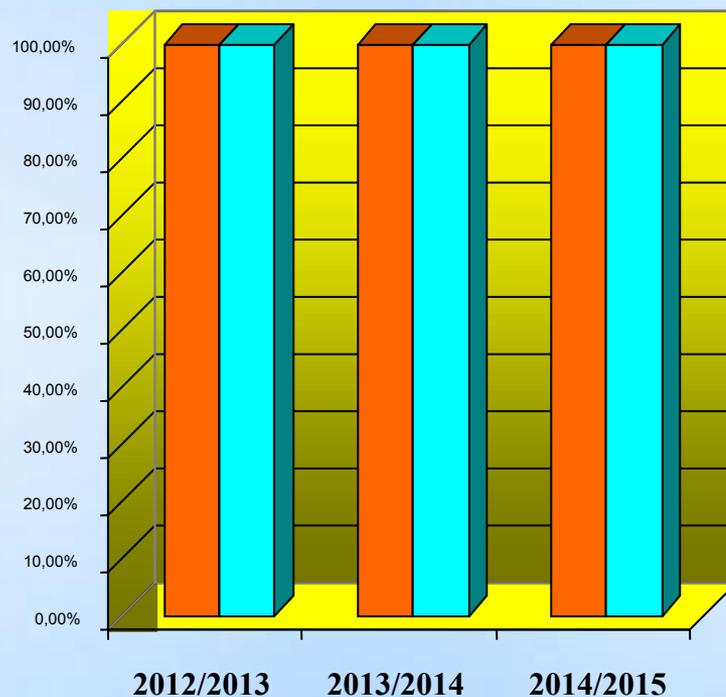
В настоящее время я веду факультативный курс в 1-ом классе «Растём играя» и в 4-ом классе «Здоровый ребёнок – успешный ребёнок».

В 2014-2015 учебном году: 2 класс – «Корректирующая гимнастика», 5 класс – «Я и моё здоровье», 4 класс – «Основы лечебной физической культуры».



Результаты мониторинга качества знаний за последние 3 года показывают, что качество знаний, умений и навыков, полученных на уроках физической культуры составляет 100 %. Ежегодно успеваемость по этим предметам – 100%.

Стабильная успеваемость по физической культуре можно увидеть в диаграмме:



 **качество знаний**  
 **успеваемость**



## **В своей работе использую здоровьесберегающие технологии:**

- медико – гигиенические технологии;
- физкультурно – оздоровительные технологии (они направлены на физическое развитие занимающихся);
- экологические технологии (помогают воспитывать у школьника любовь к природе);
- технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности;

Эти технологии позволяют решить проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся при организации учебно-воспитательного процесса.



Учащиеся нашей школы вместе с родителями, учителями принимают активное участие не только в школьных соревнованиях, но и в соревнованиях районного уровня.



Так же мы с детьми любим выходить на природу, в походы.



С 2013/2014 учебного года являюсь классным руководителем. Начиная с 5 класса я совместно с родителями занимаюсь формированием классного коллектива.

За 3 года работы в качестве классного руководителя удалось создать эффективную модель классного самоуправления.

Активное участие класса в общешкольных мероприятиях является одним из способов формирования классного коллектива.



## Опытом своей работы охотно делюсь с коллегами школы и района.

1. Размещение рабочих программ по физической культуре на сайте школы:  
[www.karmanovoschoo.edusite.ru /](http://www.karmanovoschoo.edusite.ru/)

2. Размещение программ по внеурочной деятельности.

3. Мои выступления:

2011-2012 - «Влияние физической культуры и спорта на формирование личности учащегося» (школьное методическое объединение).

2011-2012 – «Воспитательная направленность уроков физической культуры» (отчёт).

2012-2013 – открытый урок «Гимнастика с элементами гимнастики».

2014-2015 – «Спортивная деятельность и достижения школы в спорте» (районное методическое объединение).

2014-2015 – «Корректирующая гимнастика» (районное методическое объединение).

2015-2016 – «Введение норм ГТО в школе» (общешкольное собрание).



Мы много сейчас говорим о том, что физическая культура должна иметь, в первую очередь, оздоровительную направленность. Но разве речь идёт только о физическом здоровье? Разве мы можем забывать об эмоциональном состоянии наших маленьких граждан?

Когда дети с криками «Ура» бегут на физкультуру и с удивлением и огорчением реагируют на звонок, возвещающий об окончании урока, когда все перемены они проводят в спортивном зале, понимаешь, что работаешь не зря. И это приносит большое удовлетворение от результатов собственного труда.

**Наши дети нас не повторяют,  
И от этого, нам кажется, теряют,  
Но с годами, после нашей смерти  
Смотрят фото, надпись на конверте,  
Почерк и лицо.  
И жизнь сверяют с нами,  
Понимая, - повторяют...**

