**Публичное представление собственного инновационного опыта**

**учителя физической культуры и ОБЖ**

**МБОУ «Красноподгорная средняя общеобразовательная школа имени Героя Социалистического Труда П.М. Волкова» Краснослободского муниципального района РМ**

**Малова Анатолия Федоровича**

**«Физическое воспитание и здоровый образ жизни»**

**1. Актуальность и перспективность опыта.**

Считаю, что эта проблема актуальна, ведь во все времена здоровье считалось для человека единственной, абсолютной и непреходящей ценностью. Оно влияет на все сферы человеческой деятельности, способствует полноценному включению человека в социальную реальность, реализации задуманных им планов, оно – залог активной насыщенной жизни и долголетия.

**2. Концептуальность (своеобразие и новизна опыта, обоснование выдвигаемых принципов и приёмов)**

В основу своей работы положил принципы здоровьесберегающей педагогики, приоритетом которой является грамотная забота о здоровье, как обязательное условие образовательного процесса. Работа построена на принципах:

* **Принцип ненанесения вреда** – построение образовательного процесс так, чтобы здоровье детей сохранилось, а по возможности и улучшалось.
* **Принцип действенной заботы о здоровье детей** – все происходящее в образовательном учреждении – от разработки планов, программ до проверки их выполнения, включая проведение уроков, перемен, организацию внеурочной деятельности учащихся, работу с родителями – должно оцениваться с позиции влияния на психофизиологическое состояние и здоровье учащихся.
* **Принцип триединого представления о здоровье** – подходить к категории здоровья как единству физического, психического и духовно-нравственного здоровья.
* **Принцип непрерывности и преемственности** – проводить здоровьесберегающую работу не от случая к случаю, а каждый день, на каждом уроке.
* **Принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным** **особенностям учащихся** – соответствие объема учебной нагрузки и уровня сложности изучаемого материала индивидуальным возможностям учащегося.
* **Принцип контроля результатов,** основанный на получении обратной связи, проведение диагностики, мониторинга здоровья.

**3. Наличие теоретической базы опыта.**

Давно замечено, что люди, занимающиеся физической культурой и спортом, реже болеют, меньше подвержены стрессовым ситуациям, легче адаптируются в непривычных условиях. Дети, серьезно занимающиеся спортом, желающие добиться результатов в нем, как правило, более ответственно подходят и к учебе и имеют более высокие результаты в учебной деятельности. Ещё великий мудрец Гиппократ говорил, что гимнастика, физические упражнения, ходьба должны прочно войти в повседневный быт каждого, кто хочет сохранить работоспособность, здоровье, полноценную и радостную жизнь. Абсолютно уверен, что при помощи физических упражнений и воздержанности большая часть людей могла бы обойтись без медицины. Как дереву нужны испарение и чистое освежение при помощи ветров, дождей, холодов, иначе оно легко слабеет и вянет, так и человеческому организму необходимы сильные движения, деятельность и серьёзные упражнения.

Уроки физической культуры планирую в условиях 3-х часовой нагрузки в неделю. В своей работе много внимания уделяю развитию практических навыков, необходимых в разных физических ситуациях, сознательному, активному отношению учащихся к урокам физкультуры, разъясняю при этом важность регулярных и систематических занятий физическими упражнениями. Чтобы достичь эффективности урока, я ориентируюсь на личный подход к учащемуся, на создание ситуации, в которой обучающийся нацелен на творческий поиск и самоопределение.

Личностно-ориентированная технология обучения помогает в создании творческой атмосферы на уроке, а так же создает необходимые условия для развития индивидуальных способностей детей.

С целью активизации мышления учащихся и формирования интереса к физической культуре использую проблемное обучение. Для выработки у обучающихся объективной оценки своих достижений, формирования ответственности использую технологию самооценки, где учащиеся определяют свою отметку по выполненному заданию, по усвоенной теме. При самооценке проводится анализ результатов деятельности и не оцениваются свойства личности.

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

Уроки физической культуры провожу в разных условиях – в помещении, на площадке, на местности, в разное время учебного дня. С целью закаливания и укрепления здоровья детей уроки физической культуры проводятся, по возможности, на открытом воздухе. В январе-феврале дети ходят на лыжах. Уроками  лыжная подготовка не ограничиваюсь, стараюсь с детьми проводить и выходные дни на свежем воздухе:  это походы в лес, различные соревнования на лыжах, санках.  Главная цель уроков на свежем воздухе - закаливание и повышение уровня общей физической подготовки учащихся.

**4.Ведущая   педагогическая идея.**

 За  годы своей педагогической деятельности я понял, что наилучший воспитательный результат получается, когда ты опираешься на успех ученика. Ведь этот успех всегда связан с чувствами радости, с эмоциональным подъемом. У ребят, удачно справившихся с каким-либо полезным делом, появляется уверенность в собственных силах, желание достигать хороших результатов, чтобы опять пережить радость успеха.

Осознание этого помогло мне в свое время сделать  для себя исходной точкой работы с детьми основной принцип обучения и воспитания – в каждом ребенке есть способности, которые необходимо найти и развить. Именно этим я и занимаюсь.

         Цель физического воспитания в нашей школе – овладение школьниками основами личной физической культуры, под которой понимается органическое единство знаний, потребностей и мотивов, оптимальный уровень здоровья, физического развития, двигательных способностей.

Над формированием представлений о здоровье, здоровом образе жизни работаю как на уроках физкультуры, так через систему воспитательной внеурочной работы. Внеклассная работа по физическому воспитанию – главный фактор школьной спортивной жизни. Это проведение спортивных секций «Легкая атлетика», «Рыцарских турниров» ко дню Защитника Отечества, соревнований между классами, внутришкольных праздников «Папа, мама, я – спортивная семья», дней Здоровья, участие в районных и республиканских соревнованиях. Во все мероприятия включаются подвижные игры, задания на ловкость, силовые упражнения, в которых с интересом принимают участие не только дети, но и родители.

Изучение предмета «Физическая культура» предполагает, помимо освоения практических навыков, знание теоретических основ, а так же владение информацией о физкультурно-спортивном движении в масштабах района, области, страны.

В основе любого творчества лежит знание, поэтому в процессе подготовки к каждому новому учебному году и в течение учебного года я стараюсь познакомиться с новейшими методическими пособиями, и беру на вооружение то, что можно использовать в дальнейшей своей работе.

**5. Оптимальность и эффективность средств.**

    Сегодня, когда от человека требуется умение принимать нестандартные решения, я стараюсь пробудить в детях желание заниматься спортом – важнейшему качеству современного человека. Способности у всех разные. Видеть их и помочь им раскрыться – высокая миссия учителя.

Немаловажную роль в приобретении учащимися глубоких и прочных знаний играет организация учебной деятельности школьников на уроках, правильный выбор учителем методов, приёмов и средств обучения. В своей работе  применяю разнообразные методы и приемы обучения. Наряду с комбинированными уроками провожу нестандартные уроки  с использованием элементов современного урока: уроки-игры, уроки-соревнования, уроки-состязания.

**6. Результативность опыта.**

Уровень обученности и качество знаний по физической культуре составляет 100%. На каждом уроке уделяю внимание выполнению правил техники безопасности.

Эффективно использую здоровьесберегающие технологии системно-деятельностного подхода в образовательном процессе, обеспечиваю при 100% успеваемости положительную динамику качества знаний. Учащиеся реализуют навыки, приобретенные на уроках, выступают в соревнованиях различного уровня.

**Мои ученики - участники и победители районных и республиканских соревнований, конкурсов.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Ф.И. участника | Дата проведения | Название мероприятия, соревнования | Рез- тат, место |
| 1 | Алышева Олеся | 05.01.15 | Республиканские соревнования по биатлону **г.Саранск** | 2 |
| 2 | Земцова Марина | 25.01.15 | Открытое первенство ДЮСШ № 1 по  легкой атлетике ( прыжки в длину)  **г. Саранск** | 3 |
| 3 | Алышева Олеся | 31.01.15 | Республиканские соревнования по биатлону **г.Саранск** | 2 |
| 4 | Земцова Марина (**в составе** **команды)** | 17.02.15 | Шиповка юных  **г. Саранск** | 2 |
| 5 | Земцова Марина  Никишкина Алена  Алышев Евгений | 2015 | Республиканские соревнования по бегу и с/х памяти Героя Советского Союза, лётчика М.П.Девятаева **п.Торбеево** | 3  3  1 |
| 6 | Земцова Марина  Шишкина Ольга  Алышев Евгений | 2015 | Пробег Атюрьево-Стрельниково, посвященный памяти Героя Советского Союза, уроженца с. Стрельниково Е.Г. Акиняева **с. Атюрьево** | 3  1  1 |
| 7 | Никишкина Алена  Алышев Евгений | 2015 | Республиканские соревнования по бегу памяти Заслуженного работника ФК РМ А.И.Базапрова**. г. Ковылкино** | 1  1 |
| 8 | Земцова Марина | 2015 | Республиканские соревнования по бегу памяти ЗРФК РМ, Олимпийского арбитра, судьи ВК Н.А.Тимофеева.  **г.Саранск** | 3 |
| 9 | Земцова Марина | 2015 | Республиканские соревнования по бегу на призы Героя Социалистического Труда Н.С.Маресиной **с. Атюрьево** | 2 |
| 10 | Земцова Марина  Никишкина Алена | 2015 | **Республиканские** соревнования по бегу памяти адмирала Ф.Ф.УШАКОВА  **д.Алексеевка** | 3  3 |
| 11 | Земцова Марина  Никишкина Алена | 2015 | Республиканские соревнования по **бегу и спортивной ходьбе** на  Призы Главы Администрации Ковылкинского МР. **с. Польцо** | 2  1 |
| 12 | Казнов Максим  Пивоварова В (бег)  Пивоварова В. (с/х) | 2015 | Республиканские соревнования по бегу на призы Главы Республики Мордовия В.Д.Волкова **г. Краснослободск** | 3  3  3 |
| 13 | Никишкина Алена  Пивоварова Верон. | 2016 | Республиканские соревнования по бегу памяти Заслуженного работника ФК РМ А.И.Базарова**. г. Ковылкино** | 2  2 |
| 14 | Никишкина Алена  Пивоварова В.  Гришина Алла | 2016 | Республиканские соревнования по легкой атлетике на призы Главы Республики Мордовия В.Д.Волкова **г. Краснослободск** | 1  2  3 |
| 15 | Никишкина Алена  Гришина Алла | 2016 | Республиканские соревнования по бегу на призы Председателя Правительства Главы РМ В.Ф.Сушкова **д.Красная Подгора** | 3  3 |
| 16 | Никишкина Алена  Гришина Алла  Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по бегу на призы начальника УФСИН России по РМ генерал-майора внутренней службы Р.А. Ягьяева **п. Явас** | 1  1  1 |
| 17 | Никишкина Алена  Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по бегу на призы Главы Администрации Инсарского МР **г. Инсар** | 2  2 |
| 18 | Никишкина Алена  Гришина Алла  Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по бегу на призы Героя Социалистического Труда Н.С.Маресиной **с. Атюрьево** | 2  3  1 |
| 19 | Никишкина Алена | 2016 | Республиканские соревнования по бегу на призы Главы Администрации Ромодановского МР **п.Ромоданово** | 2 |
| 20 | Никишкина Алена  Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по бегу памяти Заслуженного работника физической культуры РМ, уроженца Зубово-Полянского МР Н.Н.Щукина **п. Зубова-Поляна** | 1  1 |
| 21 | Пивоварова Вероника | 2016 | Республиканские соревнования по бегу и с/х памяти Героя Советского Союза, лётчика М.П.Девятаева **п.Торбеево** | 3 |
| 22 | Гришина Алла | 2016 | Республиканский легкоатлетический пробег памяти Председателя Благотворительного фонда РМ А.С.Грачева **г.Саранск** | 3 |
| 23 | Гришина Алла  Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по легкой атлетике на призы Главы Администрации Ковылкинского района РМ **с.Польцо** | 2  2 |
| 24 | Гришина Алла | 2016 | Пробег Атюрьево-Стрельниково, посвященный памяти Героя Советского Союза, уроженца с. Стрельниково Е.Г. Акиняева **с. Атюрьево** | 2 |
| 25 | Пивоварова В. | 2016 | Открытый Чемпионат и Первенство Мордовии по спортивной ходьбе памяти ЗМС России Г.А.Скурыгина **г.Саранск** | 3 |
| 26 | Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по легкой атлетике на призы ЗМС России, серябряного призера Олимпийских игр в Афинах, уроженца Лямбирского МР Д.Г.Нижегородова **с.Лямбирь** | 3 |
| 27 | Пивоварова В. (с/х)  Пивоварова В. (бег) | 2016 | Республиканские соревнования по легкой атлетике (с/ходьба) памяти Заслуженного работника физической культуры РФ, МС СССР А.В.Мельникова **г.Рузаевка** | 3  1 |
| 28 | Пивоварова В. | 2016 | **Открытый Кубок Мордовии** по спортивной ходьбе **г.Саранск** | 2 |
| 29 | Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по спортивной ходьбе памяти ЗРФК РМ, Олимпийского арбитра, судьи ВК Н.А.Тимофеева. **г.Саранск** | 2 |
| 30 | Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по бегу памяти адмирала Ф.Ф.Ушакова  **г. Темников** | 1 |
| 31 | Пивоварова В. | 2016 | Республиканские соревнования по легкой атлетике (с/ходьба) «Моя Родина Мордовия, моя Родина – Мама» **г. Саранск** | 3 |
| 32 | Пивоварова В.  Бугай И.  Никишкина А.  Земцова М. | 08.09.2017 | Республиканские соревнования по бегу в п.Явас | 1  1  1  2 |
| 33 | Пивоварова В.  Козин Роман  Ярмин Дмитрий  Никишкина Алена | 16.09.2017 | Республиканские соревнования по легкой атлетике на призы Главы Республики Мордовия В.Д.Волкова **г. Краснослободск** | 1 м -бег,  2 м. - с/х  3 м. - с/х  2 м. - с/х  3 м. -бег |
| 34 | Пивоварова В. | 17.09.2017 | Республиканские соревнования по бегу и сп/ходьбе в **г.Рузаевка** | 2м. –бег,  3 м. –с/х |
| 35 | Пивоварова В.  Бугай И.  Земцова М. | 23.09.2017 | Республиканские соревнования по легкой атлетике памяти Героя Соц.Труда Н.С.Маресиной.  **с. Атюрьево** | 1 м.-бег,  1 м. –с/х  2 м. –бег  1 м. -бег |
| 36 | Пивоварова В.  Бугай И.  Земцова М. | 24.09.2017 | Республиканские соревнования по бегу памятиЗаслуженного работника физической культуры РМ, уроженца Зуб-Полянского МР Н.Щукина. **п.З.Поляна** | 1  2  2 |
| 37 | Пивоварова В. | 30.09.2017 | Республиканские соревнования по бегу и сп/ходьбе в Чамзинке | 3 |
| 38 | Пивоварова В.  Бугай И.  Утешева К. | 07.10.2017 | Республиканские соревнования по легкой атлетике на призы ЗМС России, уроженца Инсарского МР С.Кирдяпкина. **г. Инсар** | 2  2  2 |
| 39 | Пивоварова В.  Земцова М. | 08.10.2017 | Республиканские соревнования по бегу в п. Ромоданово | 1  3 |
| 40 | Пивоварова В. | 19.10.2017 | Республиканские соревнования по бегу в г. Саранск | 3 |
| 41 | Земцова М. | 2017 | Открытое первенство ДЮСШ № 1 по легкой атлетике. **г. Саранск** | 2 |
| 42 | Пивоварова В.  Бугай И. | 05.05.2018 | Республиканские соревнования по бегу в честь Главы Теньгушевского МР. **с. Теньгушево** | 1  1 |
| 43 | Бугай И.  Шумилкин Г. | 07.05.2018 | Республиканские соревнования по легкой атлетике памяти Героя Советского Союза, лётчика М.П.Девятаева **п.Торбеево** | 2  3 м. –бег  1 м – с/х |
| 44 | Бугай И.  Шумилкин Г.  Пивоварова В. | 11.05.2018 | Республиканские соревнования по бегу памяти адмирала Ф.Ф.Ушакова. **г.Темников** | 1  2  2 |
| 45 | |  | | --- | | Бугай Игорь | | Пивоварова В. | | 20.05.2018 | Республиканские соревнования по легкой атлетике (бег), посвященные Дню Пионерии. **с.Польцо** | 2  3 |
| 46 | |  | | --- | | Маркин Роман | | Солдатова Диана | | Никишкина Алена | | 2018 | Чемпионат Республики Мордовия по легкой атлетике в г. Саранск | 1  2  2 |
| 47 | Пивоварова В. | 2018 | Фестиваль ГТО в г. Саранск | 3 |

В результате использования вышеописанных подходов в повышении эффективности и качества урока физической культуры в современных условиях удается:

- раскрыть всесторонние способности учащихся;

- повысить заинтересованность ребят и увлеченность предметом;

- научить учащихся быть более уверенными в себе;

- научить учащихся стараться использовать полученные знания в различных ситуациях;

- повысить качество знаний учащихся.

**Мои ученики – победители и призеры Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре и ОБЖ.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Учебный год** | **Уровень** | |
| **Муниципальный** | **Республиканский** |
| **2013-2014** | 1)Конкина Марина (9 кл.) – победитель по физической культуре  2)Похлебаева Ольга (8 кл.)- победитель по физической культуре  3)Шишкина Ольга (7 кл.) – победитель по физической культуре  4)Эвтарбиев Рамзан (7 кл.) – победитель по физической культуре  5) Эвтарбиев Ислам (8 кл.) – победитель по физической культуре  6)Михайлова Елена (7 кл.) – призер по физической культуре  7)Еськин Сергей (8 кл.)- призер по физической культуре.  8)Конкина Марина (9 кл.) – победитель по ОБЖ  9) Зеленова Наталья (8 кл.) – победитель по ОБЖ  10) Эвтарбиев Рамзан (7 кл.) – победитель по ОБЖ  11) Шишкина О.(7 кл.) – призер по ОБЖ |  |
| **2014-2015** | 1)Земцова Марина (7 кл.) - победитель по физической культуре  2)Эвтарбиев Рамзан (8 кл.) - победитель по физической культуре  3)Еськин Сергей (9 кл.) - победитель по физической культуре  4)Шишкина Ольга (8 кл.) – призер по физической культуре  5)Похлебаева Ольга (9 кл.) – призер по физической культуре  6)Эвтарбиев Ислам. (9кл.) – призер по физической культуре  7)Похлебаева О. (9 кл.) – призер по ОБЖ  8)Зеленова Н. (9 кл.) – призер по ОБЖ  9)Земцова Марина (7 кл.) – призер по ОБЖ  10)Эвтарбиев Рамзан (8 кл.) – призер по ОБЖ | Похлебаева Ольга – призер по ОБЖ |
| **2015-2016** | 1)Земцова Марина – победитель по ОБЖ;  2) Шишкина Ольга – призер по ОБЖ;  3) Эвтарбиев Рамзан – призер по ОБЖ;  4) Конкина Марина – победитель по ОБЖ;  5) Щудров Артем – призер;  6) Строчков Никита – призер по ОБЖ;  7) Вельдина Кристина – призер по ОБЖ;  8) Кондрашкина Ангелина – призер по ОБЖ;  9) Земцова Марина – призер по физической культуре;  10) Эвтарбиев Рамзан – призер по физической культуре;  11) Шишкина Ольга – призер по физической культуре. | 1)Земцова Марина – призер по ОБЖ  2)Шишкина Ольга – призер по ОБЖ  3)Эвтарбиев Рамзан – призер по ОБЖ  4)Конкина Марина – призер по ОБЖ  5)Шудров Артем – призер по ОБЖ  6) Строчков Никита – призер по ОБЖ |
| **2016-2017** | **Основы безопасности жизнедеятельности**   |  | | --- | | 1) Земцова Марина (9 кл.) - победитель; | | 2) Утешева Кристина ( 9 кл.) – призер; | | 3) Щербинкина Мария (9 кл.) – призер; | | 4) Пеняйкина Карина (9 кл.) – призер; | | 5) Солдатова Анастасия (8 кл.) – призер; | | 6) Вельдина Кристина (8 кл.) – призер; | | 7) Писарев Д. (9 кл.) – призер; | | 8) Алмазов А.(9 кл.) – призер; | | 9) Кондрашкина А. (8 кл.) – призер; | | 10) Лазутенкова Ирина (8 кл.) – призер; | | 11) Симаков Михаил (11 кл.) – призер; | | 12) Гришина Алла (11 кл.) – призер; | | 13) Шумилкина А. (10 кл.) – призер; | | 14) Никишкина Алена – призер. | | |  | | --- | | 1) Земцова Марина – призер; | | 2) Утешева Кристина – призер; | | 3) Щербинкина Мария – призер. | |
| **2017-2018** | **Основы безопасности жизнедеятельности**  1) Земцова Марина(10 кл.) – призер;  2) Утешева Кристина (10 кл.) – призер;  3) Щербинкина Мария (10 кл.) – победитель;  4) Алмазов Александр (10 кл.)- призер;  5) Назаркина Алина (11 кл.) – призер;  6) Солдатова Анастасия (9 кл.) – призер;  7) Вельдина Кристина (9 кл.)- призер;  8) Кондрашкина Ангелина (9 кл.) – победитель;  9) Никишкина Алена (8 кл.) – призер;  10) Куршев Артем (8 кл.) – победитель;  11) Быстрова Раиса (8 кл.) – призер. | 1) Земцова Марина(10 кл.) – победитель;  2) Утешева Кристина (10 кл.) – победитель;  3) Щербинкина Мария (10 кл.) – победитель;  4) Солдатова Анастасия (9 кл.) – победитель;  5) Вельдина Кристина (9 кл.)- победитель;  6) Кондрашкина Ангелина (9 кл.) – призер. |

**7. Возможность тиражирования.**

В целях обмена опытом с коллегами, я провожу открытые уроки, выступаю на семинарах районного и республиканского уровней; заседаниях методических объединений учителей школы и района. Для родителей обучающихся провожу беседы на родительских собраниях, индивидуальные консультации.