Ромуальда Ивановна Немчёнок, учитель английского языка высшей категории ГУО «Учебно-педагогический комплекс Дещенский детский сад-средняя школа» Узденского района. Педагогический стаж – 42 года.

**Движение – это жизнь!**

(Публикация в журнале «Образование Минщины»)

*Роль сельской школы в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного пространства и социума*

Исследованиями доказано, что двигательная активность является физиологической потребностью человека. Недостаточность или отсутствие двигательной активности отрицательно сказывается на формировании молодого организма, нормальной жизнедеятельности взрослого человека. Наличие знаний в области основ здорового образа жизни, о влиянии двигательной активности на системы и функции организма представляет собой важнейшую составляющую в структуре двигательной культуры человека.

Сегодня сложно переоценить роль сельской школы как основного центра по формированию здорового образа жизни субъектов образовательного пространства и социума. Во-первых: основные спортивные сооружения, оборудование и инвентарь в сельской местности сконцентрированы, как правило, в учреждении образования. Во-вторых: педагоги имеют высокую квалификацию в области организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с учащимися. В-третьих: учреждение образования тесно контактирует с семьями учащихся, что позволяет успешно транслировать современные методики и технологии физического воспитания из школы в семью. В-четвертых: базовые хозяйства оказывают школе материальную поддержку и заинтересованы в проведении физкультурно-оздоровительной работы со своими специалистами и работниками в ее стенах. В-пятых: традиции преемственности нескольких поколений (в большинстве сельских семей бабушки и дедушки, мамы и папы, братья и сестры обучались в одной и той же школе, а зачастую одними и теми же учителями) являются важным условием для тесного взаимодействия семьи и школы. Все это подтверждает, что авторитет сельской школы в настоящее время достаточно высок для того, чтобы стать эффективно действующим центром по формированию двигательной культуры учащихся и их ближайшего окружения.

С 2017 по 2020 гг. в нашем учреждении реализовывался инновационный проект «**Внедрение модели формирования двигательной культуры** субъектов образовательного пространства сельской школы». Разработчик и консультант проекта Павел Владимирович Снежицкий, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания и спорта Гродненского государственного аграрного университета.

Основная цель проекта – формирование двигательной культуры субъектов образовательного пространства сельской школы на основе методики индивидуализации двигательных режимов учащихся и представителей их близкого окружения (родители, родственники, соседи, друзья и коллеги родителей) в рамках деятельности учреждения образования как центра двигательного и технологического обеспечения здорового образа жизни.

В проекте приняли участие 18 педагогов, 105 учащихся 5 – 9-х классов, 27 родителей, 96 работников различных учреждений и предприятий микрорайона школы – всего 246 человек. Прежде всего, был изучен исходный уровень функционального состояния, физической подготовленности и объема внеклассной двигательной активности 34 учащихся (экспериментальная группа). Оказалось, что 38 % учащихся группы имеют избыток массы тела, а 29 % ее дефицит. При выполнении тестов (контрольных упражнений) на выносливость и функциональную силу мышц большинство ребят испытывали существенные затруднения. Было выявлено наличие ряда проблем: несоблюдение учащимися режима дня, правил рационального питания, рекомендаций по формированию правильной осанки, низкий уровень физической нагрузки во внеурочное время. И, как следствие – гиподинамия, снижение иммунитета и появление проблем со здоровьем. На основании анализа полученной информации был сделан вывод о том, что учащиеся экспериментальной группы имеют в основном низкий уровень адаптационных возможностей организма, физического и функционального развития, недостаточный для эффективного взаимодействия с окружающей средой. Все данные были оформлены в виде 10 приложений к ежегодным промежуточным отчетам по проекту.

Для дальнейшей работы по реализации проекта (апробации и коррекции методики индивидуализации двигательных режимов сельских школьников и представителей их ближайшего социального окружения) в конце 2018/2019 учебного года были сформированы экспериментальная и контрольная опытные группы по 13 человек каждая. Для членов групп предъявлялись 3 общих требования: желание участвовать в эксперименте, наличие основной группы здоровья по медицинским показаниям, соответствующий возрастной показатель. Для экспериментальной группы (ЭГ) было добавлено требование обязательности занятий в секции ОФП. Результаты полученных данных свидетельствуют о том, что за экспериментальный период (сентябрь 2019 – март 2020 года) физическая выносливость представителей ЭГ увеличилась на 66,5 %, а их физические качества превысили показатели контрольной группы в 1,5 – 4 раза. Наличие положительных результатов позволило сделать вывод о благотворном влиянии двигательных нагрузок на физическое развитие школьников и перейти к внедрению модели двигательной культуры субъектов нашего образовательного пространства в жизнедеятельность школы и социума.

Массовое внедрение модели подразумевало необходимость серьезной организационной работы, в том числе и методического характера. Были проведены педсоветы по темам «Внедрение модели формирования двигательной культуры субъектов образовательного пространства сельской школы» (2017 г.), «Анализ промежуточных итогов инновационной деятельности» (2018 г.), «О системе работы педагогического коллектива по формированию культуры питания у воспитанников и учащихся» (2018 г.), «Анализ промежуточных итогов инновационной деятельности» (2019 г.), «О системе работы педагогического коллектива по формированию двигательной культуры субъектов образовательного пространства сельской школы» (2020 г.). Также состоялся ряд оперативных и инструктивно-методических совещаний по планированию и коррекции деятельности участников образовательного процесса в рамках реализации проекта.

С января 2018 г. в школе была организована работа постоянно действующего семинара «Повышение инновационной компетентности педагога» (два раза в год), ориентированная на реализацию целей проекта. Педагоги занимались исследованием различных аспектов двигательной активности школьников в рамках самообразования («Формирование когнитивного компонента двигательной культуры посредством театральной деятельности» – Людмила Петровна Жандармова, заместитель директора по воспитательной работе; «Применение спортивных игр в основе образовательного процесса для формирования двигательной культуры учащихся 5 класса» – Татьяна Дмитриевна Гавриленко, учитель физической культуры и здоровья; «Формирование двигательной культуры сельских школьников на основе индивидуализации комплексов утренней гимнастики» – Валерий Валерьевич Хмелевский, учитель физической культуры и здоровья).

Только в 2017/2018 учебном году в рамках методической недели «Калейдоскоп достижений и школа личностного роста педагогов» проведено 27 открытых уроков по проблемам валеологического воспитания учащихся. На заседаниях школьных методических объединений «Классный руководитель» и «Лаборатория учителя-мастера» (ноябрь 2018 г. и февраль 2019 г.) были рассмотрены вопросы по теме «Выполнение учащимися индивидуальных двигательных режимов на занятиях и спортивных секциях» и подготовлены рекомендации для педагогов по организации и проведению физкультминуток для учащихся 5–7-х классов. В декабре 2018 г. учитель физической культуры и здоровья Татьяна Дмитриевна Гавриленко провела с педагогами мастер-класс по применению интерактивных методов «Движение – это жизнь!» (15 участников). Учителями физической культуры разработано календарно-тематическое планирование по учебному предмету с учетом включения в содержание спортивных игр комплекса упражнений для формирования двигательной культуры учащихся.

В марте 2019 г. было проведено общешкольное родительское собрание на тему «Ценность здоровья и роль здорового образа жизни для современного человека» (присутствовало 72 % родителей), а через год – собрание по теме «Сохранение здоровья и повышение мотивации к двигательной активности в семье» (присутствовало 84 % родителей). В школьном проекте выходного дня по зимним видам спорта «Моя спортивная семья» ежегодно (зима 2018 г. – зима 2022 г. включительно) принимали участие в среднем 20 % учащихся школы и 35 % работников предприятий и организаций социума. В рамках реализации проекта были организованы факультативные занятия «По ступенькам здорового питания» с целью формирования у учащихся 1–4-х классов (охват 68,4 %) основ рационального питания как важной составляющей части культуры здоровья.

На базе учреждений, организаций и предприятий социума организована работа объединений по интересам и спортивных секций, в которых занимаются более 200 воспитанников и учащихся. Оказываются платные услуги сельскому населению по технологическому и двигательному обеспечению здорового образа жизни (прокат коньков и лыж, сдача в аренду спортивного зала для проведения занятий на тренажерах и секции таэквондо), действует клуб любителей скандинавской ходьбы.

На протяжении трех лет для учащихся и членов социума был проведен ряд спортивных мероприятий с участием 345 соревнующихся, во внутришкольных соревнованиях приняло участие 422 ученика. О повышении двигательной активности свидетельствует рост численности участников массовых физкультурных мероприятий. Например, если в 2017 г. в Осеннем марафоне приняло участие 37 % учащихся 5 – 11-х классов, то в 2020 г. – более 60 % учащихся, а также их родители и педагоги. Результативность участия ребят в спортивных соревнованиях районного и областного уровней по отношению к началу реализации проекта повысилась примерно на 17 %. Так, на районном этапе республиканской олимпиады по физической культуре в 2018 и 2019 гг. было получено по одному диплому III степени, в 2020 г. – диплом II степени.

Для информационного освещения процесса и результатов реализации проекта на официальном сайте школы была создана вкладка «Инновационная деятельность». Промежуточные итоги по реализации инновационного проекта подводились в рамках районных мероприятий VIII областного педагогического марафона «Педагогические инициативы – индикатор устойчивого развития образования» (октябрь 2018 г.) и на районной конференции педагогических работников (август 2019 г.). Система работы учреждения образования по внедрению модели формирования двигательной культуры субъектов образовательного пространства сельской школы была представлена в октябре 2019 г. на обучающем семинаре для руководителей, заместителей руководителей, педагогов учреждений образования, участвующих в реализации инновационного проекта, на базе Гродненского государственного аграрного университета

Эффективности реализации инновационного проекта способствовало также укрепление материально-технической базы школы, которая только в течение 2019/2020 учебного года пополнилась на сумму свыше 4,5 тыс. рублей за счет выделения бюджетных средств и оказания спонсорской помощи крестьянско-фермерским хозяйством «Олимп-Агро» и ПРУП «Экспериментальная база им. Котовского». Это позволило повысить процент оснащенности учреждения физкультурным и спортивным инвентарем и оборудованием (с 62 до 89 %) и расширить возможности для физической подготовки участников инновационного проекта.

 Анализ результатов мониторинга среди учащихся и представителей их ближайшего социального окружения показал, что их уровень знаний по проблемам сохранения и укрепления здоровья, осознания персональной ответственности за свое здоровье и образ жизни повысился на 80 %.

**Хочется отметить, что для успешного внедрения модели**формирования двигательной культуры субъектов образовательного пространства сельской школы необходимо выстроить целостную систему взаимодействия всех субъектов образовательного пространства и социума.