

*Ирбейский район Красноярского края
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Тальская средняя общеобразовательная школа
МБОУ Тальская СОШ
663653 с. Талое, улица Лесная, 21
8-391-74-34-2-22
Лисова Татьяна Евгеньевна,
заместитель директора по воспитательной работе
tanya.lisova.2020@mail.ru, 89080211341
Яковенко Любовь Сергеевна,
заместитель директора по воспитательной работе, вожатая
taloesoch@yandex.ru,*

Направление: «Современные практики здоровьесбережения на уровне образовательной организации»

Название практики: «Организация здоровьесберегающей деятельности посредством занятия спортом совместно с родителями»

Практика представляет опыт работы школы по организации спортивной здоровьесберегающей деятельности с детьми и их родителями. Проведение совместных спортивных соревнований, товарищеских встреч.

Практика является актуальной по нескольким причинам:

- В современном мире, где многие дети проводят значительное время за экранами гаджетов, физическая активность становится критически важной для поддержания здоровья. Спортивные занятия помогают развивать физическую выносливость, укреплять иммунитет и улучшать общее состояние организма.
- Регулярные физические нагрузки снижают риск развития хронических заболеваний, таких как ожирение, сердечно-сосудистые заболевания, диабет и другие. Занятия спортом также способствуют укреплению опорно-двигательного аппарата и улучшению координации движений.
- Физическая активность способствует выработке эндорфинов – гормонов радости, что положительно влияет на эмоциональное состояние детей и родителей. Это помогает снизить уровень стресса, тревожности и депрессии.
- Совместные спортивные мероприятия с участием детей и родителей способствуют развитию социальных навыков, учат работать в команде, развивают коммуникативные способности и укрепляют семейные связи.
- Родители, активно занимающиеся спортом вместе со своими детьми, подают положительный пример и формируют у ребенка привычку к здоровому образу

жизни. Это особенно важно в раннем возрасте, когда закладываются основы поведения и привычек.

Таким образом, спортивная здоровьесберегающая деятельность с детьми и их родителями не только укрепляет физическое и психическое здоровье, но и создает основу для формирования здоровых привычек на всю жизнь.

Цель практики: организация здоровьесберегающей деятельности посредством проведения спортивных мероприятий совместно с родителями.

Задачи:

1. Внедрять в образовательную деятельность школы разнообразные формы физкультурно-оздоровительной работы с участием детей и их родителей;
2. Повышать интерес родителей учеников к участию в совместных физкультурно-оздоровительных мероприятиях;
3. Оказывать семье практическую помощь в создании условий для сохранения и укрепления здоровья ребенка;
4. Расширить спектр способов работы с родителями, стимулировать их, как участников единого образовательного пространства, к поиску оптимального стиля взаимодействия, способствовать укреплению доверительных отношений.

Основная идея: создание условий для успешной реализации обучающегося в спорте, его личностного роста, формирования учебной и спортивной мотивации, сохранения физического и психического здоровья, социальной адаптации и индивидуализации при совместной спортивной деятельности с родителями.

Для ее реализации применяются следующие методы работы с родителями: приглашение на мероприятия, проведение мероприятий. Используется методика: КТД по И. П. Иванову:

<https://mordgpi.ru/upload/iblock/d5d/METODIKA-KTD- PO-I.P.IVANOVU .pdf>

Каждый родитель желает видеть своего ребенка здоровым, сильным, физически развитым. Участие родителей в занятиях физкультурой и спортом стимулирует молодое поколение к активной жизненной позиции и заботе о своём здоровье.

С 2019 года в школе проводится ежедневный мониторинг заболеваемости гриппом и ОРВИ, который показал, что обучающиеся часто болеют простудными заболеваниями. В этом мы увидели проблему, на решение которой может быть направлена деятельность ШСК «Олимп»

Клуб ведет свою деятельность с 2009 года функционирует школьный спортивный клуб «Олимп» (далее ШСК), участниками которого являются обучающиеся. Занятия ШСК проходят в спортивном зале школы. Клуб

оснащен спортивным инвентарем. В рамках деятельности клуба на постоянной основе проводятся спортивные секции, подвижные игры, спортивные соревнования. В школе созданы педагогические, психологические и санитарно-гигиенические условия для правильного физического развития и сохранения здоровья детей: благоприятный эмоционально - психологический микроклимат; система закаливающих мероприятий; индивидуально-дифференцированный подход при проведении физкультурно - оздоровительной работы; рационально организованная модель двигательного режима, включающего в себя разные формы работы такие как: ежедневная утренняя гимнастика, гимнастика на свежем воздухе, физкультурные занятия, самостоятельная двигательная активность и т.д.; разнообразное высококалорийное и витаминизированное питание).

Реализация системы физкультурно - оздоровительной работы невозможна без тесного сотрудничества с родителями. Это способствует активному включению родителей наших обучающихся в процесс воспитания и обучения детей, налаживанию преемственности с семьей по основным направлениям работы учреждения. В настоящее время существует множество различных форм взаимодействия школы с родителями. Среди этих форм взаимодействия с родителями, мы определили наиболее эффективные для нашего учреждения:

- просветительская работа с родителями учащихся;
- обучение родителей формам и методика формирования у детей и подростков здоровьесохранных умений и навыков;
- вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс, внеклассную и внешкольную воспитательную работу;
- пропаганда опыта семейного воспитания культуры здоровья.

Изначально деятельность клуба была узкой направленности, в программу входили такие виды спорта как волейбол и баскетбол. В план ШСК с начала создания клуба включались совместные спортивные мероприятия с родителями, которые начинались с выступлений агитбригад, домашнего задания для команд, содержащие информацию по популяризации здорового образа жизни за счет занятия спортом и проводились раз в квартал - 4 мероприятия год.

С появлением платформы для учителей, учеников и родителей «Сферум» начали создаваться классные, родительские чаты в которых родители, участвовавшие в мероприятиях, делились своими впечатлениями. В 2022/23 учебном году на базе школы был создан Совет родителей, на заседаниях которого обсуждалось почти каждое проведенное мероприятие клуба. Также учащиеся самостоятельно пытаются замотивировать родителей для личного роста.

В ходе проведенной работы нам удалось ежемесячно, на системной основе, проводить мероприятия данной направленности: 10 мероприятий в год. Стало традицией в дни общешкольных родительских собраний проводить спортивные товарищеские встречи между командами детей, родителей и педагогов. За счет этого на 30 % повысилась посещаемость родительских собраний. На сегодняшний день в программу деятельности клуба входит семь видов спорта (футбол, волейбол, баскетбол, лапта, спортивный туризм, теннис, ОФП, шахматы).

По результатам мониторинга потребности дополнительного образования за 2022/23, 2023/24 учебные года 53% семей желают, чтобы их ребенок посещал спортивные секции, 98 % детей желают посещать спортивные секции. Уже второй год 98 % детей в том числе дети ОВЗ зарегистрированы в навигаторе ДО по физкультурно-спортивному направлению. Анализируя результаты мониторинга заболеваемости школьников гриппом и ОРВИ показал, что по сравнению с 2022/23 учебным годом обучающиеся на 20% стали меньше подвергаться простудным заболеваниям.

Участники ШСК «Олимп» регулярно являются призерами и победителями спортивных соревнований различного уровня. Показательно, что призерами семейного фестиваля ГТО являются семьи, которые совместно с детьми участвуют в мероприятиях ШСК. В 2024/25 учебном году в школе планируется провести открытый чемпионат среди семейных команд «Игры народов России» с приглашением школ муниципалитета.

Отметим, что сотрудничество семьи и ШСК направлено на гармонизацию взаимоотношений между преподавателями, обучающимися и родителями, своевременное выявление проблем семейного воспитания, упреждение семейного неблагополучия и эффективную социально-педагогическую и психологическую поддержку семьи, повышение ответственности родителей, их вклад в спортивную победу.

Проблемы при реализации практики боязнь публичного выступления родителей, недостаточная активность родителей в участии в жизни школы.

Для решения проблем мы использовали следующие подходы:

- тренинги и мастер-классы со школьным психологом по навыкам публичных выступлений, чтобы помочь родителям преодолеть страх перед аудиторией.
- примеры успешных практик тех родителей, кто уже преодолел страх публичных выступлений и активно участвует в жизни школы.
- награды и благодарности: грамота, благодарность от имени школы.
- общественное признание: публикация имен активных родителей на сайте школы, в новостной рассылке или на информационных стендах. Это повышает статус родителей и мотивирует других присоединиться.

Таким образом, на сегодняшний день ШСК находится на этапе тесного

сотрудничества с семьей, который предполагает организацию длительных взаимоотношений, наращивание практики и опыта устойчивых совместных традиций.

Дальнейшее развитие практики видим в:

- ежегодных межшкольных спортивных фестивалей, в которых участвуют семьи муниципалитета;
- проведение семейных выходных, посвященных здоровому образу жизни;
- создание клубов здоровья, где родители и дети могут встречаться регулярно для обсуждения вопросов здоровья, обмена опытом и поддержки друг друга.

Приложения:

Приложение 1

Ссылки с материалами практики:

<https://disk.yandex.ru/i/S8Yf3UanFaKn-w>

<https://disk.yandex.ru/client/disk/ШКОЛА/ФОТО%20и%20Видео/Большие%20гонки%202009.02.24%20%20открытие%20Года%20Семьи%20и%20поддержка%20спортсменов%20Олимпиады>

<https://disk.yandex.ru/client/disk/ШКОЛА/ФОТО%20и%20Видео/ФЕСТИВАЛЬ%20ГО%202024%20КРАЙ>

<https://disk.yandex.ru/client/disk/ШКОЛА/ФОТО%20и%20Видео/День%20здоровья%2005.04.24>

<https://disk.yandex.ru/client/disk/ШКОЛА/ФОТО%20и%20Видео/Масленица%202024%2015.03>