**Повышение эффективности образовательного процесса в рамках реализации основных образовательных программ по физической культуре**

Одной из важнейших задач физического воспитания обучающихся является формирование, сохранение и укрепление здоровья. По статистическим данным Института гигиены и медицинской экологии заболеваемость детей школьного возраста за последние 10 лет выросла на 26,8%. В 1 классе насчитывается 30% детей, имеющих хронические заболевания, в 5 классе — 50%, в 9 классе — 64%. К факторам, негативно влияющим на состояние здоровья учеников, исследователи чаще всего относят неблагоприятные экологические, социальные и экономические условия жизни, снижение качества образования, статический компонент, связанный с учебной нагрузкой при снижении общего сопротивления к неблагоприятным факторам окружающей среды, стремительное рост количества детей, которые с раннего возраста охвачены обязательным образованием на фоне увеличения различных типов образовательных учреждений с инновационными технологиями и методиками.

В современных условиях важным становится задача обеспечения выпускников образовательных учреждений не только профессиональными, но и базовыми социальными и культурными компетенциями, в том числе и через занятия физической культурой и спортом.

Переход на новые государственные стандарты образования, направленность на развитие воспитательной составляющей образования, в том числе и через стимулирование спортивной деятельности обучающихся создают необходимость использование современных подходов к организации и содержанию физкультурно-спортивной деятельности различной направленности.

Физическое воспитание в школе направлено на развитие физических качеств и способностей, совершенствование физической подготовленности; на формирование способности использовать разнообразные средства физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, для подготовки к будущей профессиональной деятельности.

В процессе исследования выявлены области взаимодействия, интеграции разделов учебных программ и образовательных процессов начального, основного и среднего образования. Взаимодействие основано на интеграции разделов программы (теоретического, практического и контрольного): базовой части программы, вариативной части программы, что позволяет более успешно решать образовательные, развивающие и воспитательные задачи. Это подтверждается и результатами тестирования.

Используемая нами структурно-функциональная модель включает в себя следующие взаимосвязанные структурные компоненты: целевой, содержательный, организационный, контрольно-диагностический. Целевой компонент направлен на оптимизацию учебного процесса, на совершенствование физических качеств и способностей, на формирование здорового образа жизни.

Содержательный компонент базируется на нескольких блоках: когнитивном, мотивационно-ценностном, организационно-практическом. Первый блок предполагает целенаправленное расширение и обогащение научных знаний по физической культуре и спорту, основам здорового образа жизни. Второй блок – формирование положительного отношения к занятиям физкультурой и спортом. Третий блок направлен на приобретение практического опыта физкультурно-спортивной деятельности в целях достижения физического совершенства, сохранения здоровья, духовного развития.

Организационный компонент представлен комплексом разнообразных форм организации занятий (урочных и внеурочных) различной направленности (оздоровительной, адаптивной, спортивной) с использованием базового и вариативного компонента урочной программы.

Занятия в начальной школе носят оздоровительно-развивающую направленность. Средства и методы направлены на оптимизацию физического здоровья, реализацию оздоровительной задачи. Параллельно решаются образовательные задачи, направленные на овладение программного объема знаний, умений и навыков. Структура основной части занятия может состоять из двух взаимосвязанных частей: образовательной и оздоровительно-развивающей. Образовательная часть направлена на изучение техники легкоатлетических и гимнастических упражнений, элементов техники спортивных игр, формирование физкультурных знаний. Основные задачи оздоровительно-развивающей части – оптимизация функционального состояния организма занимающегося, развитие физических качеств и двигательных способностей. Соотношение частей на протяжении всего цикла занятий различно. В начале цикла больше времени уделяется решению образовательных, оздоровительных задач, используется групповой и фронтальный метод. На последующих занятиях, при использовании игрового и соревновательного метода и метода круговой тренировки, акцент делается на развитие физических способностей, функциональной подготовке (через спортивные игры, подвижные игры, полосы препятствий и др.).

В средних и старших классах занятия носят спортивно-оздоровительную направленность, учитывают интересы и потребности обучающихся.

Наряду с вышесказанным, важным при организации образовательного процесса по физической культуре мы считаем комплексное использование урочных и внеурочных форм занятий. Урочные формы занятий призваны решать образовательные, развивающие задачи в рамках требований учебной программы. Внеурочные формы занятий различной направленности: оздоровительной, спортивной, адаптивной, – являются своеобразным дополнением, способствующим совершенствованию физической подготовленности, самовыражению. К внеурочным формам занятий относятся занятия в спортивных секциях, группах здоровья, самостоятельные занятия физическими упражнениями, соревновательные формы организации занятий и другие.

В контрольно-диагностическом компоненте содержатся критерии оценки уровня физической подготовленности, степени освоения двигательных умений и навыков. Система комплексного контроля позволяет определить эффективность учебно-воспитательного процесса.

Содержание основной части учебно-тренировочного занятия состоит из двух частей: базовой и вариативной. Базовая часть составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и по содержанию полностью соответствует программе по «Физической культуре» с направленным развитием двигательных способностей. Средства и методы направлены на совершенствование техники изучаемых видов спорта, развитие физических качеств и двигательных умений и навыков.

Вариативная часть занятия отводится самостоятельным занятиям. Возможны изменения в вариативной части за счет внесения в ее содержание видов спорта, физических упражнений, учитывающих интересы, мотивы учеников к занятиям физической культурой, возможности материально-технической базы учебного заведения.

В ходе проведенного нами исследования было выявлено, что основными мотивами занятия спортом и физической культурой у школьников являются стремление улучшить свое здоровье, физическое и эстетическое совершенствование, получение удовольствия от занятия спортом и физкультурой, общение с друзьями.

Анализ теоретико-методологических источников и результатов проведенного нами исследования показал, что предложенное сочетание разнообразных форм организации занятий, учитывающих уровень физической подготовленности обучающихся, их интересы и потребности, изменяющиеся по содержанию, использование средств и методов в зависимости от контингента обеспечивают повышение эффективности физкультурного образования в образовательном процессе в рамках реализации основных образовательных программ.