Автор: Гадиятова Регина Михайловна,

педагог дополнительного образования МАУ ДО

«Станция детского и юношеского туризма и экскурсий»

***Внеурочная деятельность в системе дополнительного образования***

***на примере реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Здоровей-ка»***

C введением ФГОС, включая внеурочную деятельность, школы стали искать выход для осуществления стандартов.

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС НОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

В результате организации внеурочной деятельности в условиях реализации ФГОС через социальное партнерство с общеобразовательной школой, мы предложили дополнительную общеразвивающую программу «Здоровей-ка».

**Цель программы**: создать условия для разностороннего физического и духовного развития детей, формирования их осознанного отношения к здоровому образу жизни.

Достижение цели возможно через решение следующих **задач**:

* обучать двигательным действиям, базовым шагам, повышение функциональных возможностей организма.
* развивать основные физические качества, координационные, ориентационно-пространственные, временные, ритмические способности.
* воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни.

Возраст обучающихся: 7-10 лет. Срок реализации: 3 года. Программа «Здоровей-ка» адаптирована под внеурочную деятельность в школе, но выставлена как самостоятельная программа дополнительного образования.

Отличительные особенности программы состоят в том, что в нее включены разные направления деятельности, от танцевально-ритмических до йоги и дыхательных упражнений.

**Ожидаемые результаты:**

Личностные качества:

* Выносливость,
* скоростно-силовые качества,
* силовые качества,
* гибкость.
* ритмичность,
* осознанность необходимости ведения здорового образа жизни.

**Диагностика обучающихся по программе «Здоровей-ка»**

Выполнение контрольных тестов для измерения силовой выносливости мышц плеча, силовой выносливости мышц брюшного пресса, гибкости позвоночного столба.

**Результаты диагностики по программе «Здоровей-ка» представлены в виде таблицы.**

**Таблица №1**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Критерий** | **Уровень** | **1 год обучения** | **3 год обучения** |
| скоростно-силовые качества (пресс) | низкий | **63%** | **49%** |
| средний | **25%** | **35%** |
| высокий | **14%** | **15%** |
| гибкость позвоночного столба | низкий | **57%** | **57%** |
| средний | **25%** | **29%** |
| высокий | **21%** | **14%** |
| сила рук плеча (отжимание) | низкий | **71%** | **41%** |
| средний | **28%** | **42%** |
| высокий | **3%** | **17%** |

По результатам диагностики выявлено, что, развитие физических способностей обучающихся имеет положительную динамику по таким критериям как скоростно-силовые качества и сила рук плеча. Но критерий гибкость позвоночного столба снизился в связи с физиологическими особенностями организма человека.

**Проблемы, возникшие у нас при работе с внеурочной деятельностью:**

* непонимание руководства общеобразовательной школы добровольного ведения внеурочной деятельности;
* недостаточный временной потенциал для развития физических способностей (предполагается, что в дальнейшем учащиеся, занимающиеся по программе «Здоровей-ка», могут войти в состав объединений, занимающихся по программам с более высокими требованиями к подготовке).
* недостаточная материально-техническая база для реализации программы.

**Положительные стороны внеурочной деятельности, выявленные нами:**

* сформированность групп по возрасту;
* неизменный контингент учащихся на протяжении обучения по программе;
* привлечение учащихся к занятиям в учреждение дополнительного образования;
* расширение кругозора учащихся (знакомство с новыми видами деятельности, которые не используются в школе);
* в дальнейшем, дети, которые ходили на «Здоровей-ку» записываются в мои объединения, такие как, «Энерджайзеры», «Сила природы», с более углубленным изучением материала.

Выводы:

В процессе сотрудничества общеобразовательной школы и учреждения дополнительного образования «Станция детского и юношеского туризма и экскурсий», были выявлены положительные и отрицательные стороны.

Необходимо доработать взаимодействие со школой, разработать содержание программы в других направлениях.

Литература:

1. Бокатов А., Сергеев С.  Детская йога. – Киев: Ника-Центр, 1999. – 352 с.
2. Кабышева М.И. Организация методико-практических занятий со школьниками на основе методики составления и проведения комплексов общеразвивающих упражнений: методические рекомендации / М.И. Кабышева, В.М. Черкесов. – Оренбург: ГОУ ОГУ, 2009. – 27 с.
3. Прокопов К.М. Клубные танцы: / К.М. Прокопов – М. Аст. – Пресс, 2005.- 43с.