**«РОЛЬ ВНЕУРОЧНОЙ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ В ФОРМИРОВАНИИ ФИЗИЧЕСКОГО И ДУХОВНОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА»**

      Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации досуга учащихся. Она позволяет удовлетворять познавательные интересы, способствуют их самоопределению.

Внеурочная деятельность понимается сегодня  преимущественно  как  деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участия в самоуправлении и общественно полезной деятельности.

Одной из приоритетных воспитательных задач является вовлечение в систематические занятия физической культурой и спортом как можно большего числа учащихся.

В настоящее время занятия спортом и фитнесом популярны среди россиян разных возрастов. Наличие современных спортивных площадок в микрорайонах школ позволяет использовать их возможности не только в урочной, но и во внеурочной деятельности.  Мы работаем над формирование умения самостоятельно использовать доступные средства  физического воспитания в повседневной жизни с целью собственного  физического совершенствования и оздоровления. Реализуя во внеурочной деятельности программу по спортивно – оздоровительному направлению, мы обучаем учащихся бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего возраста.

Одна из задач внеурочной деятельности – это выбор спортивной специализации и достижение в выбранном виде спорта  результативности  в соответствии с возрастом.

В микрорайоне Черноречье города Костромы спортивная площадка построена на средства федерального бюджета в прошлом учебном году. Возможности спортивной площадки, содержащей футбольное поле, волейбольную и баскетбольную площадки, тренажеры, позволяют в теплое время года организовывать занятия на свежем воздухе во второй половине дня. Это способствовало созданию школьного спортивного клуб ШСК «Планета 37». Инициатива в объединении детей, увлекающихся спортом, принадлежала совету учителей физической культуры.

Спортивный клуб объединяет детей 11-17 лет.   Примером проявления здорового образа жизни и систематических занятий спортом и привлечения родителей учащихся к организации внеклассных спортивных мероприятий являются ежегодная осенняя легкоатлетическая эстафета «Кросс Михина», «Папа, мама, я- спортивная семья»и т.д.

В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи со снижением процента здоровых детей. Это и неблагоприятная экологическая среда, и снижение уровня жизни, и нервно – психические нагрузки и незнание основ здорового образа жизни. А отсутствие личных приоритетов здоровья способствует распространению в детской среде различных негативных форм поведения (курения, алкоголизма, наркомании).

Повышенная двигательная активность – это  биологическая потребность детей. Она необходима им для нормального роста и развития. Регулярные и правильно дозируемые физические упражнения расширяют функциональные   возможности сердечно – сосудистой, дыхательной, нервной, опорно – двигательной  и других систем, способствуют, увеличению общей приспособляемости организма к неблагоприятным условиям среды, повышают сопротивляемость организма.

Занятия физической культурой полезны для учащихся: снижается психологическая нагрузка, вызванная самостоятельными и контрольными работами; чередуется умственная и физическая активности; укрепляется здоровье; появляется возможность быть успешными у учащихся со средне-низкими ученическими способностями.

К определению содержания занятий во внеурочной деятельности, мы привлекаем ребят из ШСК «Планета37», форму занятий определяет учитель.

Значение спортивно-оздоровительного направления в системе дополнительного образования сегодня возрастает. Оно выполняет ряд основных задач:

         Образовательная;

         Коррекционно-развивающая;

         Воспитательная

Рассмотрим одну из форм внеурочной спортивной деятельности – **спортивную секцию** волейбола.

Секцию посещают учащиеся 11-17 лет, занятия организованы в двух возрастных группах: 11-13 лет, 14-17 лет. В основе секции волейбола и баскетбола лежит коллективная игра, которая является важным средством воздействия на ребенка.

Занятия в секции способствует формированию физической выносливости учащихся, формированию их характера, духовного здоровья ребенка. Помогают испытать «ситуацию успеха», ощущать свое единство с коллективом, повышают самооценку ребенка и развивают понимание значимости каждого человека для коллектива.

    Систематические занятия в секции способствуют выработки внутренней дисциплины ребят, помогая в организации учебной деятельности, формирует активную жизненную позицию

Для любого ученика важен предметный результат его деятельности, поэтому большую роль в формировании личности играют спортивные соревнования, которые являются для ребенка ярким событием. Участвуя в них, он совершает для себя поступок, проявляет полученные на занятиях умения и навыки, взрослеет, развивается, приобретает опыт побед и поражений.

Наша школа отказалась от проведения индивидуального участия в спортивной эстафете, предпочтя командное, так как ребенок занимающийся, например, в секции легкой атлетики, естественно, в личном первенстве был лидером забега. Перейдя на командную форму соревнований, у команд классов появилась возможность проявить себя и победить, несмотря на отсутствие в составе профессиональных спортсменов- бегунов.