**Возможности образовательной среды техникума**

**для социально - профессионального становления личности.**

Для успешного осуществления профессиональной деятельности специалист должен обладать определенным набором компетенций, характеризующих его как личность и профессионала и позволяющие ему ориентироваться в своей профессии, быть конкурентоспособным на рынке труда, быть готовым к самообразованию. Динамизм современных общественных преобразований, вызывает в обществе потребность в специалистах, умеющих анализировать постоянно меняющиеся социально-экономические тенденции, принимать и реализовывать нестандартные решения в ситуациях рыночной конкуренции, устранять стереотипизацию из производственной и личностной сфер деятельности. Именно поэтому подготовка специалистов, способных к профессиональной и социальной успешности, — одна из важнейших проблем современного профессионального образования России.

Методическая тема моей педагогической деятельности: «Совершенствование физических и волевых качеств на уроках физической культуры». Данную тему считаю актуальной, т.к. деятельность учителя сегодня направлена на формирование готовности обучающихся к современным условиям жизни. Многие обучающиеся приходят из основной школы с ослабленным здоровьем, хроническими заболеваниями, наблюдаются пропуски занятий по причине простудных заболеваний, поэтому наша задача пропагандировать и прививать здоровый образ жизни, убеждать и прививать необходимость в физических занятиях.

Здоровый образ жизни как важнейшее условие формирования гармоничной личности

Одной из высших ценностей человека является здоровье. Здоровье - это состояние полного благополучия, которое включает в себя следующие компоненты: высокую работоспособность, устойчивость к заболеваниям; уверенность в себе, основанная на способности управлять своими чувствами и мыслями; стремление и умение управлять собственным здоровьем и строить свое поведение без ущерба для благополучия других людей. Важнейшим фактором сохранения и укрепления здоровья исследователи считают здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая ему физическое, душевное и социальное благополучие в реальной окружающей среде и активное долголетие. Физическая активность, как норма и составная часть каждого человека, может быть реализована в течение дня в виде выполнения кратковременных упражнений, или в отдельном более продолжительном занятии на уроке физической культуры, или на занятиях в секциях, или при участии в соревнованиях. Основная задача физической подготовки – укрепление здоровья, всесторонне физическое и специальное развитие, повышение общей и специальной работоспособности организма. А.С. Пушкин отмечал, что его воображение работало лучше, когда он бродил по лесу и никто не мешал ему при этом думать. Гёте – подчеркивал, что всё наиболее ценное, наилучшие способы выражения мысли приходили ему в голову во время ходьбы. Норма двигательной активности современного человека 10 – 14 тысяч шагов в день (7 – 10 минут).

 Для того, чтобы проанализировать двигательную активность у учащихся, посмотреть, с какими физическим уровнем они пришли в техникум, я провожу тестирование каждого обучающегося. В это тестирование входит 6 упражнений: сгибание разгибание рук от пола, прыжок в длину с места, поднимание туловища за 30 секунд, вис на перекладине (подбородок над перекладиной), наклон туловища вперед сидя, бег 1000 метров с учетом времени. Сюда включаются все физические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость. Все эти физические качества развиваются в процессе физических упражнений на уроках физического воспитания и внеклассных мероприятиях. Наша задача состоит в том, чтобы организовать физическую подготовку обучающихся таким образом, чтобы каждый обучающийся смолоду заботился о своём физическом совершенствовании, обладал знаниями и умениями в области гигиены, медицинской помощи и валеологии.

С 2015 года в стране вновь стали сдаваться нормы ГТО, первый этап которых проводится в рамках уроков физической культуры. Обучающиеся, показавшие лучшие результаты, имеют возможность получить знаки ГТО соответствующего уровня, что привлекает и заинтересовывает обучающихся, даёт им определённый стимул.

 Обучающиеся, не имеющие возможности заниматься физической нагрузкой на уроках, в соответствии с требованиями программы по физической культуре, пишут рефераты, доклады, пополняя при этом свои знания по предмету.

Кроме уроков физического воспитания проводим внеклассные мероприятия, где применяем следующие методы: игровой, соревновательный. Эти мероприятия воздействуют на индивидуальные качества учащихся. Но в то же время они являются групповыми, где взаимодействия игроков согласованны по цели и направлены на решение общих задач «победа» или «участие». В ходе этих мероприятиях воспитываются моральные качества – коллективизм, дисциплинированность, идейность, а также и волевые – целеустремленность, настойчивость, решительность, смелость, инициативность, самостоятельность, выдержка, самообладание.

 В нашем техникуме работают спортивные секции по 4-ем видам спорта, волейбол, спортивные игры, атлетическая гимнастика, бокс.

Учащиеся нашего техникума, посещая занятия, имеют возможность повышать свой уровень физической и технической подготовки, на тренировках им прививается любовь и интерес к систематическим занятиям спортом, умение вести здоровый образ жизни, воспитываются необходимые нравственные и волевые качества. В целях пропаганды физкультуры и спорта и привития у учащихся интереса к систематическим занятиям физкультурой и спортом в техникуме организуются матчевые встречи по видам спорта между командами учащихся техникума и преподавателей и мастеров п/о, так в этом году несколько таких встреч по нескольким видам спорта было организовано: по волейболу, мини-футболу и баскетболу, захватывающая явилась матчевая встреча по баскетболу между командами преподавателей, мастеров п/о и юношей сборной техникума.

 Не сразу с игры началась эта встреча. Сперва игрокам обеих команд было предложено выполнить по 5 бросков с линии штрафного (каждый). Каждый игрок и той и другой команды очень ответственно отнесся к выполнению упражнения и после серии пробития штрафных счет на табло был равным 10:10 . С такого счета началась игра 2 тайма по 10 мин. Игра получилась интересной, с многочисленными моментами то у одного, то у другого кольца. По результатам игры с небольшим перевесом выиграла команда преподавателей 47:41 Молодцы! Хочется пожелать здоровья, бодрости духа и почаще выходить на спортивные площадки, вести здоровый образ жизни.

 Такие мероприятия обычно проходят в теплой и дружелюбной атмосфере и учащимся запоминаются надолго, они с не терпением ждут этих матчевых встреч, поэтому в следующем учебном году эту работу по пропаганде спорта необходимо продолжить и дальше.

Большая роль внеурочным мероприятиям спортивного характера отводится и в жизни общежитий. Это «Весёлые старты», соревнования по тяжёлой атлетике, дартсу и другие.

Традиционной в техникуме является студенческая спартакиада. В этом учебном году 8-ми видам спорта - это осенний кросс, дартс, настольный теннис, волейбол, зимний полиатлон, мини-футбол, баскетбол, легкоатлетическая эстафета.

**Осенний кросс** проводился 12 сентября, общее количество участников 78 человек (39 юношей и 39 девушек).

**Дартс-спорт,** соревнования по дартсу проводились в рамках уроков физической культуры с 3 по 11 октября, в соревнованиях по дартсу поучаствовало 198 учащихся (117 юношей и 81 девушка).

**Настольный теннис**, соревнования проводились 6 ноября у девушек

 и 7 ноября у юношей, в соревнованиях поучаствовало 33 учащихся, из них 21 юноша, - из восьми групп и 9 девушек - из трех групп, в командном поучаствовало 198 учащихся (117 юношей и 81 девушка).

 **Волейбол** соревнования проводились с 11 ноября по 20 декабря. В соревнованиях поучаствовало 91 учащихся, из них 64 юноши из восьми групп и 32 девушки из четырёх групп, в командном первенстве.

**Лыжные гонки** Соревнования по лыжным гонкам проводились 15 и 16 января в рамках уроков физической культуры. В соревнованиях поучаствовало более 60 учащихся техникума. Учащимся необходимо было преодолеть на лыжах дистанцию: юношам 3км., девушкам 2 км.

 **Мини-футбол** соревнования проводились с 18 марта по 7 апреля. В соревнованиях участвовало 48 учащихся: 3 учебных группы девушек и 8 учебных групп у юношей.

**Баскетбол.** В период с 13 февраля по 10 марта в спортивном зале техникума проходили соревнования по баскетболу среди учащихся групп.

В соревнованиях по баскетболу приняли участие 3 группы учащихся девушек и 7 групп юношей.

**Легкоатлетическая эстафета,**

Соревнования проходили 3 мая 2024 г., когда многие уже вышли на производственную практику, поэтому в соревнованиях приняло участие 3 группы девушек и 4 группы юношей.

 Хочется поблагодарить всех классных руководителей и мастеров производственного обучения учебных групп, кто помогает нам в совместной работе, организовать учащихся к выступлению в соревнованиях спартакиады.

По результатам участия в соревнованиях спартакиады из числа учащихся комплектовался состав сборных команд техникума у юношей и у девушек для участия в районных соревнованиях, в зачет фестиваля спорта.

 Таким образом, гармоничное развитие личности предполагает не только достижение высокого уровня образованности. Одной из важнейших предпосылок гармоничного развития является сохранение и укрепление здоровья человека. Деятельность обучающихся в образовании сопряжена с высокими нагрузками, часто ведущими к перегрузкам, что определяет необходимость учёта фактора здоровья в её организации. Таким образом, здоровье обучающих является важным условием эффективного их участия в образовании, а различные отклонения и ухудшения его создают препятствия в достижении обучающих заданного уровня образованности, соответствующего Государственному образовательному стандарту. В то же время, статистические данные по состоянию здоровья обучающих показывают, что меры по здоровье сбережению, принимаемые в практике образования, недостаточно эффективны. Анализ научной литературы показывает, что формирование здорового образа жизни связывают с физкультурным образованием

Развитие физической культуры и спорта в образовательных учреждениях приносит обоснованный экономический эффект всему государству, позволяет воспитывать патриотично настроенную здоровую молодежь, способную в будущем сохранить ценности нации, решать государственные задачи защиты отечества и социально-экономического преобразования общества. В ежегодном послании Федеральному собранию Российской Федерации Президент России В.В. Путин отметил, что новый подход к спорту в образовательных учреждениях является одним из базовых параметров модернизации образовательных учреждений, результатом которой должна стать национальная образовательная стратегия «Наша новая школа».