***" Спорт и толерантность"***

 ***Спорт,*** являющийся своеобразным универсальным языком человеческого общения способен стать мощным средством укрепления мира, толерантности и взаимопонимания. Благодаря своей способности объединять людей, невзирая на границы, культуры и религии, он может способствовать терпимости и примирению. Очередным доказательством того, что спорт способствует развитию этнической толерантности, является возможность спортсменов разных национальностей возвысить статус своего народа, своей страны на мировой арене.

 Заслуги отдельных выдающихся спортсменов и спортивных команд становятся не только знаменательными событиями в жизни их стран и регионов, но и делают их, в определенной степени, знаковыми фигурами в судьбе народов и этнических групп. Такие спортсмены при жизни становятся символами национальной гордости своих народов, кумирами целых поколений зрителей и болельщиков.

 В последнее время стали очень много говорить о толерантности. Особенно это понятие актуально для России, где живут представители огромного количества народов и народностей, исповедующие все мировые религии. Если не научится относиться с уважением к людям, исповедующим другие взгляды на жизнь, имеющим свои особые традиции и поверия, то страну будут постоянно потрясать разного рода конфликты.

 Закладывать основы толерантности лучше всего в детстве. Ребенок наиболее восприимчив для этого, он еще не скован стереотипами, открыт для всего нового. Познакомить детей с традициями разных частей мира проще всего будет с помощью игры, этот язык доступен и понятен практически всем.

 Верный путь – воспитание уважения к людям разных национальностей через познание ребенком их культуры. Культуру межнационального общения дети постигают через игру, основной вид деятельности.

 В первую очередь на уроках и спортивных мероприятиях необходимо знакомить с традициями русского народа и народов, которые проживают в регионе их праздниками, играми. Национальная народная игра – это наша историческая память, память для всех народов, проживающих на территории нашей страны. В жизни каждой национальности различные игры и игрища, как составные части народных и храмовых праздников, занимали видное место. В праздниках участвовали люди всех возрастов, но особенная роль отводилась детям, они были самыми активными участниками. Во всех народных играх проявлялась любовь человека к веселью, удальству, традициям. Игра – это школа воспитания. Одни из них развивают ловкость, меткость, быстроту и силу, другие учат премудростям жизни, добру и справедливости, чести и порядочности, любви и долгу.

 Игра формирует высокую нравственность. А сколько новых впечатлений черпают дети в народной игре! В играх заключен залог полноценной духовной жизни в будущем. На занятиях надо знакомить детей с многообразием игр других национальностей проживающих рядом и мира в целом. Через это знакомство дети смогут понять что, не смотря на различие цвета кожи, разреза глаз, языка дети других национальностей такие же а и мы. Они любят играть, бегать прыгать. Их игры во многом похожи на наши, иногда различаются только названием. А чем больше знаешь о человеке, о его жизни и интересах, тем больше проникаешься нему уважением, испытываешь добрые и даже дружеские чувства. Работа над воспитанием дружелюбия, уважения к людям разных национальностей рассчитана в большей степени на отдаленные, а не сиюминутные результаты. *Я думаю, есть надежда, что дети, познакомившиеся с другими национальностями, будут лучше понимать, ценить все живое на земле.* Работая над темой «Воспитание толерантности у школьников, через занятия по волейболу» одним из путей считаю приобщение к олимпийскому движению. Уверен, что формирование представлений об «Олимпийском движении» может стать частью не только физического, но и нравственного воспитания ребенка. Выдающийся педагог А.С.Макаренко не случайно писал о воспитательном значении физкультуры и спорта. Олимпийское движение и Олимпийские игры – это важнейшие социальные явления в международной жизни. Олимпийские игры обладают огромной притягательной силой не только потому, что это единственные в своем роде всемирные спортивные состязания, и они дают возможность для установления дружеских связей между спортсменами разных стран. Одним из ярких видов спорта Олимпийских игр является ,увлекательная, зрелищная спортивная игра - волейбол.

 Среди множества показателей развития человека и общества есть два главных - это состояние здоровья людей и продолжительность жизни. Здоровье населения и, прежде всего детей и подростков является основной ценностью и богатством нации и государства. Главной и важной целью формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья детей и подростков, создание наиболее благоприятных условий для формирования у них отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха. Эффективность воспитания и обучения детей и подростков зависит от здоровья. Здоровье - важный фактор работоспособности и гармонического развития растущего организма.

Сегодня образование сталкивается с серьезной проблемой: с одной стороны, трудности в обучении детей и подростков, связанные с повышением требований образовательных программ и их сложностью; с другой - постоянно ухудшающееся состояние здоровья детей и подростков, препятствующее овладению образовательными компетенциями в различных областях научного знания. Наряду с ухудшением соматического (телесного) здоровья отмечается ежегодный рост психических нарушений. Крайне низкий уровень физического и психического здоровья детей и подростков создает объективные препятствия на пути эффективной модернизации российского образования.

 Особую тревогу вызывает тот факт, что в настоящее время для подрастающего поколения характерно снижение двигательной активности.

 Все это не может не беспокоить как родителей и педагогов, так и правительство страны, президента РФ, который в своём послании к федеральному собранию заявил: «Главная задача современного образования - это раскрытие способностей каждого ученика, воспитание личности, готовой к жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире. Школа станет центром творчества и информации, насыщенной интеллектуальной и спортивной жизнью».

 В связи с этим приоритетной становится задача сохранения и укрепления здоровья, выносливости детей и подростков во время учебного процесса, в том числе на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности.

 Первоочерёдной задачей является предоставление ученику возможности полноценно и с пользой провести свой досуг, раскрыть и реализовать свои способности в том или ином виде спорта. Важным моментом является то, что в нашей школе созданы хорошие материально-технические условия для проведения спортивно-оздоровительных занятий.

 Ещё одной важной задачей спортивно-оздоровительной работы в школе является предоставление мощной альтернативы в виде занятий спортом подросткам пагубному влиянию дурных пристрастий: курению, алкоголю, наркотикам.

Неотъемлемой частью физического развития и становления личности в подростковом периоде является физическое воспитание.

 На формирование личности школьника работает целая команда профессиональных педагогов, в которой у каждого есть свое поле деятельности, но все вместе мы имеем одну цель - помочь каждому стать здоровым, активным и полноценным членом нашего общества. Как нам уже известно, игра для детей является важным видом деятельности, и через неё можно воздействовать на всестороннее развитие ребёнка и *волейбол* как не какая другая игра способствует этому.

 С этой игрой большинство из нас знакомо с детства. Поэтому заинтересовать ребят не представляет сложности. И еще раз повторюсь волейбол - один из наиболее увлекательных, массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, высоко прыгать. Мгновенно менять направление и скорость движения, обладать силою и ловкостью и выносливостью, зрительным вниманием, оригинальностью и быстротой мышления.

 Занятия волейболом улучшают работу сердечно - сосудистой и дыхательных систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается мгновенная реакция на зрительные и слуховые сигналы.

 Игра в волейбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умение пользоваться приобретенными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в волейбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

 Широкому распространению волейбола содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

 Сегодня важно привить любовь к спорту, обучить школьников умению самостоятельно организовывать свой досуг, научить их правильно применять полученные знания , чтобы они прочно укрепились и сохранились на всю жизнь. Моя задача состоит в том, чтобы в течение школьных лет выработать у моих воспитанников потребность в здоровом образе жизни, главной составляющей которого является спорт и игра в волейбол в том числе.

 Существуют различные методики обучению игре в волейбол. В волейболе есть несколько способов выполнения подачи. И у каждого есть свои преимущества и недостатки. Обучение игре начинается с отработки самых простых навыков: как правильно стоять, как держать руки, как принимать мяч.

 Большую роль в игре играет то, как спортсмен передвигается по площадке. Чтобы научиться двигаться правильно, я с ребятами отрабатываю приемы ходьбы, бега, скачков, выпадов. Но, прежде чем выполнить тот или иной прием игры, ученик должен принять определенную стойку или положение, которые обеспечат возможность своевременно выполнить тот или иной маневр. Специфика игры развивает у детей способности согласовывать свои действия с учетом направления и скорости полета мяча, координацию движений, быстроту сложных реакций, зрительной ориентировки, наблюдательности и других качеств, которые лежат в основе тактических способностей.

 Чем еще, кроме физической активности привлекателен волейбол? Пожалуй, тем, что игроки учатся подчинять свои действия интересам команды, готовы помогать своим партнерам в трудных игровых ситуациях, могут поступиться своими преимуществами во имя победы команды. А не это ли выше появление толерантности? Занятия волейболом дают разностороннее развитие физических качеств и психофизических способностей. Волейболисты отличаются силой и быстротой движений, гибкостью и подвижностью, высокой скоростью реакций, прекрасной пространственной ориентацией, быстрым, тактическим мышлений и оперативностью решений в сложных игровых ситуациях. *А где присутствует развитие физических и психологических качеств, там и присутствует укрепление и развитие здоровья.*

 В волейболе каждый может проявить лучшие черты своего темперамента и характера, природные способности, выработать неповторимый индивидуальный стиль игры, найти творческое решение стандартных тактических задач. Волейбол привлекает непредсказуемостью развития каждой очередной игры, внезапностью игровых моментов, требующих нетривиальных решений и молниеносных действий. В игре нужны точный глазомер, высокая чувствительность зрительных восприятий, быстрое переключение внимания в игровом поле, отличные ориентировочные реакции.

 Анализируя результаты своего опыта работы, я отмечаю, что занятия данным видом спорта позволяет ученикам: повысить успеваемость не только по физической культуре, но и по другим учебным дисциплинам. Достаточное количество моих воспитанников успешно заканчивали обучение в школе, и достигнув прекрасных результатов на экзаменах, получили медаль. Так же, волейбол повышает динамику роста физической подготовленности, интерес к занятиям физической культурой и мотивацию к соблюдению здорового образа жизни.

 Регулярные занятия волейболом способствуют не только повышению двигательной активности учащихся, но и являются мощным стимулом приобщения их к здоровому образу жизни, активным, регулярным занятиям физической культурой.

 Развитие таких качеств, как, скорость, ловкость, быстрота мышления, координация помогают достичь высоких результатов и в других видах спорта.

 На протяжении многих лет мои воспитанники являются активными участниками соревнований различного уровня, где становятся победителями и призерами. Национальный состав моих школьных команд разных лет был разнообразен. Но, не смотря на различие культур, и религий мои ученики находили общий язык. Приходили друг другу на помощь в разных жизненных ситуациях. Дружили, ссорились, мирились и всегда шли к друг другу на встречу. И мне приятно смотреть сейчас на них взрослых и самостоятельных, не потерявших ту, искреннюю и настоящую школьную, спортивную дружбу. Они сейчас в разных городах живут и работают, служат в армии, создают семьи. Не редко интернациональные. Но когда они приезжают на свою малую родину, я уверен,

 они встретятся на спортивной площадке. Встретятся на волейболе!!!