

Для спорта нет границ и расстояний,
Понятен он народам всей Земли!

ПРОГРАММА
ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И
СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ
«ШКОЛА – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

2014-2020 учебный год

Пояснительная записка

Программа определяет цели, задачи, основные направления, конкретные мероприятия по развитию спортивно-массовой и оздоровительной работы в школе на 2014-2020 уч. год.

Реализация Программы предполагают совместную деятельность педагогического коллектива школы.

I. Содержание проблемы

В современном мире существенно возрастает роль физической культуры и спорта как фактора совершенствования человека и общества. Здоровый образ жизни в целом, физическая культура и спорт в частности, способствуют развитию сильного государства и здорового общества.

В сложившейся ситуации коллектив основной общеобразовательной школы Посольства России в Камбодже поставил перед собой цель: улучшить здоровье обучающихся, формировать у них здоровый образа жизни, ценностные ориентиры, включающие высокий уровень гражданственности и патриотизма.

Физическая культура, здоровый образ жизни, являясь одной из граней общей культуры человека, во многом определяет поведение человека в учебе, в быту, в общении, способствует решению социально-экономических, воспитательных и оздоровительных задач. Забота о развитии физической культуры и спорта среди школьников - важнейшая функция, стратегическая задача воспитательно-образовательной политики нашей школы, обеспечивающая воплощение в жизнь гуманистических идеалов, ценностей и норм, открывающих широкий простор для выявления способностей

школьников, удовлетворения их интересов и потребностей, активизации человеческого фактора.

В физкультурно-спортивной сфере через многообразие ее организационных форм максимально сбалансированы и сближены личные и общественные интересы, она способствует формированию здорового морально-психологического климата, содействует снижению травматизма и заболеваемости.

Здоровье человека - «государственное имущество», народное достояние, национальное богатство, которым человек владеет не только лично для себя.

Цели:

- обеспечить системный подход к созданию здоровьесберегающей среды;
- охранение и укрепление здоровья учащихся;
- совершенствование процесса физического воспитания и пропаганды здорового образа жизни;
- дополнительное образование детей в области физической культуры и спорта;
- формирование навыков и развитие мотивации учащихся к выбору здорового образа жизни;
- создание в основной общеобразовательной школе условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта.

Задачи:

- обеспечение взаимодействия учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физическими упражнениями, спортом;
- формирование физической культуры личности обучающегося с учетом его индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации;
- постоянное улучшение условий для организации спортивно-массовой работы; оснащение учебно-тренировочного процесса спортивным оборудованием и инвентарем;

Функции:

- воспитательная – воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью;
- обучающая – обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;

- развивающая – содействие физическому развитию младших школьников, укрепление здоровья, закаливание организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры.

Одна из важнейших задач учителя физической культуры в школе – повышение активности учащихся путем вовлечения их в различные формы внеурочных и внеклассных занятий и мероприятий.

Физкультурно-оздоровительная и спортивная деятельность нацелена на формирование у учащихся, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества обучающихся школы оздоровительными мероприятиями.

Нормативно-правовая база программы

1. Конвенция ООН о правах ребенка, ч. 1 ст. 29 и 31.

2. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», гл. 1 ст. 1, 4, гл. 2 ст. 5, гл. 3 ст. 14, гл. 6 ст. 34.

3. Закон Российской Федерации «Об образовании», гл. 5 ст. 50 и 51.

4. План традиционных спортивно-массовых мероприятий школы на 2014-2015 учебный год

5. Общешкольное направление внеурочной деятельности «Духовно-нравственное воспитание».

6. Охрана здоровья обучающихся. Ст. 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями от 06.05.2014, №273-ФЗ от 29.12.1012

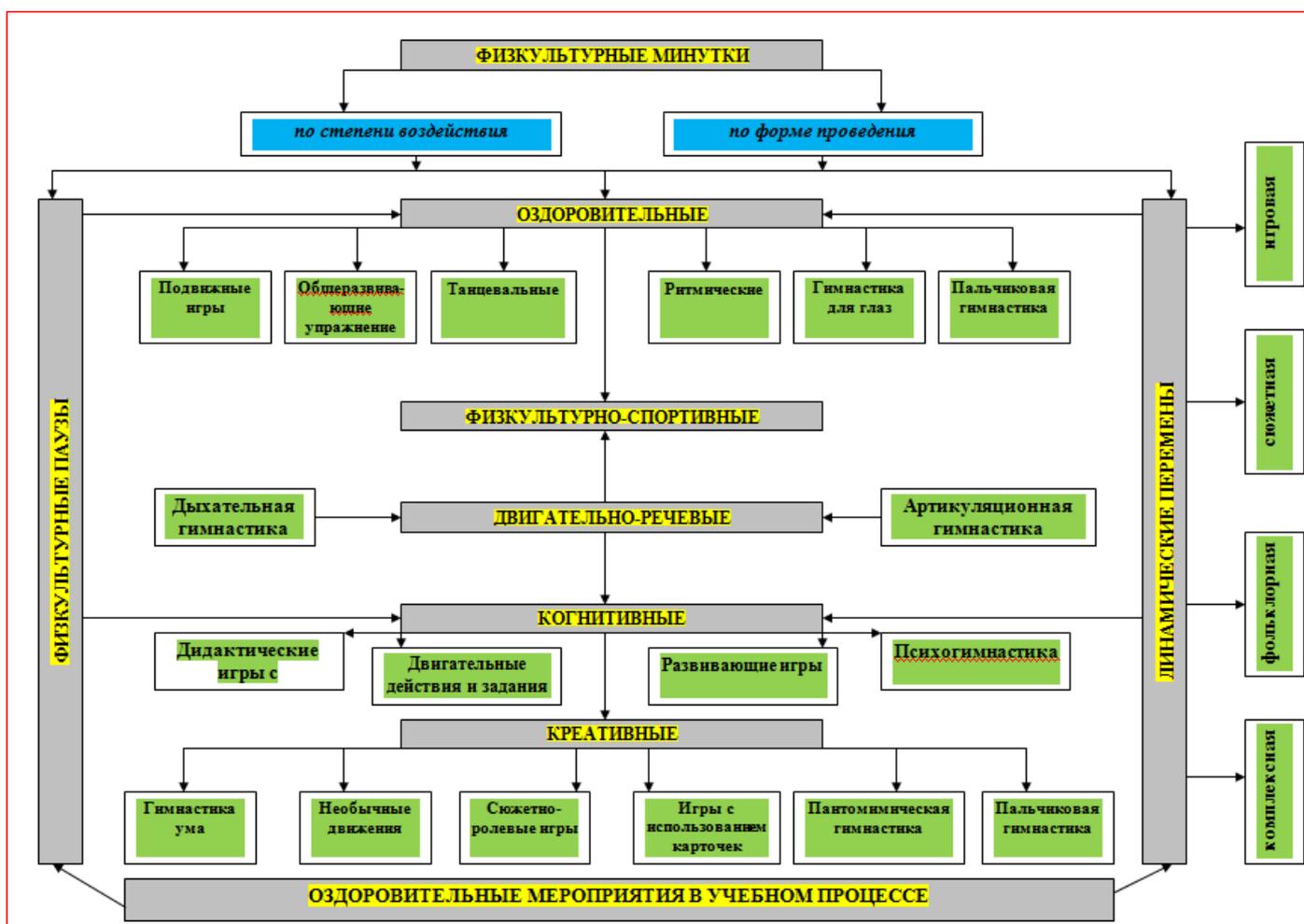
Основные направления деятельности в области организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе

По содержанию работы:

- диагностическое;
- просветительское;
- профилактическое,
- досуговая деятельность (занятость в спортивных секциях);
- спортивно-массовое.

По целевой группе:

- ученики начальных классов;
- учащиеся второй ступени;
- ученики с ослабленным здоровьем;
- семья;
- педагогический коллектив.



«Создание в школе здоровьесберегающей среды для успешного укрепления здоровья учащихся.»

На сегодняшний день остро стоит проблема сохранения и укрепления здоровья детей. Перед школой задача - создать здоровьесберегающую среду.

Отсутствие достаточной двигательной активности, постоянные стрессы, связанные с перегрузками учебных программ, нарушение гигиенических требований к организации учебного процесса заставляют серьезно рассматривать спортивно-массовую и физкультурно-оздоровительную работу в школе.

В школе выделено пять направлений физического воспитания:

- Урочное.
- Прикладное.
- Физкультурно-оздоровительное.
- Внеклассное.
- Общешкольное.

Вся спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа проводится во внеурочное время (за исключением физкультминуток) и включает мероприятия, направленные на улучшение здоровья и физического развития обучающихся.



В школе проводится мониторинг - школьное многоборье. Школьное многоборье позволяет соревноваться учащимся с 1 по 9 класс, причем как в параллелях, так и между параллелями классов. В школьном многоборье могут состязаться мальчики с девочками, второклассники с семиклассниками и т.д. По количеству набранных очков можно судить о качестве работы учащегося за год. Школьное многоборье позволяет определять, лучшего учащегося в школе, не зависимо от возраста и пола. Тестирование проводится два раза в год – осенью и весной (Приложение 2).

Для этого составлен четкий план работы:

1. Организационное и методическое руководство осуществляет учитель физкультуры Болотов Александр Владимирович.

В школе функционируют спортивные секции, общефизическая подготовка, пионербол, волейбол, баскетбол, русская лапта, шахматы, плавание.

Учитель проводит не только практические занятия, но и теоретические. В теоретическом блоке рассматриваются следующие вопросы:

- физическая культура и спорт в России.
- физическая культура и спорт – средства всестороннего развития личности.
- выступление российских спортсменов на чемпионатах мира, Европы, Олимпийских играх.
- гигиена, предупреждение травм.

Вся работа на уроках и во внеурочное время находится под контролем школьной медсестры и врача Посольства, а также на самоконтроле. Обучающиеся учатся оказанию первой помощи.

В правилах соревнований по бегу, прыжкам и подвижным играм

в практической части за основу взято несколько видов спорта:

- комплексные занятия по гимнастике и играм;
- комплексные занятия по легкой атлетике и играм;
- плавание;
- баскетбол/волейбол;
- настольный теннис.

Все упражнения направлены на развитие физических способностей: скоростных, силовых, координационных, выносливости, гибкости.

Методика подготовки и проведения спортивных и физкультурно-массовых мероприятий

Проведение школьных соревнований и праздников начинается с октября, когда обучающиеся адаптируются к учебным нагрузкам и пройдет акклиматизация.

Подготовка и проведения спортивных соревнований предусматривает целый комплекс мероприятий:

1. Разработка «Положения соревнований».
2. Составление программы соревнований.
3. Разработка сценария (время, место, разметка площадки, подготовка инвентаря и т.д.).
4. Распределение обязанностей среди членов оргкомитета.
5. Подготовка и вывешивание объявлений и прочей информации.
6. Проведение совещаний с капитанами команд и ознакомление их с программой соревнований.
7. Тренировка команд (с учетом, использованием различных форм занятий).
8. Подбор и утверждение судейской коллегии из числа учащихся, педагогов.
9. Заседание судейской коллегии, жюри.
10. Подготовка дипломов, грамот, призов, сувениров, подарков и т.д.
11. Определение состава жюри, почетных гостей и своевременное их оповещение.
12. Подготовка ведущего и судьи-информатора.
13. Подготовка членов комиссии по пропаганде (фотограф).
14. Проверка материальной части.
15. Подбор и запись музыкального сопровождения.
16. Оформление мест соревнований (флаги, ограждения, транспарантов и т.д.).
17. Проведение соревнований.
18. Оформление информационного стенда.
19. Подведение итогов и составление отчета о соревновании.

Спортивно-оздоровительная деятельность

1. Укрепление здоровья.
2. Постепенная адаптация организма к воздействиям физических нагрузок.
3. Соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха.
4. Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа.

Цель спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий – пропаганда физической культуры и спорта, приобщение обучающихся к систематическим занятиям физическими упражнениями и различными видами спорта, подведение итогов физкультурно-спортивной работы, активный отдых.

Перед началом любого мероприятия составляется Положение о проведении соревнований (праздника), в котором оговариваются цели и задачи данного мероприятия, сроки и место проведения, программу и ответственных за проведение.

Положение подписывается директором школы.

Все спортивно-массовые мероприятия начинаются с торжественного открытия, все знакомятся с условиями проведения соревнований, судейство соревнований возлагается на учителя физкультуры.

Итоги и награждения проводятся в торжественной форме на общешкольной линейке.

Мероприятия устраиваются на свежем воздухе, на спортивных площадках.

На больших переменах проводятся подвижные игры. Организуют и проводят их учителя, старшеклассники.

Игры готовятся заранее, учитывается место проведения, возраст, количество играющих и правила безопасности.

Введен третий час физической культуры во всех классах с 1-го по 9-й.

Для учащихся 1-9 классов организован кружок «Белая ладья», где дети обучаются игре в шахматы.

Составлена программа укрепления здоровья школьников «Помоги себе сам», она состоит из разделов:

Лекарственные травы.

Врачи юности.

Оказание первой медицинской помощи. Гигиена пола.

Традиционные мероприятия: Дни здоровья, соревнования по прыжкам в высоту, традиционный кросс, игры «Русская лапта», «Перестрелка». «Борьба за знамя», армрестлинг.

Основные принципы программы

- демократичность (свобода выбора учащимися внеучебных занятий, совместное планирование работы);

- участие (вовлечение всех субъектов программы в планирование, реализацию и оценку действий);
- целостность (программа направлена на укрепление физического, умственного, социального и психического здоровья учащихся);
- системность (физическое развитие происходит по определенной системе).

Ожидаемые результаты программы

1. Формирование отношения детей и родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на следующих этапах жизни.
2. Повышение уровня физического, умственного, психического, социального здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса.

Организационная работа образовательного учреждения

По индивидуально-типологическому статусу дети, имеющие различный уровень здоровья; дети, имеющие различный уровень обученности.

В школе создана воспитательная система физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы.

Спорт, органично включенный в воспитательную систему, дает свои результаты: у ребят повышается самооценка, они более уравновешены, сосредоточены на уроках, сохраняют высокий уровень умственной активности в течение всего учебного года.

В школе практикуются здоровьесберегающие технологии, пропаганда здорового образа жизни.

Одной из главных задач школы является укрепление здоровья и правильное физическое развитие учащихся. С этой целью используются различные формы: урок физической культуры, физкультминутки, спортивные секции, подвижные перемены, час здоровья, спортивные праздники, дни здоровья и спорта и т.д. Ведётся совместная работа учителя физической культуры и медицинского работника по отслеживанию состояния здоровья. Составляются графики и проводится мониторинг состояния здоровья обучающихся, их анализ, учитывается охват учащихся занимающихся спортом, в течение года ведётся мониторинг физического развития обучающихся.

Задача учебного предмета «Физическая культура»: формирование навыков ЗОЖ через систему физкультурно-оздоровительных мероприятий. Основной формой является урок физической культуры. Полностью и качественно решить 3 основные задачи школьного физического воспитания: образовательную, воспитательную, оздоровительную на уроках невозможно. Поэтому используются резервы физкультурно-оздоровительных мероприятий, внеклассная, внешкольная и физкультурно-спортивная работы. Оздоровительная роль достигается:

- организацией учебного процесса с учётом состояния здоровья школьников;
- обеспечения гигиенических условий;
- предупреждением травматизма.

ПЛАН ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ И СПОРТИВНО-МАССОВОЙ РАБОТЫ В ШКОЛЕ.

2014-2015 учебный год

№	МЕРОПРИЯТИЯ	Дата проведения	Ответственные за выполнение
1	<p>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсудить на совещании при директоре порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах. • Провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток. • Проводить подвижные игры и выполнение физических упражнений на большой перемене. • Проводить физкультминутки на общеобразовательных уроках. • Мониторинг физического развития обучающихся (определение победителей и лучших спортсменов) 	<p>До 1 сент.</p> <p>До 15 сент.</p> <p>Ежедневно.</p> <p>Ежедневно.</p> <p>сентябрь, май</p>	<p>Администрация</p> <p>Кл. руководит.</p> <p>Кл. Рук.</p> <p>Учителя</p> <p>учитель по физкультуре</p>
2	<p>Спортивная работа на спортчасах:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Составление расписания <p>Подвижные спортивные игры</p> <p>Русские народные игры (лапта)</p> <p>Пионербол</p> <p>Плавание</p> <p>Шахматы: кружок «Белая ладья»</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организация «часов здоровья». • Классные часы «здоровый образ жизни». 	<p>август</p> <p>вторник, четверг</p> <p>среда</p> <p>среда</p> <p>четверг</p> <p>в течение года</p>	<p>зам. директора по УВР</p> <p>Учитель физкультуры</p> <p>П.П.Осышный</p> <p>Кл. руковод. Уч. физкульт.</p>
3	<p>Внеурочная работа в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осенний кросс • Баскетбольные соревнования 	<p>сентябрь</p> <p>сентябрь</p>	<p>Учит .физк.</p>

	<p>«Оранжевый мяч»</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Веселые старты» (1-7 классы) • Интеллектуальный марафон по шахматам 1-й тур • Первенство в школе по шахматам в режиме онлайн 2-й тур • «Веселые старты» (1-9 классы) • Турнир по баскетболу (2-4 классы) • Турнир по пионерболу (1-4 классы) • Легкоатлетический пробег(1-9 классы) • Силовое многоборье «Мы готовы штурмовать любые рубежи» • Игра «Зарница» • Олимпийские надежды (1-4 классы, игра в рамках недели начальной школы) • Первенство школы по плаванию (1-9 классы) • Игра «Муравейник» (1-4 классы) • Первенство школы по прыжкам в высоту (1-9 классы) • Первенство школы по теннису (3-4, 5-9 классы) • Первенство школы по армрестлингу (среди девушек и юношей 6 -9 классов) 	<p>октябрь</p> <p>ноябрь</p> <p>ноябрь</p> <p>декабрь декабрь</p> <p>январь январь</p> <p>февраль</p> <p>февраль</p> <p>февраль</p> <p>апрель</p> <p>май</p> <p>май</p> <p>май</p> <p>май</p>	
4	<p>Участие во внешкольных соревнованиях</p> <p><i>Участие в юношеском первенстве большого тенниса в Пномпене среди молодежных команд</i></p>	<p>В течение года</p>	<p>Учит.физк-ры</p>
5	<p>Агитация и пропаганда:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Организовать проведение бесед и лекций по классам на темы: «утренняя гимнастика школьника», «гигиена школьника», «отказ от вредных привычек», уровень физического развития, принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьника, учет возрастных особенностей учащихся, • Выпускать информационный листок спортивных событий в школе 	<p>В течение года.</p>	<p>Кл. руковод.</p>

	<p>«СПОРТИВНЫЙ ВЕСТНИК» в компьютерном варианте;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Викторины: «Знатоки спорта», «Современный спорт сегодня», «Выдающиеся спортсмены», «Знаем ли мы имена спортсменов», «Олимпийские игры» 	Каждый месяц.	<p>Учит. физк.</p> <p>Спорт. актив.</p> <p>Учит. физ-ры.</p>
6	<p>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Лекции для родителей на темы: «Личная гигиена школьника», «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Воспитание правильной осанки у детей». • Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья. • Приглашение родителей на спортивные мероприятия. • Вовлечение учителей в участие в спортивных мероприятиях. 	<p>Род. собрания</p> <p>В теч. года</p> <p>В теч. года</p>	<p>Кл. руков-ли</p> <p>Учит. физ-ры</p> <p>Кл. рук-ли</p> <p>Мед. раб-к.</p> <p>Кл. рук-ль</p> <p>Уч. физ-ры</p>
7	<p>Хозяйственные мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Косметический ремонт спортзала, спортивной площадки; • Слежение за правильным хранением спортивного инвентаря. • Ремонт спортивного инвентаря, спортивных принадлежностей. 	<p>Июнь</p> <p>В течение года</p>	<p>Администрация</p> <p>Уч. физ-ры</p> <p>Уч. физ-ры</p>

Разработчик программы: А В Болотов

Вид: воспитательная

Продолжительность усвоения: 5 лет. Возрастная категория: 1-9 класс