Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа с.Соседка

|  |  |
| --- | --- |
| Принято:  на заседании педагогического совета МБОУСОШ с.Соседка  №1 от 31.08.2021г. | Утверждаю:  директор  \_\_\_\_\_\_\_Т.В.Новикова  Приказ №43 от 31.08.2021г. |

План организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в МБОУ СОШ с.Соседка

на 2021-2022 учебный год

С целью повышения двигательного и оздоровительного (адаптивного или восстановительного) режима учащихся необходимо проводить дополнительные занятия по физической культуре и спорту во внеурочное время в виде физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы. Для полноценного развития детям нужно двигаться, бегать, прыгать, т.е. выполнять определенный двигательный режим (суточный и недельный). Выявлять и развивать спортивные наклонности у детей среднего и старшего школьного возраста основная задача внеклассной воспитательной работы школы. Следует помнить, что занятия на свежем воздухе приносят: большой оздоровительный и закаливающий эффект. Разнообразие форм и методов спортивно-тренировочных занятий формируют у детей устойчивый интерес к посещению спортзала, спортивного кружка и ОФП.

***Цели:***

* сохранение 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.

З***адачи:***

* создание в средней общеобразовательной школе условий, содействующих сохранению и укреплению физического и психического здоровья обучающихся средствами физической культуры и спорта;
* обеспечение взаимодействия учебного и внеучебного процессов физического воспитания для освоения ценностей физической культуры, удовлетворения потребностей обучающихся в занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом;
* формирование физической культуры личности обучающегося с учетом его индивидуальных способностей, состояния здоровья и мотивации;
* дальнейшее развитие системы спортивных секций, объединений и кружков;
* проведение мероприятий по профилактике асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры и спорта;
* 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, средних и старших школьников, укрепление здоровья, закаливание организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний.

**План организации физкультурно-оздоровительной и спортивно- массовой работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  n/n | Мероприятия | Дата проведения | Ответственные за выполнение |
| I | **Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:**   * Проведение семинара для учителей начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня и проведения внеклассной работы с младшими школьниками. Обсудить на педсовете 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 занятия физическими упражнениями на больших | Конец августа                          Октябрь - ноябрь            Ежедневно. | Администрация, Завуч по ВР, учителя  ФК                      Кл. руководит.            Физорги. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | переменах.  Проводить физкультминутки на общеобразовательных уроках. | Ежедневно. | Учителя |
| II | **Спортивная работа в классах и секциях:**   * Составление расписания занятий кружков и секции * В классах назначить физоргов ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах и организующих команды для участия в соревнованиях. * Организация «часов здоровья». * Классные часы «здоровый образ жизни». * Подготовка команд по видам спорта,для участия в внутришкольных (районных) | Сентябрь  До 15 сент.          Еженедельно    Еженедельно    В теч. года. | Завуч по ВР  Уч.физкульт.  Кл. руководит              Уч. физкульт.    Кл. руковод.    Уч. физкульт.    Кл. руковод. Учителя ФК, |
| **№**  **n/n** | **Мероприятия** | **Сроки исполнения** | **Место проведения** |
| ***Сентябрь*** | | | |
| 1 | Спортивный праздник, посвященный началу учебного года. |  | Спорт.площадка |
| 2 | Районная л/атлетическая эстафета |  | р.п. Башмаково |
| 3 | Спортивные состязания «Тесты Губернатора» |  | Спорт.площадка |
| 4 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка. |
| 5 | Общешкольные соревнования по шахматам |  |  |
| 6 | Президентские спортивные игры. мини – футболу |  | Спорт.площадка |
| 7 | Л/атлетический кросс «Золотая  Осень» |  | Спорт.площадка |
| 8 | Сдача норм ГТО |  | Спорт.зал спорт.площадка. |
| ***Октябрь*** | | | |
| 1 | Легкоатлетический пробег, посвященный Дню учителя |  | р.п. Башмаково |
| 2 | Президентские спортивные игры. Настольный теннис. |  | Спорт.зал. |
| 3 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка. |
| 4 | Соревнования «Чудо-шашки» |  |  |
| 5 | Соревнования по стритболу в рамках «Президентских спортивных |  | Спорт.зал. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | игр» |  |  |
| 6 | «Веселые старты» с участием родителей |  | Спорт.зал. |
| 7 | Соревнования с нормативами ГТО «Быстрее,Выше,Сильнее» |  | Спорт.зал. |
| ***Ноябрь*** | | | |
| 1 | Дружеские встречи по баскетболу, мини-футболу, н/т, волейболу. |  | школа |
| 2 | Акция «Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам» |  | школа |
| 3 | Соревнования по баскетболу  «КЭС БАСКЕТ» |  | Спорт.зал |
| 4 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка. |
| 5 | Спортивный праздник «Мы вместе с мамой» |  | Спорт.зал |
| 6 | Соревнования с нормативами ГТО  (челночный бег, прыжки в длину с места) |  | Спорт.зал |
| ***Декабрь*** | | | |
| 1 | Соревнования по шахматам |  | Кабинет ОБЖ |
| 2 | Олимпиада по ФЗК |  |  |
| 3 | «Президентские спортивные игры» по н/т, волейболу |  | Спорт.зал |
| 4 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка. |
| 5 | Соревнования с нормативами ГТО (подтягивание,отжимание) |  | Спорт.зал |
| ***Январь*** | | | |
| 1 | Спортивно-массовые праздники в дни зимних каникул |  | Спорт.зал, спорт.площадка, лыжня. |
| 2 | «Час здоровья» |  | Спорт.зал. |
| 3 | Спорт праздники, посвященные открытию зимнего сезона  «Здравствуй, Зимушка-зима» |  | Спорт.зал, спорт.площадка, лыжня. |
| 4 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка, |
| 5 | Соревнования с нормативами ГТО (лыжные гонки) |  | Лыжня около школы |
| ***Февраль*** | | | |
| 1 | «Президентские спортивные игры» соревнования по волейболу |  | Спорт.зал |
| 2 | Спортивный праздник «О- спорт, ты мир !» |  |  |
| 3 | Соревнования с нормативами ГТО (лыжные гонки) |  | Лыжня около школы |
| 4 | Акция «Подтянись» |  | Спорт.зал |
| 5 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка,  лыжня |
| 6 | Спортивные праздники, посвященные Дню защитника Отечества |  | Спорт.зал |
| ***Март*** | | | |
| 1 | Спортивный праздник «Папа, мама, я –спортивная семья» |  | Спорт.площадка |
| 2 | Акция «Здоровье. Красота. Грация |  | Спорт.зал |
| 3 | Соревнования по шахматам |  | Кабинет ОБЖ |
| 4 | «Президентские спортивные игры» соревнования по волейболу |  | Спорт.зал |
| 5 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка,  лыжня |
|  |  |  |  |
| ***Апрель*** | | | |
| 1 | Акция «Стартуем вместе» |  | Спорт.зал |
|  | «Президентские спортивные игры» соревнования по волейболу,  стритболу |  | Спорт.зал |
| 3 | Соревнования по спортивной ходьбе |  | Спорт.зал |
| 4 | «Президентские спортивные игры» соревнования по мини- футболу |  | Спорт.зал |
| 5 | «День здоровья»  «Весна, спорт, здоровье» |  | Спорт.зал, спорт.площадка. |
| ***Май*** | | | |
| 1 | Спортивные состязания «Тесты Губернатора» |  | Спорт.площадка |
| 2 | Соревнования по шахматам |  | Кабинет ОБЖ |
| 3 | Л/А эстафета, посвященная дню победы |  | Спорт.площадка. |
| 4 | День здоровья  «Наше здоровье - в наших руках!» |  | Спорт.зал, спорт.площадка. |
| 5 | Соревнования с нормативами ГТО  (бег) |  | Спорт.площадка |

Учитель физической культуры : Сухова В.И