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.НовиковаПриказ №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