

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МОБУ СОШ № 31

_____ А.В. Чудный

« _____ » _____ 201_ г.

ПРОГРАММА

организации физкультурно-оздоровительной
и спортивной работы
на 2012-2013 уч.г.

Главной целью образования всегда считалось развитие умственных, интеллектуальных задатков ребенка. Стремительный темп научно-технической революции, введение обязательного ЕГЭ, увеличение объема информации, неизбежно приводит к возрастанию учебных нагрузок, которые не способствуют улучшению здоровья обучающихся. Компьютеризация современной школы, внедрение вычислительной техники в учебный процесс без должного соблюдения возрастных ограничений отрицательно сказываются на здоровье, приводя к развитию резкого утомления у детей и подростков. Наш бурный XXI век можно без преувеличений назвать веком гиподинамии, или пониженной подвижности, и гипокинезии - уменьшение силы и объема движений. Поэтому охрана здоровья детей одна из важнейших задач нашего времени. Ведь правильное, гармоничное развитие детей - залог здоровья будущих поколений. Единственный путь, ведущий к здоровью каждого ребенка, - это правильное и грамотное отношение человека к своему здоровью.

Цели:

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Пропаганда и приобщение к здоровому образу жизни обучающихся.

Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха.

Дополнительное образование обучающихся в области физической культуры и спорта.

Формирование навыков и развитие мотивации обучающихся к выбору здорового образа жизни.

Задачи:

создание в 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;

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 бережного отношения к здоровью;

обучающая – обучение нормам здорового образа жизни;

развивающая – развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков.

Организация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы включает в себя пять основных направлений.

1. Современный урок физической культуры.

1.1. Задачи уроков физической культуры в школе:

1.1.2. укрепление здоровья, улучшение осанки;

1.1.3. содействие гармоническому физическому развитию;

1.1.4. овладение школой движений;

1.1.5. Развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты, точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных способностей (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости);

1.1.6. Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

1.1.7. Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время

на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выполнения предрасположенности к тем или иным видам спорта;

1.1.8. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;

1.1.9. Содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.

1.2. Количество уроков физической культуры в 1-11 классах – 3 часа неделю.

1.3. Рабочая программа по физической культуре в 1-11 классах предусматривает планирование организации деятельности обучающихся по легкой атлетике, спортивным играм, гимнастике.

2. Массовая физкультурно-оздоровительная работа.

Одной из важнейших задач совершенствования учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Спортивные соревнования должны способствовать тому, чтобы привлечь к занятиям физкультурой как можно больше детей, подростков и взрослых. Увеличить число занимающихся физкультурой возможно через расширение спортивных кружков и проводимых соревнований, через привлечение к соревнованиям детей разного возраста, а также родителей, и активное участие в соревнованиях болельщиков. Подвижные игры - необходимая, жизненно-важная разрядка, удовлетворяющая естественную потребность детей в активном движении, жажду деятельности, соревнования.

Спортивные игры - важное средство развития ловкости, быстроты, силы, настойчивости, умения действовать в интересах коллектива, умения ориентироваться в сложной ситуации. Игровая деятельность участников соревнований вызывает у зрителей стремление стать такими же ловкими и смелыми, способствует сплочению коллектива учителей и учеников, передача опыта старшего поколения младшим, дает возможность по-новому оценить свое отношение к учебе, своему умственному и физическому развитию.

2.1. Школьные спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия:

школьная спартакиада 5-11 классов, посвященная началу учебного года (сентябрь);

школьные соревнования по мини-футболу (1-я четверть);

спортивные состязания «Спорт против вредных привычек» (январь);

военно-спортивная игра для 9-11 классов (февраль);

спортивный месячник: "Веселые старты", "А ну-ка, мальчишки", "А ну-ка, девочки" (февраль - март);

чемпионат школы по баскетболу (2-я четверть).

2.2. Участие в городской спартакиаде школьников (по календарю Спартакиады)

<u>№</u>	Виды соревнований
1.	Эстафета
2.	Легкая атлетика, 4-хборье
3.	Легкая атлетика
4.	Баскетбол – юноши, 10-11 классы
5.	Баскетбол – юноши, 8-9 классы
6.	Баскетбол – девочки, 8-9 классы
7.	Мини футбол
8.	Волейбол - юноши
9.	Волейбол – девушки
10.	Пионербол – юноши, 6-7 классы
11.	Пионербол – девушки, 6-7 классы
12.	Весёлые старты
13.	Школьная баскетбольная лига
14.	Школа безопасности
15.	Спартакиада допризывников среди юношей 10-х классов
16.	Олимпиада по физической культуре
17.	Кросс наций

2.3. Участие во Всероссийских спортивных соревнованиях «Президентские спортивные игры» (по календарю игр).

3. Пропаганда здорового образа жизни.

Основная задача - довести до сведения детей, что здоровье - это драгоценность, ради которой действительно стоит не только не жалеть сил, времени, но и отказаться от пагубных привычек. Каждый ребенок должен знать, что здоровый образ жизни - самое надежное средство сохранения и укрепления здоровья.

Мероприятия по реализации данного направления:

- конкурсы рисунков учащихся 1-4 классов на тему " Мы любим спорт" (ноябрь);
- конкурсы газет и плакатов среди учащихся 5-8 классов на тему " Спорт - это жизнь" (ноябрь);
- конкурсы сочинений учащихся 9-10 классов на тему " Мы за здоровый образ жизни" (октябрь);
- поднятие статуса ответственных за организацию спортивной работы в классе, развитие этого направления работы в каждом классе (в течение года);
- чествование лучших спортсменов, создание имиджа "спортсмена - здорового человека" (в течение года);
- чествование лучших команд, привлечение в состав спортивной команды как можно больше учеников, улучшение спортивных достижений (в течение года).

4. Совместная работа семьи и школы для воспитания здорового поколения.

Вспомним слова известного педагога В.Сухомлинского: «Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное». Поэтому необходимо вовлечение родителей в работу по обеспечению здоровья обучающихся. Взаимоотношения семьи и школы важны на всех этапах ученической жизни, но особую остроту, особое значение они имеют в первые годы пребывания ребенка в учреждении. Между школой и семьей необходимо наладить дружеские, партнерские отношения. Школа и семья в тесном взаимодействии должны не только обучать и воспитывать своих детей, но и заботиться о том, чтобы создать все условия для радостной, творческой и здоровой их жизни.

Реализация данного направления

Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ состояния здоровья учащихся).

Тематические родительские собрания (в течение года).

Консультации, беседы для родителей (в течение года.)

Проведение совместных экскурсий, походов (в течение года).

Проведение спортивных мероприятий с участием родителей (в течение года).

5. Организация дополнительного образования

5.1. Организация работы школьных спортивных секций:

5.1.1. по баскетболу для девочек 5-11 классов;

5.1.2. по футболу для мальчиков 5-9 классов;

5.1.3. по теннису для мальчиков 7-10 классов;

5.1.4. по волейболу для мальчиков 8-11 классов.

5.2. Организация работы спортивных секций ДЮСШ №3:

5.2.1. по волейболу для девочек 8-9 классов;

5.2.2. по туризму для обучающихся 4-5 классов;

5.2.3. по художественной гимнастике для обучающихся 1-2 классов.

6. Материально-техническое оснащение в рамках Областной долгосрочной целевой программы «Развитие образования Ростовской области на 2010-2015г.»

Приобретение необходимого спортивного оборудования для реализации данной программы.