Утверждаю:

Директор МОУ СОШ №1 р.п. Пачелма

_____ Т.И. Колесникова

План спортивно-массовой работы

на 2019-2020 учебный год

Цели программы

- Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.
- Пропаганда среди школьников и приобщение их к здоровому образу жизни.
- Воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха.
- Воспитание учащихся в народных традициях.

Программа включает в себя четыре основных направления развития спортивно-оздоровительной системы работы..

1 НАПРАВЛЕНИЕ: *Содержание учебного материала*

На уроках физической культуры в начальной школе решаются следующие задачи:

- Укрепление здоровья, улучшение осанки;
- Содействие гармоническому физическому развитию;
- Выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.
- Овладение школой движений.
- 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).
- Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, соблюдении правил техники безопасности во время занятий.
- Приобщение к самостоятельным занятиям физическим 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.
- Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;
- содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.

Главная цель уроков на свежем воздухе: закаливание и повышение уровня общей физической подготовки учащихся.

Для всестороннего развития личности программа предусматривает секции по: спортивным играм и легкой атлетике. Дальнейшее развитие культурно-оздоровительной работы предполагает приобретение спортивного инвентаря.

2 НАПРАВЛЕНИЕ: *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.

Реализация данного направления

- Спортивные игры (волейбол, баскетбол, стритбол, мини-футбол, настольный теннис) для 5-11классов (сентябрь-май).
- Осенний и весенний кроссы (сентябрь — май).
- Районные соревнования по спортивным играм (в течение года).
- Районные соревнования по легкой атлетике (в течение года).
- Спортивные состязания: «Веселые старты» (раз в четверть), «А ну-ка, мальчишки», «А ну-ка, парни» (февраль).
- Лыжные гонки (январь-февраль)
- Олимпиада по физкультуре (ноябрь-февраль)
- «Губернаторские тесты» (сентябрь)
- Отбор на Губернаторскую легкоатлетическую эстафету (сентябрь, апрель)
- Отбор на Губернаторскую легкоатлетическую эстафету (сентябрь, апрель)
- «Президентские состязания» (март)
- Фестиваль ГТО (в течение года, по ступеням).

3 НАПРАВЛЕНИЕ: *Пропаганда здорового образа жизни среди детей.*

Основная задача — довести до 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.

Реализация данного направления

- Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему » Мы любим спорт» (ноябрь.)
- Олимпиада по физкультуре (ноябрь-февраль).
- Конкурсы газет и плакатов среди учащихся 5-8 классов на тему » Спорт — это жизнь» (январь).
- Оформление уголка с фотографиями лучших спортсменов школы. 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).
- Участие в областном конкурсе «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»

4 НАПРАВЛЕНИЕ: *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 учащихся.

Взаимоотношения семьи и школы важны на всех этапах школьной 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):

- Фестиваль спортивных семей
- «Мама, папа, я – спортивная семья»
- Фестиваль ГТО «С папой мы похожи – ГТО он любит тоже»