Итоги
физкультурно-оздоровительной работы
МОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Б.Мелик
Балашовского района Саратовской области» за 2018-2019уч.г.

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательной активности и навыки в области физической культуры, мотивы и основные способы (умения).

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, духовных способностей ребенка, его самоопределения.

В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе лежат идеи личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

Решая задачи физического воспитания, деятельность учителя ориентировалась на такие важные компоненты, как воспитание личностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности, воспитание моральных и волевых качеств.

В 2018- 2019 учебном году уроки физической культуры проводились по учебному плану базовому. Особое внимание уделялось двигательным умениям, навыкам и способностям. В процессе усвоения материала программы углубляются знания учащихся.

При организации учебных занятий с юношами, особое внимание уделялось их готовности к службе в армии. Больше, чем в других классах использовался метод индивидуальных заданий по овладению военно-прикладными навыками, воспитанию морально-волевых качеств.

Для укрепления здоровья и нормального развития детей в школе во время учебного процесса и вне его соблюдались санитарные правила и нормы, которые предотвращали неблагоприятное воздействие на организм школьников вредных факторов, сопровождающих их учебную деятельность, выполнялись санитарно-гигиенические требования и требования по технике безопасности.

Школа работает по совместному плану с участковой больницей по охране здоровья детей. Был организован медицинский осмотр учащихся и дана индивидуальная оценка физического развития школьников.

Случаев травматизма на уроках физической культуры не было. Здоровый ребенок обучаем, благополучен и счастлив, поэтому в школе создана система мер, комплексов для сохранения здоровья детей. Преподавание физической культуры в школе проводится на основании комплексной программы физического воспитания школьников 1-11 классов с направленным развитием двигательных способностей, содержащей все формы школьной физической культуры, направленных на укрепление здоровья, содействию нормальному физическому развитию.

-развитие двигательных (кондиционных и координационных способностей)

-обучение жизненным двигательным умениям и навыкам

-приобретение жизненно необходимых знаний в области физической культуры и спорта

-воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию технических процессов и свойств личности.

За 2018-2019 учебный год качество знаний следующие:

2 кл.	100%
3 кл.	100%
4 кл.	100%
5 кл.	100%
6 кл.	100%
7 кл.	100%
8 кл.	100%
9 кл.	100%
10 кл.	100%
11 кл.	100%

В режиме учебного процесса проводились физкультурно-оздоровительные мероприятия. Для снятия статической нагрузки, предупреждения нарушения осанки, повышения эмоционального уровня учащихся, для восстановления умственной работоспособности, воспитания нравственных и волевых качеств на уроках 1-8 классов проводились физкультминутки, подвижные игры на удлиненных переменах.

Особой популярностью в нашей школе пользуются детско-юношеские спортивные игры, которые проводились каждый год с 2002г, Учащиеся всегда с нетерпением ждут открытия спартакиады. Основными задачами спартакиады являлось.

- пропаганда среди учащихся здорового образа жизни;

- отвлечение учащихся от негативных явлений современной жизни;

- патриотическое воспитание учащихся;

- выявление талантливых юных спортсменов;

-улучшение физкультурно-спортивной работы сучащимися во внеурочное время.

Спартакиада способствовала привлечению детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом; повышению уровня их физической подготовленности и спортивного мастерства.

Общее руководство подготовкой и проведением спартакиады осуществлял оргкомитет, в который входили учителя и учащиеся старших классов. Они занимались подготовкой мест проведения соревнований, разметкой трасс, оформлением, судейством и т. д. Учащиеся всей школы делились на три возрастные группы:

- *Iгруппа (2-4 класс);*
- *II группа (5-8 класс);*
- *IIIгруппа (9-11 класс).*

В соревнованиях выявлялось: личное первенство в каждом виде спорта, командное первенство по видам спорта, общекомандное и личное место в комплексном зачёте.

В 2018-2019 уч. году лучшим спортивным классом в I группе стал 4 класс, во II группе - 7 класс, в III группе- 11 класс. Лучшим спортсменом школы стал-Филиппов Иван ученик 4 класса, а лучшей спортсменкой стала – Шилина Александра ученица 9 класса. В дальнейшем планируется проводить более активную работу с учащимися по вовлечению в спортивные секции и занятиями физической культурой, а так же работать над совершенствованием умений и навыков у учащихся старших классов в таких видах силовых упражнений, как подтягивание, отжимание, работать над координацией движений и статической нагрузкой.

СНОВНЫМИ ЗАДАЧАМИ НА СЛЕДУЮЩИЙ ГОД ЯВЛЯЮТСЯ:

-сохранение и укрепление здоровья обучающихся в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни

-создание новой технологии физического воспитания, направленной на реализацию индивидуального подхода к школьникам

-сделать оценку по физической культуре реальным инструментом поощрений усилий ученика

-нацелить школьное физическое воспитание на укрепление здоровья и гармоническое развитие детей

-улучшить подготовку учащихся для участия в районных спортивных соревнованиях

-по результатам года составить списки учащихся по календарю районных спортивных соревнований (июнь)

-администрации один раз в четверть проводить контрольное тестирование физической подготовленности учащихся

-проводить по каждому разделу программы обязательные физические тесты для показателей физической подготовленности

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ:

1. Подтягивание или отжимание (сила), (раз)
2. Быстрота бега на 60, 100 метров (секунд)
3. Метание (малого мяча) на дальность (м)
4. Прыжки в длину с разбега(см)
5. Бег на выносливость в течение 1,5 минут

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ:

1. На статистическую выносливость (упражнения «рыбка» или угол) на время в секундах
2. Статистическое равновесие, стоя на одной ноге или «ласточка» с закрытыми глазами в секундах
3. Гибкость - наклоны вперед, стоя на скамейке (в см) от нулевой линии
4. Силовая выносливость - количество седов из положения лежа на спине.

«Утверждаю»
Директор МАОУ СОШ с. Большой Мелик Балашовского района Саратовской области
_____ **/С.Н. Махров/**
Приказ №256-ОД от 30.08.2019 г.

ПЛАН
СПОРТИВНО-МАССОВЫХ И ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

МОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Большой Мелик Балашовского района Саратовской области» на 2019 -2020 уч.год.

Цели:

-Рассматривать мероприятия как одно из средств профилактики заболевания, укрепления здоровья, поддержания высокой работоспособности человека, воспитания патриотизма граждан, подготовки их к защите Родины, развития и укрепления дружбы между народами и гарантирует права граждан на равный доступ к занятиям физическими упражнениями и спортом.

-Сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни.

-Создание новой технологии физического воспитания, направленную на реализацию подхода к школьникам.

-Проводить по каждому разделу программы обязательные физические тесты для показателей физической подготовленности.

№	МЕРОПРИЯТИЯ	ОТВЕТСТВЕННЫЕ
	1.ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА	
1	*Провести перевыборы физоргов, капитанов команд*	*Кл.рук, физрук*
2	*Обсудить и утвердить план работы*	*Зам по ВР, физрук*
3	*Согласовать план работы с администрацией*	*Физрук*
4	*Провести запись желающих заниматься в спортивных секциях, группе ОФП*	*Физрук*
5	*Провести инструктаж физоргов по подготовке и проведению мероприятий*	*Зам по ВР*
6	*Обсудить и утвердить план физкультурно-спортивных мероприятий на каникулы*	*Кл.рук*
7	*Совещание физоргов «Итоги работы по физическому воспитанию на новый учебный год»*	
	2.ФИЗКУЛЫУРНО-МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ ШКОЛЫ	

1	*Обсудить на педсовете или совещании при директоре порядок проведения физкультминуток на уроках, подвижных перемен*	*Зам по ВР, физрук*
2	*Провести семинар для воспитателей ГПД по вопросам организации «Спортивного часа», физкультпауз, физкультминуток во время выполнения домашних заданий*	*Зам по ВР, физрук*

3	*Организовать в классах беседы о режиме дня школьника, значении физкультурно-оздоровительных мероприятий, физкультминут и подвижных перемен*	*Кл.рук, физорги*
4	*Проводить физкультминуты на уроках и физкультпаузыв группах ГПД*	*Кл.рук, воспит.ГПД*
5	*Проводить «Спортивный час» в группах продленного дня*	*Воспитат.ГПД, физорги*
3. АГИТАЦИЯ И ПРОПАГАНДА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ		
1	*Оформить с помощью родителей учащихся стенды, плакаты, лозунги*	*Физрук, род.комитет*
2	*Обновить уголок физической культуры, где разместить стенд «Детские и юношеские спортивные игры», расписание занятий спортивных секций*	*Физорги*
3	*Оборудовать методический уголок физической культуры*	*Физрук*
4	*Подготовить и провести торжественные праздники по поводу открытия и закрытия школьной спартакиады, спортивную викторину*	*Зам по ВР, физорги*
5	*В течении года проводить информационно - просветительскую и пропагандистскую работу, вооружение учащихся необходимыми знаниями в области комплекса ГТО.*	*Физрук*

4.ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВАЯ И СПОРТИВНАЯ РАБОТА ВНУТРИ ШКОЛЫ

№	***СОДЕРЖАНИЕ***	***СРОКИ***	***ОТВЕТСТВЕННЫЕ***
1	*Проведение Дня здоровья и открытие школьной спартакиады (соревнования по лёгкой атлетике)*	*8.09*	*Зам по в\р, физрук, препод. ОБЖ*
2	*Всероссийская акция «Волна здоровья. Займись собой»*	*с 4.09-20.09*	*Зам по ВР, физрук, преп.ОБЖ., Кл.рук.*
3	*Час здоровья «В здоровом теле - здоровый дух»*	*с 11.09-20.09*	*Кл.рук.*
4	*Однодневные турпоходы, посвященные «Всемирному дню туризма» «Зовут костры походные»*	*7.10*	*Физрук, кл рук, зам по в\р*
5	*Соревнования по спортивному ориентированию среди учащихся школ с.Б.Мелик, с.М.Мелик, с.Котоврас,*	*октябрь*	*Физрук, зам по в\р*
6	*Первенство школы по волейболу (пионерболу)*	*октябрь*	*Физрук*
7	*Первенство школы по настольному теннису*	*декабрь*	*физрук, кл рук, пр. ОБЖ*

8	*Биатлон (с малым мячом)*	*февраль*	*Зам по в\р, физрук, кл рук, пр. ОБЖ*
9	*Смотр строя и песни посвященный Дню Защитника Отечества*	*22.02*	*Кл.рукпреп.ОБЖ,*
10	*Физкультурно-оздоровительный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества*	*19-21.02*	*Зам по в\р, физрук, кл рук.*
11	*Первенство школы по шахматам*	*март*	*Воспит.ГПД, физрук, Кл.рук.*
13	*Первенство школы по шашкам*	*март*	*Воспит.ГПД, физрук, Кл.рук.*
14	*Всемирный День Здоровья «Праздник здоровья»(день профилактики вредных привычек)*	*6.04*	*Зам по в\р, физрук*
15	*Спортивно-игровой праздник «Мама, папа, я, - спортивная семья»*	*20.04*	*Зам по в\р, физрук, кл рук*
16	*Первенство школы по футболу*	*апрель*	*Физрук, Кл.рук.*
17	*Спортивный праздник, посвященный закрытию спартакиады (легкоатлетический кросс) года.*	*22.05*	*Зам по в\р, физрук, кл рук, пр. ОБЖ*
	5.РАБОТА ПО ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ		
1	*Начать сообщения учащихся по теоретическим сведениям двигательных норм*		Физрук, зам по в\р
2	*Провести контрольное тестирование по подтягиванию и отжиманию*		Физрук, зам по в\р
	6. РАБОТА С' РОДИТЕЛЯМИ УЧАЩИХСЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКИМ КОЛЛЕКТИВОМ		
1	*Ознакомить родителей учащихся с требованиями программы физического воспитания, нормативами, правилами включения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режим школьного дня*		*Физрук, зам по в\р*
2	*Провести лекции для родителей учащихся о значении утренней гигиенической гимнастики и правшах личной гигиены школьника о формировании правильной осанки, о режиме дня и двигательном режиме школьника, о необходимости обучения детей плаванию в летний период*		*Участковый врач, зам по ВР*
3	*Организовать консультации для родителей по вопросам физического воспитания школьников в семье, закачивания детей и укрепления их здоровья*		*Участковый врач, зам по ВР, род.комитет*
4	*Приглашать родителей учащихся на спортивные праздники и вечера*		*Физрук, зам по в\р*
5	*Организовать спортивные соревнования «Мама, папа, я спортивная семья »*		*Физрук, зам по в\р*
	7.ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ		

1	*Медицинский осмотр учащихся и распределение их на мед.группы*	*Август*
2	*Проверка и оценка санитарно-гигиенического состояния спортзала, спортплощадки, оборудования и инвентаря*	*Сентябрь*
3	*Санитарно-гигиенический осмотр гимнастических снарядов и техники безопасности на уроках гимнастики*	*Ноябрь*
4	*Беседа «Предупреждение обмораживания и травм во время занятий и отдыха зимой»*	*Январь*
5	*Итоговый осмотр учащихся на предмет выявления роста физической подготовленности*	*Май*
8.МАТЕРМАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА		
1	*Составить смету на.приобретение спортивного инвентаря и оборудования*	
2	*Провести осмотр и ремонт спортивного инвентаря и оборудования, требующего ремонт*	
3	*Приобретение мячей*	
4	*Отремонтировать стол для настольного тенниса*	
5	*Закупить шарики и ракетки для настольного тенниса*	
6	*Привести в порядок лыжную базу и лыжный инвентарь*	
7	*Оформить стенд по лыжной подготовке*	
8	*Привести в порядок инвентарь для пользования на спортивной площадке*	
9	*Подготовить спортивный зал, оборудование и инвентарь к новому учебному году*	
9. УЧАСТИЕ В РАЙОННЫХ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ		
1	*Легкоатлетическое четырехборье*	
2	*Легкоатлетический осенний кросс*	
3	*Настольный теннис*	
4	*Лыжные гонки*	
5	*Спортивное ориентирование*	
6	*Легкоатлетический весенний кросс*	
10.КОНТРОЛЬНОЕ ТЕСТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ		
Администрация один раз в триместр проводит контрольные тестирования физической подготовленности учащихся. *Проводить по каждому разделу программы обязательные физические тесты для показателей физической подготовленности*		
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ: *1. Подтягивание или отжимание (сила, раз).* *2. Быстрота бега 60, 100 метров (секунд)* *3. Прыжки в длину с разбега (на дальность, метры)* *4. Бег на выносливость в течение 7,5 минут*		

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ:

1. *На статическую выносливость (упражнения рыбка или угол на время в секундах)*
2. *Статическое равновесие, стоя на одной ноге или ласточка с закрытыми глазами в секундах*
3. *Гибкость наклоны вперед, стоя на скамейке (в см) от нулевой линии*
4. *Координация движений - бросание мяча о стенку по перемене руками, в течение 30 секунд с одного метра*
5. *Силовая выносливость - количество садов из положения лежа на спине.*