### ****Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа****

**Цели:**

* охранение и укрепление здоровья учащихся;
* cовершенствование 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.

**Задачи:**

* создание в гимназии 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 школьников, укрепление здоровья, закаливание организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний.

      Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Имея с рождения крепкий организм, совершенствуя свой физический, творческий и нравственный потенциал, можно добиться больших успехов. Современный человек не может считаться культурным без овладения основами физической культуры, т.к. она является неотъемлемой частью общей культуры.

     Одна из важнейших задач учителя физической культуры – повышение активности учащихся путем вовлечения их в различные формы внеурочных и внеклассных занятий  и мероприятий.

Физкультурно-оздоровительная и спортивная деятельность в гимназии нацелена на формирование у учащихся, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества учащихся школы оздоровительными мероприятиями.

В современных условиях проблема здоровья детей приобретает глобальный характер. Здоровье ребёнка, определяется воздействием внешних и внутренних воздействий на его организм, с одной стороны, и возможностями самого организма противостоять этим воздействиям. Учащихся необходимо научить правильно и целесообразно выбирать средства и формы для формирования здорового организма.

Успешность этой деятельности, устранение вредных воздействий и повышение устойчивости к ним, определяет направления усилий по сохранению и укреплению здоровья.

Свою долю ответственности за здоровье учащихся несёт система образования.

Известно, что здоровый образ жизни, положительное отношение к занятиям спортом и физической культурой закладывается в школьные годы. Семья вместе с общеобразовательной школой играет в этом немаловажную роль.

Внеклассная физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа в гимназии решает много важнейших задач. Успешность их решения зависит от правильного, чёткого планирования и организации методической работы в школе в которой принимают активное участие (директор ОУ, заместители директора, председатель методического объединения, классные руководители, родители, совет старшеклассников и т.д).

Только совместная работа всех звеньев управления школы даёт возможность грамотно и целесообразно организовать спортивно-массовую работу школы направленную на оздоровление школьников, приобщение их к ЗОЖ.

Одной из главных задач гимназии является укрепление здоровья и правильное физическое развитие учащихся. С этой целью используются различные формы: урок физической культуры, физкультминутки, спортивные секции, подвижные перемены, час здоровья, спортивные праздники, дни здоровья и спорта и тд. Ведётся совместная работа учителей физ. культуры и медицинского работника по отслеживанию состояния здоровья. Составляются графики и диаграммы состояния здоровья учащихся, их анализ, учитывается охват учащихся занимающихся спортом, проводится анкетирование учащихся.

Оздоровительная роль в гимназии достигается:

- организацией учебного процесса с учётом состояния здоровья школьников;

- обеспечения гигиенических условий;

- предупреждением травматизма.

Внеклассные спортивно- массовые мероприятия включают в себя такие соревнования как:

- Декада физической культуры и ОБЖ, в которую входят конкурс рисунков о спорте и ЗОЖ, кросс, футбол, волейбол, баскетбол, пионербол, весёлые старты;

- Дни здоровья;

- А ну-ка парни;

- А ну-ка, мальчишки;

 -А ну-ка, девушки;

 -А ну-ка, девчата;

- Первенство по волейболу, баскетболу, пионерболу, футболу, игре перестрелка;

В своей работе особое внимание уделяется основным направлениям развития учащихся средствами физического воспитания на основе индивидуального - дифференцированного подхода с учётом психолого-педагогических исследований. Уделяется внимание методики и технологии современного урока, обсуждаются новинки в методике проведения уроков, внеклассных мероприятий, здоровье сберегающих технологий учащихся. В центре внимания ставятся вопросы физического воспитания, здоровья детей и подростков, техники безопасности во время занятий физической культурой, проектной деятельности, подготовки к экзаменам.

К организованным формам двигательной активности относятся:

1  — физкультурно-оздоровительные паузы на уроке;

2 — ежедневная утренняя гимнастика:

3 — урок физкультуры;

4 —подвижная перемена;

5 — спортивные секции;

6 — физкультурно-оздоровительные паузы во время самоподготовки;

7— подвижные игры во время прогулки на улице.

**Схема спортивно-массовой работы**

|  |
| --- |
| **Основные направления спортивно-массовой деятельности в гимназии** |
| **Организация спортивно-оздоровительной работы** | **Медико-психологическая работа** | **Работа с родителями** | **Работа педагогического коллектива** |
| 1. Составление календарного плана спортивно-массовой работы на год | 1. Организация мед. осмотра, систематический контроль за соблюдением санитарно-гигиенического режима в школе, оформление листка здоровья в классных журналах, распределение уча-я по мед. группам.  | 1. Родительские собрания по проблемам здоровья детей. | 1. Работа администрации ОУ выполнение и контроль санитарно-гигиенического режима школы, организация питания в школьной столовой, организация ОФП, секции, кружков. Организация спортивно-оздоровительной работы на всех 3 уровнях, а так же в пришкольном лагере. Обсуждение здоровье сберегающих технологий на пед. советах. методических объединениях. |
| 2. Внеклассная работа в ОУ во внеурочное время: соревнования, конкурсы, профилактические мероприятия, занятость детей в каникулярное время и т.д. | 2. Систематический контроль за качеством питания в школе. | 2. Участие родителей в организации физкультурно-оздоровительной работы в школе. | 2. Работа учителей ОУ. Знакомство с новой методической, научной литературой по вопросам здоровья. Организация и проведение физ. минуток. Контроль за правильной осанкой, контроль зрения. Проведение кл. часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и ЗОЖ |
| 3. Подготовка учащихся для районных и областных конкурсов, соревнований, фестивалей. Военно - спортивных конкурсов. | 3. Психологическая помощь учащимся консультации психолога для учащихся, родителей. | 3. Организация бесед, семинаров о ЗОЖ, режиме школьника и т.д. (приглашаем мед. работников закреплённого учреждения) | 3. Социальное партнёрство. Участие в социальных акциях и мероприятиях районного масштаба.  |
| 4. Мониторинг анкетирование, подведение итогов внеклассной работы по предмету.  | 4. Отслеживание результатов физического развития, здоровья учащихся.  | 4. Собрания управляющего совета по итогам работы за год, решение проблем. | 4. Активное участие всех сотрудников школы в подведении итогов. |

**При организации данной деятельности ставим следующие задачи:**

* соблюдение валеологических требований на занятиях;
* пропаганда ЗОЖ;
* формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
* снижение уровня заболеваемости учащихся;
* создание системы взаимодействия и сотрудничества со всеми заинтересованными службами.

# Обеспечение образовательного процесса оборудованными учебными кабинетами, объектами для проведения практических занятий.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Уровень, ступень образования, вид образовательной программы (основная/дополнительная), специальность, направление подготовки, профессия, наименование предмета, дисциплины в соответствии с учебным планом | Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий с перечнем основного оборудования |
| 1 | 2**Основная общеобразовательная среднего (полного) общего образования** | 3 |
|  |  | * **Спортзал**
* Гимнастическое покрытие;
* Гимнастическая скамейка-2
* Гимнастическая стенка-5
* Волейбольная сетка-1
* Баскетбольная сетка-2
* Баскетбольная корзина-2
* Гимнастическая перекладина-1
* Беговая дорожка-1
* Тренажер для ног и рук-2
* Обручи-7
* Учебная граната
* 500 гр.- 6
* Волейбольный мяч-10
* Футбольный мяч-2
* Баскетбольный мяч-10
* Баскетбольный шит - 2
* Скакалки-8
* Секундомер -1
* Граната- 10
* Штанга – 2
* Гриф – 3
* Блины по 10 кг – 2
* Блины по 5 кг-2
* Блины 1,25 кг-4
* Комплект гантелей-2
* Комплект бадминтона - 2

  |