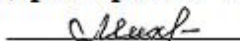


**Принято**  
Решением педагогического  
совета

протокол № 1 от 31.08.2017 г.

«Утверждаю»  
директор МОУ «Ям-Тесовская СОШ»  
 Михайлова Н.А.

Приказ № 139 от 01 сентября 2017 г.

**ПРОГРАММА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

**«ЗДОРОВЬЕ»**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**«ЯМ-ТЕСОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**



2017 год

## Нормативно-правовая база.

1. Конвенция ООН о правах ребенка, ч. 1 ст. 29 и 31.
2. ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», гл.1 ст.1,4, гл.2 ст.5, ст.14 гл.6 ст. 34.
3. Федеральный закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
4. Приказ Минобрнауки России, Минздрава России, Госкомспорта России и Российской академии образования от 16.07.02. 3 № 275/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»
5. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 28.04.2003г.-86/13. «Об увеличении двигательной активности обучающихся общеобразовательных учреждений» (Вестник образования №13 за 2003г. стр. 48).
6. Письмо Министерства образования Российской Федерации от 26 марта 2002 г. №30-51-197/20 « О повышении роли физической культуры и спорта в ОУ» (Вестник образования №9 мая 2002г).
7. Программа « Здоровье» МОУ «Ям-Тесовская СОШ».

### **Актуальность организации спортивно – оздоровительной работы в школе.**

Эту актуальность подтверждают статистические показатели:

1. 25-30% детей, пришедших в 1 класс школы, имеют физические недостатки или хронические заболевания;
2. 90-92% выпускников средних школ не осведомлены о болезнях, они попросту не знают, что больны;
3. только 8-10% выпускников школ можно считать действительно здоровыми.

Между тем, 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. Даже великие философы - Сократ, Платон, Аристотель и другие в своих трудах отмечал уникальные возможности спортивных занятий в воспитании всесторонне развитой личности.

Составляющая физического воспитания в школе является: внеклассная спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа. В рамках этой работы в школе практикуются разнообразные формы: кружки и секции, проводятся игры, соревнования, экскурсии, туристические походы, спортивные праздники и т.д.

Физическое воспитание во внеурочное время тесно связано с нравственным, трудовым, умственным, эстетическим воспитанием школьника, что дает возможность содействовать всестороннему развитию детей, учит четкому подчинению дисциплине, выполнению правил, норм спортивной этике, уважению соперника, судей, развивается умение бороться до победы, не проявлять зависти к победителям, не теряться при

поражениях, искренне радоваться победам товарищей по борьбе. Спортивно-оздоровительные мероприятия различного вида помогают закалять волю, учат добиваться успехов, совершенствовать свои умения и навыки в отдельных видах спорта.

Быть здоровым выгодно биологически, т.к. организм более эффективно и долговременно сохраняет свою природу, выгодно экономически-здоровые люди дольше сохраняют трудоспособность, они определяют экономическое развитие страны, ее обороноспособность, в также здоровье нации в целом. Здоровье выгодно эстетически – здоровый ребенок, подросток, да и взрослый человек отличается своей привлекательностью, заряжая окружающих своей положительной энергией.

### **Основные цели программы:**

- Сохранение и укрепление здоровья обучающихся.
- Дополнительное образование детей в области физической культуры и спорта.
- Формирование навыков здорового образа жизни.

### **Задачи программы:**

**Воспитательная** – воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью.

**Обучающая** – обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирования и совершенствования двигательных навыков.

**Оздоровительная** – укрепление здоровья обучающихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, профилактика наиболее распространенных заболеваний.

### **Основные принципы:**

**Демократичность** - свобода выбора обучающимися внеучебных занятий, планирования работы совместно с родителями, обучающимися, педагогами.

**Равенство** - нет дискриминации, оскорбления друг друга, боязни неудач.

**Участие** - вовлечение всех участников проекта во все дистанции планирования, реализации и оценки своих действий.

**Целостность** – проект направлен на укрепление физического, умственного и социального здоровья.

**Интеграция** – сотрудничество с другими организациями.

**Системность** – физическое развитие происходит не хаотично, а по определенной системе.

### **Участники программы:**

- Обучающиеся;
- Классные руководители;
- Учителя – предметники;
- Медсестра;
- Врач педиатр, закрепленный за учреждением;
- Родители.

### **Проблемно-ориентированный анализ спортивно-оздоровительной работы.**

Здоровье подрастающего поколения - важнейшая социальная категория, так как от здоровья каждого человека зависит богатство и благосостояние нашего общества, ускорение социально-экономического развития страны.

Создание здоровьесберегающей среды – одна из приоритетных задач, над которой работает наша школа.

Спортивно-оздоровительная работа – неотъемлемое условие ее решения. На реализацию проблем спортивно-оздоровительного характера большое влияние оказывает микросоциум, который характеризуется следующими признаками:

-удаленность от спортивных клубов и оздоровительных центров, что не позволяет обеспечить достаточной степени удовлетворения спортивных интересов школьников, корректировать состояние их физического здоровья;

-значительное количество малообеспеченных и неблагополучных семей, многие из которых мало занимаются вопросами физического развития, здоровья детей; низкий уровень информационной культуры родителей по вопросам формирования у детей потребности в здоровом образе жизни, необходимости заботы о собственном здоровье;

-сокращение рабочих мест в селе, что приводит к возрастанию процента родителей, работающих в районном центре, в городах (отсюда констатируется факт низкого контроля над детьми и наличие подростков асоциального поведения);

-низкий уровень занятости родителей, что свидетельствует об их неплатежеспособности (это не позволяет обеспечить детям получение платных оздоровительных услуг).

В настоящее время школа является единственным спортивным центром на селе, она оказывает значительное влияние на решение вопросов физического развития учащихся, формирования здорового образа жизни.

Решение данных вопросов – важная составляющая часть системы учебно-воспитательной работы МОУ «Ям-Тесовская СОШ».

С целью изучения уровня здоровья школьников ежегодно осуществляется анализ показателей заболеваемости. Установлено сотрудничество школы и фельдшерского пункта Ям-Тесовского сельского поселения по вопросу здоровьесбережения детей. Проводится диспансеризация, медицинские осмотры, учителя содействуют лечению заболеваний школьников согласно врачебным показаниям (через связи с родителями).

### **Анализ показателей заболеваемости.**

Виды заболеваний обучающихся:

Органы пищеварения-5,6%

Кариес-26,2%

Заболевания органов дыхания-6,1%

Вегето-сосудистая дистония-3,7%

Нарушения осанки-20,1%

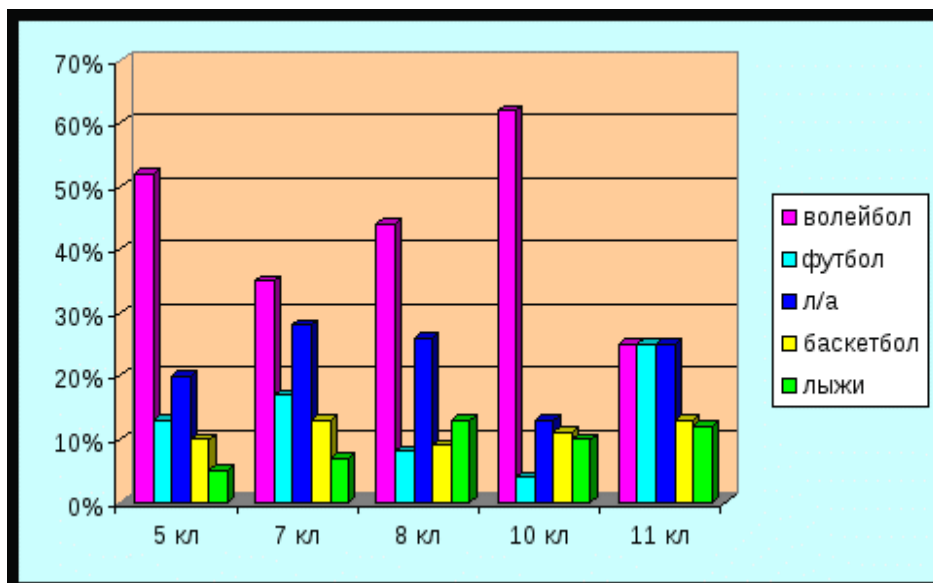
Психические расстройства-9,3%

Данные, полученные в результате обследования, свидетельствуют о необходимости серьезного внимания вопросам сохранения здоровья обучающихся. Несмотря на то, что отрицательной динамики по различным отклонениям в здоровье учеников не прослеживается, по-прежнему значительное количество школьников имеет заболевания опорно-двигательной системы, органов зрения, органов дыхания. В связи с чем разработана программа «Здоровье», в рамках которой проводятся мероприятия по формированию здорового образа жизни школьников. В ряду факторов сохранения и укрепления здоровья ведущая роль принадлежит физической культуре, разнообразным средствам повышения двигательной активности. В учебном плане школы занятиям физической культурой отведено по 3 часа на всех ступенях обучения. Особенностью урочных занятий по физической культуре является углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры - баскетбол, волейбол). Проведение качественных уроков позволяет снизить заболеваемость, воспитывает привычку к систематическим занятиям физическими упражнениями, создает возможность формирования физической культуры личности через приобщение обучающихся к здоровому образу жизни. Проводятся мероприятия по повышению двигательной активности детей (физкультминутки во время уроков, спортчасы в ГПД, динамические перемены, гимнастика до уроков для учеников I ступени).

Большое внимание уделяется вопросам организации труда и отдыха детей в летний период. Формы организации разнообразны: ежегодно на базе школы работает оздоровительный лагерь дневного пребывания, трудовые отряды, организуются туристические походы.

Систематически улучшается материальная спортивная база. На приобретение спортивного оборудования израсходовано из бюджетных средств 65000 руб. Спортивная площадка, оборудованная силами обучающихся под руководством учителя физкультуры, является излюбленным местом отдыха детей и их родителей. Спортивной работой охвачено 62% учеников.

С целью выявления желания заниматься спортом организовано анкетирование обучающихся. Проведенные исследования доказывают высокий интерес школьников к спортивной деятельности:



Более 50% ребят нашей школы – увлекаются волейболом, поэтому рейтинг игры очень высок. Но анкеты учеников свидетельствуют об их желании заниматься и другими видами спорта: легкой атлетикой, лыжами, футболом. Но материальная база недостаточна для развития данных видов спорта. Необходимо дальнейшее ее укрепление для удовлетворения запросов ребят.

Опрос родителей показывает их большую заинтересованность в занятии детей спортом, так как это способствует формированию личностно-волевых качеств, успешной социализации.

**Анализ спортивно-оздоровительной работы выявил следующие проблемы:**

Проблемы	Способы решения
1. Низкий процент здоровых детей по классам; распространение заболеваний опорно-двигательной системы, органов зрения, органов дыхания.	1. Разработать мониторинг состояния здоровья учащихся. 2. Составить комплексный план оздоровления детей. 3. Оздоровительные и медицинские услуги: закаливание, оздоровительный бег, занятия физкультурой в зале и на воздухе, игры с элементами спорта, народные средства оздоровления, медико-гигиенические консультации.
2. Недостаточная материально-техническая база.	1. Составить план первоочередных задач по оснащению спортивной базы школы. 2. Продолжить оборудование спортивной площадки. 3. Оборудовать тренажерный зал.

3. Недостаточность разнообразия видов спортивной деятельности, неполное удовлетворение спортивных интересов обучающихся.	1. Приобрести необходимое оборудование, инвентарь для лыжной подготовки, для занятий легкой атлетикой.  2. Открыть спортивные секции, реализующие интересы школьников.
4. Наличие подростков асоциального поведения.	Изучить индивидуальные запросы ребят, вовлечь в спортивную работу.
5. Низкий уровень информационной культуры родителей по вопросам физического развития детей, формированию ЗОЖ.	Разработать тематику родительского лектория.

Систематизировав выявленные проблемы в организации спортивно-оздоровительной работы, педагогический коллектив пришел к выводу о необходимости создания целостной системы спортивно-оздоровительной работы, способствующей физическому развитию школьников, внедрению физической культуры в их повседневную жизнь, укреплению здоровья.

#### **План реализации программы «Здоровье».**

<b>№ п/п</b>		<b>Мероприятия</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Ответственные за выполнение</b>
<b>1</b>	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня	Назначить инструкторов-общественников по проведению оздоровительных мероприятий в школе провести для них инструктаж	сентябрь	Администрация
		Обсудить на педсовете (или совещании при директоре) порядок проведения гимнастики до занятий, физкультминуток и подвижных игр на переменах	сентябрь	учитель физической культуры

		Провести беседы в классах о режиме дня школьника, подвижных игр на переменах и физкультминуток	сентябрь	классные руководители
		Провести семинар для учителей начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, планирования и проведения внеклассной работы с младшими школьниками	сентябрь	учитель физической культуры
		Определить каждому классу места для проведения подвижных игр на переменах, подготовить мелкий спортивный инвентарь и назначить ответственных за его хранение и выдачу	сентябрь	инструкторы-общественники
		Проводить подвижные игры и занятия физическими упражнениями на больших переменах	ежедневно	учителя и инструкторы-общественники
		проводить физкультминутки на уроках в 1-11 классах	ежедневно	учителя
2	Занятия физическими упражнениями и игры в группах продленного дня	Физкультминутки во время выполнения домашнего задания	ежедневно	воспитатель ГПД
		Прогулки и экскурсии	2-3 раза в неделю	учитель физической культуры и



				инструкторы-общественники
		Физические упражнения и игры в часы отдыха (подвижные, спортивные игры, упражнения с мячиками и т.д.)	ежедневно	воспитатель ГПД
		Занятия в спортивных секциях и кружках	по расписанию	Руководители кружков и секций
3	Спортивная работа в классах и секциях	Назначить инструкторов-общественников для подготовки команд классов	сентябрь	учитель физической культуры
		составить расписание занятий секций и кружков	сентябрь	администрация
		вести работу по подготовке команд классов по видам спорта включенным в школьную спартакиаду	сентябрь	учитель физической культуры, инструкторы-общественники
		организовать секцию корригирующей гимнастики для обучающихся специальной медицинской группы	в течении года	учитель физической культуры
4	План спортивно-массовых мероприятий	день здоровья	сентябрь	Администрация, учитель физической культуры

		Веселые Старты 5-7 кл.	3 раза в год	учитель физической культуры
		Пионербол 5-8 кл.	ноябрь	учитель физической культуры
		Волейбол 8-11 кл.	декабрь	учитель физической культуры
		Баскетбол 5-11 кл.	февраль	учитель физической культуры
		А ну-ка, парни! 9-11 кл.	февраль	Классные руководители, учитель физической культуры
		Самая, самая, самая . 5-11 кл.	март	Классные руководители, учитель физической культуры
		Спартакиада 5-8 кл.	апрель	учитель физической культуры
5	Агитация и пропаганда:	Оформить уголок физической культуры, стенд с приказами, вымпелами, грамотами, рекордами школы	в течение года	учитель физической культуры
		Оформить стенд « В мире спорта»	в течение года	учитель физической культуры
		организовать проведение бесед по классам на темы:	1 раз в 2 недели	классные руководители

		« Утренняя гимнастика школьника», «Гигиена школьника», и др.		
		провести спортивные вечера, спортивные КВН	по плану работы	учитель физической культуры, классные руководители
		организовать выступление физкультурников на школьных вечерах	по плану работы	учитель физической культуры
6	Работа с родителями	лекции для родителей на темы:  -личная гигиена школьника;  -распорядок дня, двигательный режим школьника;  -воспитание правильной осанки у детей	в течение года	классные руководители
		консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливание и укрепление их здоровья	в течение года	учитель физической культуры, классные руководители
		приглашать родителей на спортивные праздники, дни здоровья, открытие школьной спартакиады	в течение года	учитель физической культуры, классные руководители

7	Работа с педагогическим коллективом	помочь учителям 1-4 классов в планировании работы по физической культуре	сентябрь	учитель физической культуры
		помочь классным руководителям в планировании работы с учащимися	сентябрь	учитель физической культуры
		помочь классным руководителям в проведении туристических подходов	май	Администрация, учитель физической культуры
		организовать для учителей секцию по волейболу	сентябрь	учитель физической культуры
		провести среди учителей – учеников соревнования по волейболу, баскетболу	март апрель	учитель физической культуры

### Прогнозируемые результаты реализации программы:

1. Формирование ответственного отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
2. Положительная динамика состояния здоровья учащихся, повышение их работоспособности. Повышение уровня физического, а отсюда – психологического и социального здоровья детей.
3. Введение оптимального режима труда и отдыха детей.
4. Увеличение двигательной активности.
5. Развитие различных видов спортивной деятельности (легкая атлетика, лыжи, футбол).
6. Реабилитация обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
7. Развитие спортивных притязаний школьников, удовлетворение их спортивных интересов.
8. Снижение количества подростков асоциального поведения.