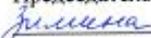


ПРИНЯТО
На заседании Управляющего совета
ГБОУ СОШ №13 г. о. Чапаевск
Протокол №1 от 25.08.2020
Председатель Управляющего совета
 Зими́на Н.А.

СОГЛАСОВАНО
с Советом старшеклассников
Протокол №1 от 25.08.2020

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБОУ СОШ №13 г.о. Чапаевск
 Воронкова В.К.
Приказ № 38/9 от 25.08.2020



ПРОГРАММА
по развитию физической культуры, спорта
и олимпийского движения

ПРОГРАММА

по развитию физической культуры, спорта и олимпийского движения в школе

«Здоровый ребёнок – счастливый ребенок»

ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Концепция Модернизации Российского образования в числе приоритетных задач школы ставит сохранение и укрепление здоровья обучающихся. Несмотря на целенаправленную работу по обеспечению качества образования, созданию условий по сохранению здоровья учащихся, всё-таки отмечается тенденция ухудшения здоровья наших детей.

Исследуя результаты, предыдущих лет работы в этом направлении и познакомившись с медицинскими диагнозами детей, назрела важность и необходимость профилактики, распространения и обучения здоровому образу жизни детей, родителей. Анализ ситуации определяет перечень направлений работы – соблюдение санитарно-гигиенических норм в общеобразовательном процессе, повышение качества преподавания физической культуры, проведение профилактических мероприятий по ведению здорового образа жизни. Огромную роль в решении этих задач играет учитель физической культуры, именно он в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что учитель должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение в школе не наносило ущерба здоровью школьников.

Цель

Формирование базовых национальных ценностей у школьников посредством организации системной образовательно-оздоровительной активности детей на уроках физической культуры и во внеурочное время.

Задачи:

- формирование системного мировоззрения учащихся в вопросах становления, поддержания и укрепления здоровья;
- формирование здоровьесберегающей среды, способствующей сохранению физического, психического и социального здоровья школьников;
- обучение школьников основам знаний об организме человека и его индивидуально-типологических особенностях и возможностях;
- обучение учащихся практическим умениям и навыкам, необходимым для обеспечения, поддержания и укрепления здоровья;
- внедрение современных методов мониторинга здоровья;
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей;

- воспитание личности на примерах людей, для которых занятия физической культурой и спортом являются нормами жизни.
-

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ с 2019 г. 2022г.

Этапы работы над программой

1 этап (2019г.): подготовительный

- анкетирование детей о значении физической культуры и спорта в их жизни;
- анализ информации от медицинского работника по состоянию здоровья учащихся;
- индивидуализация учебной нагрузки детей по медицинским группам
- скрининг-диагностика детей
- тестирование родителей о значении физической культуры и спорта в их жизни;
- сбор предложений от педагогов по увеличению двигательной активности учащихся при проведении различных уроков;
- создание банка данных по здоровьесберегающим методикам.

2 этап (2020 - 2022): практический

- создание и пополнение методического кабинета по физической культуре;
- создание постоянно действующего уголка физической культуры;
- совершенствование образовательного процесса в урочной и внеурочной деятельности;
- активное участие школьников во внешкольной деятельности по направлению «Физическая культура, спорт и олимпийское движение»;
- проведение мониторинга состояния физического здоровья учащихся;
- использование здоровьесберегающих технологий в образовательной деятельности;
- отработка модели взаимодействия учителей физической культуры с семьей по формированию здорового образа жизни;

3 этап (2022): аналитический

- достижения учащихся школы в динамике;
- показ результатов работы над проектом «Лучший спортсмен года»

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

В программе отражены тенденции развития детей по данному направлению. Определены главные проблемы, задачи, перспективы работы учителей физической культуры в содружестве с учениками, родителями, коллегами и общественностью. Разработка программы базируется на следующих принципах:

- доступность предлагаемого материала, соответствие возрастным особенностям детей;

- систематичность комплексности и последовательности работы в период реализации программы;
- личностно-ориентированный подход к детям;
- принцип научности;
- принцип результативности

Программа состоит из 6 основных разделов:

- мониторинг состояния здоровья
- организация системы просветительской работы с родителями
- просветительно-воспитательная работа с учащимися направленная на формирование ЗОЖ
- организация физкультурно-оздоровительной работы
- организация взаимодействия с учреждениями – партнерами города. ^

Мониторинг состояния здоровья.

Участие в опытно-экспериментальной деятельности на основе мониторинга физического здоровья детей и подростков.

Ежегодное проведение оценки уровня физической подготовленности учащихся 2 – 11 классов, включающая основные кондиционные физические качества (быстрота, выносливость, сила, силовая выносливость, координация движений). Особая значимость оценки физической подготовленности обусловлена тем, что уровень кондиционной физической подготовленности отражает с наибольшей мерой объективности морфо – функциональное состояние организма, определяющего потенциал здоровья.

Целью мониторинга является получение информации о состоянии физического здоровья детей и подростков для принятия решений по укреплению здоровья школьников.

При проведении мониторинга решаются следующие задачи:

- анализ возрастной динамики уровня физической подготовленности учащихся в процессе школьного обучения;
- информирование всех участников мониторинга о результатах тестирования, что позволит сделать процесс школьного физического воспитания управляемым, и как следствие, значительно более эффективным;
- отслеживание изменений уровня физической подготовленности учащихся в зависимости от возраста и образа жизни.

В ходе мониторинга физического здоровья учащихся проводятся контрольные испытания в форме тестовых упражнений.

Организация системы просветительской работы с родителями.

лекции, семинары, круглые столы по различным вопросам роста, развития ребенка и его здоровья;

организация индивидуальных консультаций со специалистами;

информация в родительском уголке, в папках-передвижках, в библиотеке школьного учреждения;

привлечение родителей к участию в школьных и городских спортивных мероприятиях;

участие родителей в работе семейного клуба;

«открытые дни» для родителей с просмотром и проведением разнообразных занятий в физкультурном зале, на стадионе, в бассейне;

совместные физкультурные досуги, праздники;

анкетирование родителей.

Просветительско-воспитательная работа с учащимися направленная на формирование ЗОЖ.

акции, конкурсы, посвященные вопросам ЗОЖ;

информационная наглядная агитация;

беседы (учителя, медицинских работников, родителей);

утренники, праздники здоровья;

устные журналы;

практические занятия;

организация санитарного уголка, выпуск бюллетеней.

Физкультурно-оздоровительная работа.

эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в спортивных секциях);

организация часа двигательной активности (динамической паузы);

организация ежедневной утренней зарядки до уроков, физкультурных пауз на уроках, гимнастики для глаз;

проведение спортивных игр, соревнований между классами;

посещение спортивной секции в бассейне;

участие учащихся в городских соревнованиях по различным видам спорта;

проведение корригирующей гимнастики.

Физкультурно-оздоровительная работа является рациональной организацией двигательного режима школьников, способствует нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся, позволяет повысить адаптивные возможности организма, а значит, является средством сохранения и укрепления здоровья школьников.

Организация взаимодействия с учреждениями – партнерами города.

РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Участники программы:

- учащиеся 1-11 классов;
- учителя физической культуры;
- классные руководители;
- педагог-психолог;
- родители;
- медицинский работник школы;
- педагоги дополнительного образования – руководители спортивных секций;
- врачи, специалисты центра здоровья.

Между участниками образовательных отношений происходит постоянное взаимодействие в рамках решения задач программы

Формы работы:

уроки физической культуры и внеурочная деятельность

(олимпийское движение, веселые семейные старты, коллективные творческие дела, игры, соревнования, конкурсы, викторины, беседы, диспуты, экскурсии, практические занятия, встречи, походы, консультации, встречи с интересными людьми, дни профилактики и т. д.)

Методы работы: практическая деятельность, творческий коллективный поиск, интерактивные площадки.

Используемые технологии: игровые, здоровьесберегающие, информационные, проектные.

Педагогические средства:

- пакет диагностик состояния здоровья учащихся (данные медицинского работника);

- программа внеклассных мероприятий по физической культуре;
- авторская программы кружка по общей физической подготовке

Особая роль принадлежит методическому кабинету физической культуры

Чтобы повысить эффективность учебного процесса, поставить преподавание физической культуры на уровень современных требований, в школе создан методический кабинет физической культуры. Он является центром методической помощи не только для учителей школы, но и города. Собранным материалом в методкабинете с удовольствием пользуются многие студенты Чапаевского педагогического колледжа и выпускники, которые обучаются в высших физкультурных заведениях. В методическом кабинете имеется большой подбор методической литературы по физической культуре. Много полезного для себя найдут учителя в таких учебных пособиях, как «От игры к спорту», «Физкультурные мероприятия в режиме учебного дня», «Азбука мяча», «Подвижные игры для учащихся», «Мини-баскетбол в школе», «Мини-волейбол в школе», «Лыжный спорт в школе», «Уроки легкой атлетики в школе», «Юный волейболист», «120 уроков по волейболу», «Домашние задания по физической культуре» и т.д. Вся учебная литература распределена по разделам программы. Собрана большая библиотека книг о спорте, где всегда можно почитать об интересующем спортсмене, происхождении определенного вида спорта, о роли спортсменов во времена Великой Отечественной войны и в местах боевых действий в настоящее время. На отдельной полке размещены методические журналы «Физическая культура в школе». Центральное место в методическом кабинете занимают наглядные пособия: таблицы, плакаты, учебные карточки. Все наглядные пособия систематизированы и пронумерованы, нужные для данного урока легко найти. Создана большая картотека по подвижным играм, подводящим упражнениям по всем изучаемым видам спорта, комплексам общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, комплексам общефизической подготовки круговым и поточным методом. Только комплексов по круговой тренировке разработано до 50 занятий. Каждая учебная четверть для учащихся школы заканчивается зачетной неделей, где ребята сдают все зачетные упражнения и комбинации, которые изображены или описаны на специальных карточках. Этими карточками ребята могут пользоваться на уроках в течение четверти. В методическом кабинете можно познакомиться с проводимыми внеклассными мероприятиями по оформленным папкам соревнования, где есть положения и отчеты. А можно посмотреть и наглядно эти соревнования, полистав многочисленные фотоальбомы и просмотрев видеокассеты. При кабинете создан консультационный пункт для родителей. Для них есть разработки на темы личной и общественной гигиены, о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, о совместных занятиях родителей и детей. Родители, дети которых отстают в физическом развитии, получают индивидуальные рекомендации. Классные руководители и учителя начальных классов всегда найдут в кабинете материал для классного часа на спортивную тему, большое количество комплексов для проведения физкультминуток на уроках. Работает в кабинете и консультационный пункт для учеников - помощников учителя. Они тоже пользуются библиотекой, альбомами, наглядными пособиями, методической

литературой. Увлеченные сами, они вовлекают в активные занятия физкультурой и других учеников. Это дало положительные результаты: повысился интерес к урокам, увеличилось число школьников, занимающихся спортом, число выпускников, поступающих в специальные учебные заведения физической культуры. Многие бывшие школьники сейчас коллеги.

Уголок физической культуры

Кроме методического кабинета в школе имеется уголок физической культуры, где размещены стенды для наглядной агитации и пропаганды здорового образа жизни и физической культуры в целом. Центральное место занимает стенд «Лучший спортсмен года». Этот стенд существует с 1988 года. На нем помещены фотографии лучших спортсменов школы за каждый учебный год. За это звание в течение года ведется упорная борьба. Существует специальное положение о присвоении звания, которые непросто выполнить. Быть впереди в спорте, учебе, общественной деятельности непросто. Красиво оформлена витрина с кубками, грамотами, полученными командами школы на различных спортивных соревнованиях. На стенде «Наши планы» учащиеся могут познакомиться с учебным планом на текущий год и планом спортивно-массовых мероприятий. Расписание секционных занятий, проводимых в спортивном зале, тоже на виду у ребят.

Фотостенд «Спорт в движениях» всегда интересен учащимся и родителям. После проведения очередных спортивных мероприятий фотографии обновляются. Стенд «В помощь физоргу» помогает физоргам класса написать грамотно заявку на участие класса в спортивных соревнованиях, выбрать тему для проведения классного часа, правильно сформировать команду. Самый подвижный стенд «Спортивные новости школы». На нем учащиеся всегда видят ход школьных и городских соревнований. Ребята знают всех учащихся, которые защищают честь школы, радуются победам школьных команд, т.к. на следующий день после соревнований всегда есть красочно оформленная информация об этом. Во время школьных соревнований около этого стенда постоянно собирается большое количество детей, которые обсуждают ход соревнований.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Высокая социальная адаптация выпускников, которые в различные годы являлись спортивной гордостью школы.
2. Лучшие спортсмены школы - пример для подражания нынешним её ученикам.
3. Осознанное отношение детей и их родителей к состоянию здоровья как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.
4. Спортивные традиции школы способствуют формированию системы базовых национальных ценностей.
5. Позитивная динамика спортивных достижений учащихся.

КРИТЕРИИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЦЕНКИ СТЕПЕНИ ЭФФЕКТИВНОСТИ С УКАЗАНИЕМ РЕЗУЛЬТАТОВ

Индикаторы достижения целей программы:

(относительно стартовых показателей)

- положительные данные мониторинга состояния здоровья школьников;
- увеличение количества участников и победителей мероприятий спортивно-оздоровительной направленности;
- увеличение процента питающихся учащихся в школьной столовой;
- увеличение численности школьников, занятых в системе школьного и внешкольного дополнительного образования спортивной направленности;
- повышение рейтинга учреждения по результатам независимых обследований качества образования;
- рост числа учреждений – партнеров школы, заинтересованных в развитии физической культуры спорта;
- снижение показателя степени риска тяги к вредным привычкам;
- снижение количества учащихся, состоящих на учете в ОДН:

МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

В школе имеется спортивный зал, малый спортивный зал, приспособленный для занятий хореографией

Все места занятий имеют привлекательный, эстетичный вид. Краски подобраны так, чтобы при первом появлении в спортивном зале у учащихся поднимается настроение, появляется бодрость, что способствует успешной урочной деятельности. Кроме основных разметок баскетбольной и волейбольной площадок в зале, для повышения эффективности в обучении сделаны разметки для прыжков в длину с места, для челночного бега 3x10 метров, для метания набивного мяча. Для быстрейшего обучения расстановки игроков и перехода на волейбольной площадке также сделана своеобразная разметка с указательными стрелками. Каждый ученик наглядно видит, в какую сторону, и в какую зону, он должен перейти по команде судьи.

В школе имеется следующий спортивный инвентарь:

1. Гимнастические маты – 30 шт.
2. Разновысокие брусья – 1 шт.
3. Параллельные брусья – 1 шт.
4. Гимнастический «козел» - 2 шт.
5. Гимнастический «конь» - 2 шт.
6. Гимнастический мост – 4 шт.
7. Гимнастическая перекладина – 2 шт.
8. Навесные перекладины – 5 шт.
9. Гимнастические скамейки – 10 шт.
10. Гимнастическое бревно – 2 шт.
11. Канат – 4 шт.
12. Баскетбольные мячи – 40 шт.
13. Волейбольные мячи – 40 шт.

14. Гимнастические палки – 50 шт.
15. Скакалки – 30 шт.
16. Гантели – 20 шт.
17. Гранаты для метания – 40 шт.
18. Лыжи – 50 пар.
19. Теннисные наборы – 6 шт.
20. Дартс – 4 шт.

Спортивный инвентарь позволяет проводить уроки с большой моторной плотностью. Учителями вместе с учениками изготовлено много нестандартного оборудования: дополнительные баскетбольные щиты, перекладины, рукоходы, барьеры, набивные мячи, мягкие мячи для метания, различные стойки, ограничители, мишени для метания, эстафетные палочки. Сделан весь необходимый инвентарь для судейства: флажки, табло, номера для жеребьевки, протоколы. В рекреации первого этажа установлена нестандартная гимнастическая стенка из 10 пролетов, малые перекладины, стойки для метания в виде сказочных героев. На полу для девочек начерчены классики. При поддержке родителей был оборудован малый спортивный зал для проведения уроков в начальной школе и занятий по спортивным танцам и хореографии. Благодаря победе в социальном проекте "Гражданин" в номинации "Моя малая родина» старшеклассниками, под руководством учителей физической культуры, создана полоса препятствий на пришкольной территории. Каждый учебный год в спортивном зале появляется что-то новое, и поэтому интерес к занятиям физической культуре повышается.