

## **Материально-технические условия школы:**

Здание и оборудование школы, школьная территория соответствуют требованиям СанПиН 2.4.2. 2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях» и требованиям техники безопасности. Имеется акт приема школы.

В школе введена пропускная система через вахту, установлена тревожная кнопка, договор на обслуживание с охранной фирмой «Риал», организовано дежурство учащихся и родителей, члены «ФОРПОСТ» во время дискотек и массовых мероприятий.

Учебные тренировки поведения в чрезвычайных ситуациях проходят 2 раза в год, о чем издается приказ по школе. Перед каникулами в каждом классе проходят классные часы, посвященные правилам дорожного движения, технике безопасности, противопожарной безопасности.

Наша школа не имеет замечаний по пожарной безопасности.

Имеется маркировка на ученическую мебель.



Занятия в школе проводятся в одну смену.

Спортивные залы оборудованы в соответствии с Государственным стандартом:

Спортивные залы, снаряды, инвентарь находятся в хорошем состоянии;



На пришкольном участке оборудована спортивная площадка для занятий на свежем воздухе:

- круговая беговая дорожка;
- футбольное поле;
- баскетбольная площадка;
- волейбольная площадка;
- гимнастический городок.
- хоккейная коробка;
- сектор для метания, прыжков в длину, высоту.



В школе проводятся теоретические уроки по физической культуре. В школе созданы условия для проведения третьего урока физкультуры в неделю. Проводится спортивно-оздоровительное занятие.

**Кадровое обеспечение школы:**

В школе назначен специалист, отвечающий за всю работу по содействию здоровью школьников – учитель физкультуры Зайнутдинов И.И.

Школа укомплектована педагогическими кадрами по физической культуре. Работают три педагога:

1) Зайнутдинов Ильфар Исламгалиевич.

Стаж работы – 10 лет.

Образование – средне-специальное, закончил Казанский педагогический колледж; учится в ИЭУП на факультете психологический.

2) Низамов Айрат Рамисович.

Стаж работы - 23 года.

Образование – высшее, прошёл переподготовку в ТГГПУ.

3) Хасянов Рамиль Камилевич

Стаж работы – 2 года

Образование – среднее, учится в пятом курсе КФУ на факультете физической культуры и восстановительной медицины.



Педагоги школы ведут интегрированное обучение школьников по программе «Здоровье»: В школе имеется собственная программа здоровья.

«Утверждаю»  
Директор Шалинской СОШ  
имени Сафина Ф.А.  
\_\_\_\_\_М.Г.Хасанова

**Программа деятельности по  
сохранению и развитию здоровья  
детей и педагогов на 2013-2016 гг.  
МБОУ «Шалинская средняя общеобразовательная  
школа имени Сафина Файзрахмана  
Ахметзяновича» Пестречинского муниципального  
района РТ**

«Здоровье – это не все, но  
без здоровья все – ничто»  
*Л.Н.Толстой*

### **Цель программы:**

1. Создание единого пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, физического и психического комфорта в условиях образовательного учреждения.

### **Задачи программы:**

1. Сохранение и поддержание здоровья детей.
2. Формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни у педагогов, детей и родителей.
3. Обучение основам здорового образа жизни.
4. Разработка и внедрение методических рекомендаций, плана по оптимизации образовательного процесса на валеологической основе.
5. Мониторинг здоровья.
6. Организация и проведение пропагандистской работы по вопросам здоровья и здорового образа жизни.
7. Создание условий для социально-психологической защищенности детей и подростков в общеобразовательном учреждении.
8. Профориентация подростков.

### **Ожидаемые конечные результаты :**

Реализация мероприятий плана позволит:

- Сохранить репродуктивное здоровье учащихся;
- Создать условия для снижения уровня нервно-психических и сердечно-сосудистых расстройств, патологий желудочно-кишечного тракта, простудных заболеваний, заболеваний органов чувств, зрения, опорно-двигательного аппарата в процессе обучения;
- Внедрить оптимальный режим учебного труда и активного отдыха детей в урочное и внеурочное время;
- Постоянно корректировать учебные нагрузки в соответствии с состоянием здоровья детей;
- Помочь социально адаптироваться (средствами образования) детям с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья, детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;

- Сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.

## **Раздел 1. Общие положения. Основные проблемы охраны здоровья детей и необходимость их решения.**

Создание благоприятных условий для жизнедеятельности, обучения и развития детей - главная цель школы.

В современных условиях сложились неблагоприятные тенденции в демографических процессах и состоянии здоровья детей; их острота требует безотлагательного решения.

В настоящее время дети очень мало бывают на свежем воздухе, снижена их двигательная активность, недостаточно занимаются физическим трудом, а большую часть досуга проводят в помещении за просмотром телепередач и видеофильмов, играют на компьютерах. Одной из важных характеристик образа жизни является питание, которое не всегда полноценно. На здоровье детей неудовлетворительно влияет несоблюдение гигиенических норм, естественного и искусственного освещения рабочих мест, несоответствие размера школьной мебели росту учащихся, усложнение учебных программ и общей нагрузки учащихся.

Статистические данные по школам свидетельствуют об увеличении детей со стойкими хроническими заболеваниями, увеличении количества детей-инвалидов, рост близоруких детей. Медицинские осмотры юношей призывного возраста показывают, что половина из них нездорова.

В школах более 10% детей относятся к категории лиц с проблемами в развитии и нуждающихся в коррекционно-развивающем обучении. 12 % детей-первоклассников не готовы к обучению в школе.

Росту заболеваемости и инвалидности, способствует ухудшение материально-технического обеспечения спортивных баз образовательных учреждений, отсутствие для большинства детей возможности оздоровления и полноценного отдыха в летнее время, использование компьютерной техники низкого качества.

Реализация программы позволяет комплексно осуществлять систему мер, направленную на улучшение состояния здоровья учащихся.

## **Раздел 2. Основные принципы программы.**

Программа основывается на следующих принципах:

1. Принцип гарантий: реализация конституционных прав детей и подростков на получение образования и медицинского обслуживания.

2. Принцип участия: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.

3. Принцип педагогической поддержки: вовлечение учителей и воспитателей в широкое движение по созданию здоровой педагогической среды.

### **Раздел 3. Основные направления программы.**

3.1. Повышение квалификации педагогов школы;

3.2. Изучение и внедрение передового социального, педагогического опыта по оздоровлению детей;

3.3. Формирование валеологического мышления всех участников образовательного процесса (дети, педагоги, родители).

3.4. Применение педагогических технологий, методик, отбор учебного материала в контексте сохранения здоровья детей.

3.5. Корректировка банка информации о состоянии психического и физического здоровья детей.

3.6. Системный анализ состояния здоровья детей и уровня оздоровительной работы в школе

3.7. с целью своевременной коррекции.

3.8. Раздел 4. Основные мероприятия программы

Дата	2013-2014 учебный год	2014-2015 учебный год	2015-2016 учебный год
Сентябрь	Выставка фотографий «Как я провел лето»	Выставка рисунков, конкурс мини-сочинений «Как я провел лето»	Выставка поделок «Чем я занимался летом»
	День здоровья	Малые олимпийские игры	Праздник «Спортивная семья»
Октябрь	<p>1-4 класс - классный час «Самопознание через ощущение, чувство и образ» (Способы проявления эмоций и чувств).</p> <p>5-8 класс- классный час «Самопознание через ощущение, чувство и образ»(Само-оценка. Кризисы развития в период взросления. Стресс, его психологические и физиологические проявления, способы совладения со стрессом. Биологические основы поведения . Половые различия в поведении людей).</p> <p>9-11 класс- классный час «Знание своего тела» (Объективные и субъективные признаки здоровья. Репродуктивное здоровье юноши и девушки. Понятие о генотипе и фенотипе.</p>	<p>1-4-й класс - классные часы «Я и другие» (Дружба. Взаимоотношения людей, способы решения конфликтных ситуаций. Поведение на улицах и в общественных местах. Правила поведения с незнакомыми людьми.)</p> <p>5-8-й класс – классные часы «Я и другие» (Биологическое и социальное взаимоотношение людей).</p>	<p>1-4-й класс- классные часы «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний»:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Гигиена труда и отдыха. (Режим дня. Признаки утомления. Активный и пассивный отдых. Гигиена органов зрения).</li> <li>• Профилактика инфекционных заболеваний.</li> </ul> <p>5-8 класс- классные часы «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний»;</p> <p>Гигиена труда и отдыха(Биологические ритмы организма. Периоды работоспособности.</p>

	<p>Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения.</p> <p>Ответственность и свобода выбора)</p> <p>Профилактика подростковой наркомании</p> <p>«Что такое наркомания» (беседа)</p> <p>День физкультурника.</p> <p>Однодневный поход «В обществе с природой»</p> <p>Конкурс плакатов «Правила Мойдодыра»</p> <p>1-4 класс- живая газета «Как медведь бросил курить»</p> <p>5-8 класс – устный журнал «В объятиях табачного дыма».</p> <p>9-11 класс – реклама «Жизнь без табака»</p> <p>Соревнования по пионерболу</p> <p>5-8 класс – классные часы «Питание и здоровье» (Питание – основа жизни. Основные группы пищевых продуктов. Пищевые риски, опасные для здоровья )</p> <p>9-11 класс – классные часы «Питание и здоровье» (Основные правила рационального питания. Болезни питания, анорексия, ожирение. Правила поведения в местах общественного питания).</p>	<p>Профилактика подростковой наркомании</p> <p>«Стресс и его последствия»(беседа)</p> <p>День физкультурника.</p> <p>Конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья»</p> <p>Конкурс плакатов «Вот это стол, за ним едят»</p> <p>1-4 класс – «Вредные привычки, мерзкие сестрички» (утренник)</p> <p>5-8 класс – «Суд над табаком»</p> <p>9-11 класс – «Письмо курящему сверстнику»</p> <p>Соревнования по волейболу</p> <p>1-4 класс – классные часы «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Бытовой и уличный травматизм. Ожоги. Электротравмы. Падение с высоты. Опасность открытого окна, катания на перилах).</p> <p>5-8 класс – классные часы «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Правила безопасности на экскурсиях, при обращении с открытым огнем. Доврачебная помощь.)</p>	<p>Индивидуальный режим физических и умственных нагрузок.</p> <p>Оптимальные условия труда, микроклимат в классе и квартире).</p> <p>Профилактика инфекционных заболеваний (причины возникновения инфекционных заболеваний. Эпидемии. Инфекции, передаваемые половым путем. Туберкулёз, его предупреждение). 9-11 класс- классный час «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (ВИЧ/СПИД, пути передачи, способы предупреждения. Группы риска по заражению инфекционными заболеваниями).</p> <p>Профилактика подростковой наркомании «Как отказаться от предложенных наркотиков»(беседа)</p> <p>День физкультурника. Кросс «Золотая осень»</p>
--	---	--	---

<p>Ноябрь</p>	<p>Профилактика подростковой наркомании «Наркотики на дискотеке» (беседа)</p>	<p>9-11 класс - классные часы «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Бытовой и уличный травматизм. Жестокое обращение с детьми и подростками. Техника безопасности в быту.</p> <p>Профилактика подростковой наркомании «Факторы риска развития наркомании» (беседа).</p>	<p>Конкурс плакатов «Золотые правила питания»  1-4 класс – Фантастическое путешествие «Секрет черных братьев»  5-8 класс-конкурс «Портрет курильщика».  9-11 класс-Курильная опера, или выработка хороших привычек.  Соревнования по русской лапте</p> <p>1-4 класс – классный час «Поведение в экстремальных ситуациях» (Экстремальная ситуация в населенном пункте. Экстремальная ситуация, связанная с незнакомым человеком. Стихийные бедствия.)  5-8 класс – классный час «Поведение в экстремальных ситуациях»  9-11 класс – классный час «Поведение в экстремальных ситуациях» (Поведение в состояниях печали и горя)  Профилактика подростковой наркомании «Сопротив-</p>
---------------	---	--	---

			ление массовой рекламе психоактивных веществ. Закон о наркотиках» (беседа)
--	--	--	--

Дата	2013-2014 учебный год	2014-2015 учебный год	2015-2016 учебный год
январь	<p>1-4-й класс-классные часы «Культура потребления медицинских услуг» (Обращение с лекарственными препаратами. Польза и вред медикаментов. Осторожное обращение с лекарствами).</p> <p>5-8 й класс-классные часы «Культура потребления медицинских услуг» (Обращение с лекарственными препаратами. Рецепт, аптека, лекарство. Потребление лекарственных препаратов при самолечении. Злоупотребление медикаментами).</p> <p>9-11 й класс –классные часы «Культура потребления медицинских услуг» (обращение с лекарственными препаратами. Передозировка лекарственных средств. Первая помощь).</p>	<p>1-4 й класс-классные часы «Предупреждение употребления психоактивных веществ»(Общее представление о психоактивных веществах. Почему люди употребляют психоактивные вещества. Вред табачного дыма).</p> <p>5-8 й класс-классные часы «Предупреждение употребления психоактивных веществ» («Легальные»(алкоголь, табак) и «нелегальные» (наркотики) психоактивные вещества)</p> <p>9-11-й класс-классные часы- «Предупреждение употребления психоактивных веществ»:  -Основные виды психоактивных веществ.  -Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ.</p>	Классные часы «Курение как угроза здоровью»
Зимний турпоход			

Праздник «Зимние забавы»			
	Конкурс плакатов «Умей сказать «Нет!»»	Конкурс плакатов «Здорова нация–здорова вся планета»	Конкурс плака- тов «Не допус- тить беды»
Фев- раль	<p>1-4-й класс-классные часы «Я и другие» (Правила межличностного общения:предупредительность,представление себя,отказ от нежелательного общения).</p> <p>5-8 й класс-классный час «Я и другие»(Положение личности в группе)</p> <p>9-11 й класс –классные часы «Я и другие» (Формальные и неформальные группы, их социально –психологическая специфика. Профилактика подростковой наркомании «Самоуважение» (беседа)</p>	<p>1-4-й класс-классные часы «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (Гигиена полости рта .Общее представление о строении ротовой полости,временные и постоянные зубы.Прикус и вредные привычки.Факторы риска развития стоматологических заболеваний.Уход за зубами.)</p> <p>5-8 й класс-классные часы «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (Гигиена полости рта. Средства гигиены полости рта. Заболевание зубов, десен, меры их профилактики.</p> <p>9-11 й класс –классные часы «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (Гигиена полости рта. Средства гигиены полости рта) Профилактика подростковой наркомании «Принятие решений» (беседа)</p>	<p>5-8 й класс-классные часы «Питание и здоровье» (Гигиена питания. Болезни,передаваемые через пищу).</p> <p>9-11 й класс –классные часы «Пи-тание и здоровье» (Гигиена питания Основныхимических и биологические загрязнители пищи: тяжелые металлы,пестициды плесень и др. Профилактика под-ростковой нарко-мании. «Наркотики, психоактивные вещества и последствия их употребления» (беседа)</p>

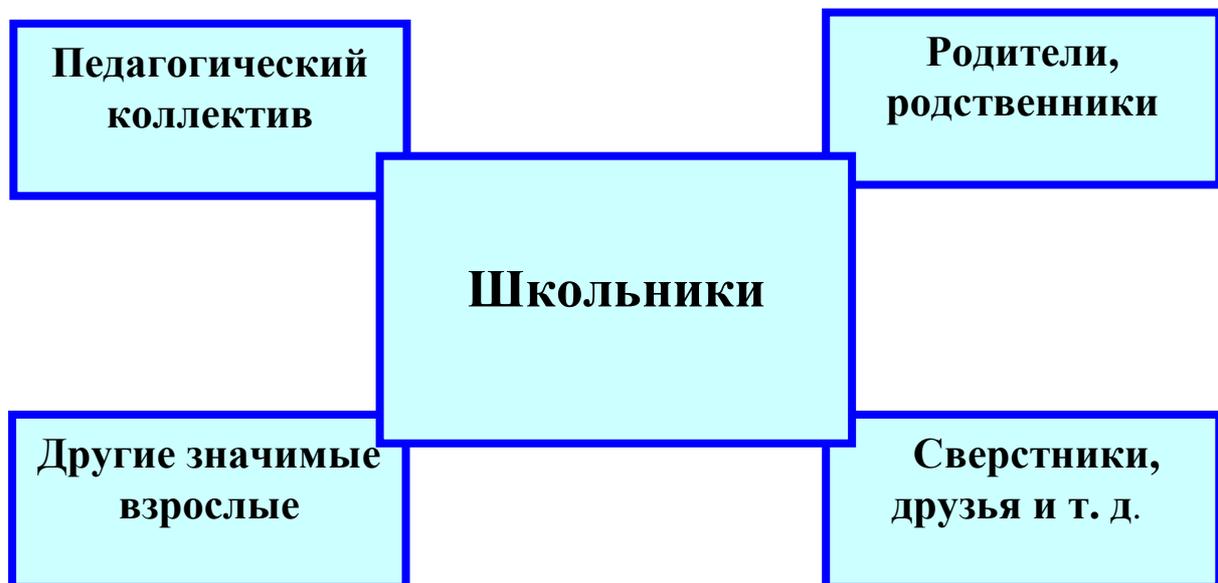
Военно –спортивная игра «Зарница»

<p>Март</p>	<p>1-4 –й класс – классные часы «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Безопасное поведение на дорогах. Основные ситуации – «ловушки», в которое обычно попадают дети: «закрытый обзор», «отвлечение внимания», «пустынная улица», «середина проезжей части улицы», «родители с детьми». Сигналы регулирования дорожного движения. Правила безопасного поведения у железнодорожных путей).</p> <p>5-8-й класс – классные часы «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Безопасное поведение на дорогах. Ситуации самостоятельного движения ребёнка по улице. Переход улицы. Посадка и выход из автобуса. Опасность движения группой. Безопасное поведение в транспорте. Правила движения велосипеда).</p> <p>9-11-й класс - классные часы «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (Безопасное поведение на дорогах. Расчет скорости движения транспорта и тормозного пути).</p>	<p>1-4-й класс – классные часы «Культура потребления медицинских услуг» (Выбор медицинских услуг. Поликлиника или вызов врача на дом. Служба скорой помощи. Посещение врача).</p> <p>5-8-й класс – классные часы «Культура потребления медицинских услуг»(Выбор медицинских услуг. Когда, куда и как обращаться за медицинской помощью. Поведение медицинских оздоровительных учреждений и ответственность за ложные вызовы . Выбор товаров и услуг медицинского назначения).</p> <p>9-11-й класс – классные часы «Культура потребления медицинских услуг» (Выбор медицинских услуг. Права и ответственность клиента, получающего медицинские услуги).</p>	<p>1-4-й класс – классные часы «Предупреждение употребления психо-активных веществ».(Что такое алкоголь и чем опасно его употребление. Поведение с людьми, употребляющими психоактивные вещества).</p> <p>5-8-й класс – классные часы «Предупреждение употребления психо-активных веществ» (Жизненный стиль человека, употребляющего психоактивные вещества).</p> <p>9-11-й класс – классные часы «Предупреждение употребления психоактивных веществ» (Юридическая и личная ответственность за распространение и употребление психоактивных веществ).</p>
-------------	---	--	---

	<p>Ответственность за нарушение правил дорожного движения).</p>		
	<p>Конкурс плакатов «Осторожно – дорога».</p>	<p>Конкурс плакатов «Дорога ошибок не прощает».</p>	<p>Конкурс плакатов «Это должен знать каждый»</p>
	<p>Соревнования по баскетболу</p>		
<p>Апрель</p>	<p>1-4-й класс-классные часы «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (Гигиена тела.Кожа и ее при датки. Функциональное предназначение.Уход за кожей,волосами и ногтями.Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями).</p> <p>5-8 й класс-классный час «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний» (Гигиена тела .Индивидуальные и возрастные особенности кожи и ее при датков.Уход за кожей лица ,рук, ногами. Правила выбора гигиенических средств ухода за телом . Подбор и правила пользования косметическими средствами. В соответствии с индивидуальными особенностями кожи)</p>		<p>1-4-й класс-классные часы «Я и другие»(Родственные связи-семья. Правила се-мейного общения. Права ребенка в семье.Правила групп-повой деятельности) 5-8 й класс-классный час «Я и другие»(Типологизация групп.)</p>

Май	Профилактика подростковой наркомании «Уверенность в себе. Навыки уверенного поведения» (Беседа)	Профилактика подростковой наркомании «Права личности и уважение прав других»(беседа)	Профилактика подростковой наркомании. «Последствия употребления наркотиков»(беседа)
	Экологический месячник		
	Весенний кросс.		

## Схема участников программы



## **Медицинское обслуживание в школе:**

Шалинская участковая амбулатория обеспечивает организацию медицинского контроля за развитием и состоянием здоровья школьников и их оздоровлением в условиях школы и соответствующего санитарным правилам (СанПиН 2.4.2.2821-10 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях»). Введение паспорта физического здоровья учащихся дало возможность создать систему целенаправленной индивидуальной работы по физическому воспитанию детей с раннего возраста и отслеживать ее результаты в течение всей учебы с 1 по 11 класс, систематизировать контроль за физическим развитием учащихся. Ход ведения паспорта регулярно рассматривается на педагогических советах и родительских собраниях.

В Шалинской амбулатории есть дополнительное оборудование, позволяющее проводить профилактические, оздоровительные и лечебные процедуры.

В школе проводятся оздоровительные мероприятия:

профилактика йододефицитных заболеваний;

Осуществляется профилактика острых заболеваний:

- санитарно-просветительская работа;

- строгий контроль за соблюдением санитарно-гигиенических требований;

- сезонная неспецифическая профилактика респираторно-вирусных инфекций.

В школе организована работа по санации и профилактике заболеваний полости рта у детей.

В школе проводятся систематические мероприятия по коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата. Организация занятий в 1-11 классах, физкультпаузы на уроках, проведение прогулок в группе продленного дня с использованием подвижных игр.

В школе проводятся мероприятия по профилактике близорукости в рамках уроков (физкультминутки, гимнастика для глаз, правильное рассаживание детей в классе и т.п.).

В школе число детей, страдающих близорукостью и дальностью, остается на стабильном уровне.

Индекс здоровья (число детей, не болевших ни разу в год к общему числу детей в школе  $\times 100\%$ ) выше, чем в предыдущем году.

В школе имеется положительная динамика или стабилизация показателей состояния здоровья и заболеваемости учащихся.



### Группа здоровья.

Группы	I	II	III	IV	V
Год и количество уч-ся					
2013-2014 уч.год 279 уч-ся	40	219	20	-	-

### Двигательная активность и физическое развитие детей:

Имеется школьный план мероприятий по реализации республиканской программы развития физической культуры и спорта



«Утверждаю»  
Директор Шалинской СОШ  
имени Сафина Ф.А.  
\_\_\_\_\_М.Г.Хасанова

**План мероприятий и работы школы  
по сохранению и укреплению здоровья учащихся  
в МБОУ «Шалинская средняя  
общеобразовательная школа имени Сафина  
Файзрахмана Ахметзяновича»  
Пестречинского муниципального района  
Республики Татарстан**

Семинар на тему «Способы сохранения и укрепления здоровья детей . Воспитание у школьников ответственности за своё здоровье».	Сентябрь	Ахметгалиева Г.И.
Совещание классных руководителей по итогам летнего труда и отдыха с приглашением КДН, ПДН, ДДТ.	Сентябрь	Ахметгалиева Г.И., Гиззатова М.Г.
Конкурс «Стартинейджер»	Октябрь	Зайнутдинов И.И., Ахметгалиева Г.И.
Организация прохождения дополнительной диспансеризации работников системы образования	Октябрь	Органы здраво- хранения
Семинар «Предупреждение негативных явлений в среде несовершеннолетних: ку-рения, алкоголизма, токсикомании, нарко-мании, ЗППП правонарушений»	Октябрь	Ахметгалиева Г.И.
Организация родительских собраний по предупреждению асоциальных явлений среди учащихся.	Ноябрь	Ахметгалиева Г.И.
День борьбы со СПИДом	Ноябрь	Ахметгалиева Г.И.
«Осенний кросс»	В течение осени	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р.
Организация и проведение мониторинга результатов медицинских осмотров учащихся школы	Декабрь	Медицинские ра- ботники.
Организация заливки катка	Декабрь	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р., Хасянов Р.К.
Контроль и анализ оздоровительных ме-роприятий, проведенных в школе.	Декабрь	Назмиева Г.Ф.
Организация профилактической работы с учащимися по предупреждению негатив-ных проявлений в среде несовершенно-летних: курение, алкоголизм, токсикома-ния и др.	Декабрь	Бикчантаева Г.Х.
Лыжные соревнования	В течение зимы	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р., Хасянов Р.К.
«Золотая шайба»	В течение зимы	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р., Хасянов Р.К.
Спартакиада учащихся .	В течение зимы	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р., Хасянов Р.К.
КВН «Как прекрасен этот мир»	Декабрь	Мухутдинов А.Б.

Организация и проведение акции «Ты в ответе за своё здоровье»	Январь	Ахметгалиева Г.И.
Организация месячника оборонно-массовой спортивной работы, районной военно-патриотической игры «Зарница».	Январь-Февраль	Низамов А.Р.
Организация и проведение конкурса на лучшее сочинение на тему «Наше здоровье в наших руках»	Январь	Замалиева Т.С.
Организация спортивно-оздоровительных мероприятий в рамках проведения месячника мужества.	Февраль	Низамов А.Р., Зайнутдинов И.И.
Укрепление материально-технической базы пищеблоков (приобретение технического и холодильного оборудования)	Апрель	Салахов Ф.М.
«Весенняя неделя доброты»	Апрель	Ахметгалиева Г.И.
«Экологическое воспитание школьников», Обучение детей безопасности движения на дорогах, организация работы по оздоровлению. Семинар учителей начальных классов.	Апрель-май	Маннапова З.М. Низамов А.Р.
Организация работ пришкольных лагерей	Май - август	Ахметгалиева Г.И.
Конкурс «Весёлые старты»	Май	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р., Хасянов Р.К.
Организация и проведение мониторинга физического развития и физической подготовки учащихся школы	В течение весны	Зайнутдинов И.И., Низамов А.Р., Хасянов Р.К.

В школе организованы занятия физической культурой в специальных группах, которые проводятся по специальной программе 2 раза в неделю по 45 минут или 3 раза в неделю по 30 минут с индивидуальным подходом к занимающимся.

Введен 3-ий урок физической культуры.

В школе введен спортивно-оздоровительный час.

Разработана собственная программа проведения спортивно-оздоровительного часа.

В школе проводятся малые формы двигательной активности.

Во время уроков проводятся динамические паузы.



Учащиеся демонстрируют уровень физической подготовленности не ниже республиканских показателей:

В школе работают спортивные секции.

№	Спортивные секции	2012-2013	2013-2014
	Количество учен.	<b>287</b>	<b>279</b>
1	Баскетбол	12	12
2	Волейбол	12	12
3	Лёгкая атлетика	15	15
4	Лыжный спорт	10	10
5	Хоккей	40 уч.	42
6	Шашки-шахматы	10 уч.	10 уч.
7	Национальная борьба	34 уч.	34 уч.
8	<b>Итого:</b>	<b>133</b>	<b>135</b>



«Утверждаю»

Директор Шалинской СОШ  
имени Сафина Ф.А.  
\_\_\_\_\_М.Г.Хасанова

**План**  
**организации физкультурно-оздоровительной и**  
**спортивно-массовой работы**  
**МБОУ «Шалинская средняя общеобразовательная**  
**школа имени Сафина Файзрахмана**  
**Ахметзяновича»**  
**Пестречинского муниципального района**  
**Республики Татарстан.**  
(Август 2013 г. – август 2014 г.)

	Наименование мероприятий	Время проведения	Классы
1	Организовать спортивную секцию по футболу и легкой атлетики.	сентябрь	5-11 кл
2	Участие в районных соревнованиях по футболу.	сентябрь	
3	Проведение внутришкольных соревнований по осеннему кроссу.	сентябрь-октябрь	2-11 кл.
4	Участие в районных соревнованиях по осеннему кроссу.	октябрь	7-11 кл.
5	Организовать секции по спортивным играм.	октябрь	5-11 кл
6	Проведение внутришкольных соревнований по баскетболу.	октябрь	5-11 кл.
7	Участие в районных соревнованиях по баскетболу	ноябрь	7-11 кл.
8	Участие в районных соревнованиях по хоккею с шайбой.	декабрь	8-11 кл
9	Проведение внутришкольных соревнований по лыжным гонкам.	январь	2-11 кл
10	Участие в районных соревнованиях по лыжным гонкам.	февраль	5-11 кл
11	Проведение внутришкольной военно-патриотической игры «Зарница».	февраль	1-11 кл
12	Участие в районных соревнованиях учащихся в рамках районной спартакиады школьников.	февраль	5-11 кл
13	Проведение внутришкольных соревнований по волейболу.	март	8-11 кл
14	Участие в районных соревнованиях по волейболу.	март	8-11 кл

15	Подготовка учителей к районной спартакиаде работников образования.	март	8-11 кл
16	Участие в районной спартакиаде работников образования.	Март	
17	Участие в районных соревнованиях по национальной борьбе.	Апрель	5-11 кл
18	Проведение внутришкольных соревнований по легкой атлетике.	Апрель-Май	5-11 кл
19	Проведение внутришкольных соревнований по футболу.	Апрель-Май	5-11 кл
20	Участие в районных соревнованиях по легкой атлетике.	Май	5-11 кл

«Утверждаю»

Директор Шалинской СОШ  
имени Сафина Ф.А.

\_\_\_\_\_М.Г.Хасанова

## **ДИНАМИЧЕСКИЕ ПАУЗЫ**

(физминутки проводимые во время уроков)

МБОУ «Шалинская средняя общеобразовательная  
школа имени Сафина Файзрахмана Ахметзяновича»  
Пестречинского муниципального района РТ.

### **Мы писали, мы писали, наши пальчики устали**

Мы писали, мы писали, наши пальчики устали.  
Вы скачите пальчики, как солнечные зайчики.  
Прыг-скок, прыг-скок, прискакали на лужок.  
Ветер травушку качает, влево, вправо наклоняет.  
Вы не бойтесь ветра, зайки, веселитесь на лужайке.

### **Мы ладонь к глазам приставим**

Мы ладонь к глазам приставим,  
Ноги крепкие расставим.  
Поворачиваясь вправо,  
Оглядимся величаво.  
И налево надо тоже  
Поглядеть из под ладошек.  
И – направо! И еще  
Через левое плечо!  
Текст стихотворения сопровождается движениями взрослого и ребенка.

### **Ох, ох что за гром?**

Ох, ох что за гром? *(руки - к щекам, наклоны в сторону)*  
Муха строит новый дом *(движения, имитирующие работу с молотком)*.  
Молоток: тук-тук *(хлопки руками)*,  
Помогать идёт петух *(шаги с наклонами в стороны)*.

### **Ветер дует нам в лицо**

Ветер дует нам в лицо  
И качает деревцо.  
Ветерок всё тише, тише.  
Деревцо всё выше, выше.

### **Руки вперед**

1. И.п.: о.в., руки вперед. Одновременные движения рук вперед-назад.

2. И.п.: о.с., правую руку вперед, левую назад. Попеременная смена положения рук.

3. И.п.: стойка ноги врозь, руки в стороны. Слегка приседая, правую руку вперед, левую назад, затем наоборот. Каждое упражнение комплекса выполнить 4 раза в медленном темпе в течение 1 мин.

Упражнения выполняются плавно, неторопливо. Следить за осанкой, выразительностью движений.

### **Сидя за партой**

И.п.: сидя за партой, руки на пояс. 1-4 – одновременные круговые движения плечами назад. Вы полнить 1-2 раза. Темп медленный.

Улучшает вентиляцию легких. Голову держать прямо, плечи развернуты, спина прямая, дыхание не задерживать.

### **Зайчик беленький сидит и ушами шевелит**

Зайчик беленький сидит и ушами шевелит.

Зайке холодно сидеть, нужно лапочки погреть.

Лапки вверх, лапки вниз, на носочки поднимись.

Лапки ставит на бочок, на носочках скок-скок-скок,

А затем вприсядку, чтоб не мерзли лапки.

### **Мы шагаем по сугробам**

Мы шагаем по сугробам, по сугробам крутолобым.

Поднимай повыше ногу, проложи другим дорогу.

Очень долго мы шагали, наши ноженьки устали.

Сейчас сядем, отдохнём, а потом гулять пойдём.

### **Катились колёса**

Катились колёса, колёса, колёса *(руки согнуты, толкающие движения)*

Катились колёса всё в лево, всё косо *(руки на поясе, вращательные движения туловищем)*

Скатились колёса на луг под откос *(вращательные движения в другую сторону)*

И вот, что осталось от этих колёс *(выпрямиться, развести руки в стороны)*.

### **Руки скрещены за спиной**

1. И. п. - Руки скрещены за спиной с захватом на предплечье. Подняться на носки, в и. п.

2. И. п. - Руки на поясе. Сделать 2 пружинистых наклона вправо. То же влево, не останавливаясь, в и. п.

3. И. п. - Руки к плечам. Повернуться налево, локти поднять в стороны, в и. п. То же самое в другую сторону.

### **Утром дети в лес пошли**

Утром дети в лес пошли *(шаги с высоким подниманием ног)*

И в лесу грибы нашли *(размеренное приседание)*,

Наклонялись, собирали *(наклоны вперед)*,

По дороге растеряли *(ритмичное разведение рук в стороны)*.

### **Сидя за партой**

1. И.п.: сидя за партой, руки к плечам. 1-3 – одновременные круговые движения руками назад; 4 – и.п.
2. И.п.: стойка ноги врозь, руки к плечам. 1 – поворот налево; 2 – и.п.; 3-4 – то же направо.
3. И.п.: о.с., руки на пояс. 1-3 – медленно присесть; 4 – вернуться в и.п.

### **На берёзу галка села**

На берёзу галка села (*присесть, руки к коленям*),  
С дерева потом слетела (*встать, помахать руками*).  
На кровати спит Федот (*присесть, руки под щёку*)  
И с кровати не встаёт (*встать, развести руками в стороны*).

### **Поскачите, попляшите**

Поскачите, попляшите,  
Сядьте тихо, полежите.  
Поднимитесь, распрямитесь,  
Потянитесь и согнитесь.  
Встаньте прямо, улыбайтесь,  
Быть хорошими старайтесь.  
Вы рифмовку прочитали...  
А глаголы вы узнали?

### **Все выходят по порядку**

Все выходят по порядку - (ходьба на месте)  
Раз-два-три-четыре!  
Дружно делают зарядку -  
Раз-два-три-четыре!  
Руки выше, ноги шире!  
Влево, вправо, поворот,  
Наклон назад,  
Наклон вперёд.

### **Физминутка**

Физзарядкой белочке не лень  
Заниматься целый день.  
С одной ветки, прыгнув в лево,  
На сучке она присела.  
Вправо прыгнула потом,  
Покружилась над дуплом.  
Влево-вправо целый день  
Прыгать белочке не лень.

### **Сидя за партой**

1. И.п.: сидя за партой, руки вниз. 1 – руки к плечам; 2 – руки вверх, потянуться, посмотреть на кисти – вдох; 3 – руки к плечам; 4 – и.п., расслабиться – выдох.
2. И.п.: о.с. 1 – руки вверх, левую назад на носок; 2 – и.п.; 3-4 – то же, но правую назад.
3. И.п.: о.с., руки вперед. 1 – поворот налево, левую руку в сторону – назад, посмотреть на пальцы; 3-4 – то же с поворотом направо. Выполнить 2-4 раза. Темп медленный.
4. Комплекс способствует обучению правильному глубокому дыханию, формированию правильной осанки.

### **Основная стойка**

И.п.: основная стойка (о.с.). 1-3 – руки через стороны вверх, потянуться, 2 хлопка над головой; 4 – и.п.; 5-7 – три притопа. Выполнить 2-3 раза. Темп средний.

Способствует глубокому дыханию. Выполняя хлопки, смотреть на руки. Выполняя притопы следить за осанкой.

### **Мы сегодня рано встали**

Мы сегодня рано встали (*шаги на месте*)

И зарядку делать стали.

Руки - вверх! Руки - вниз!

Влево-вправо повернись!

### **Основная стойка**

1. И.п. – основная стойка, руки на пояс.  
1 – руки в стороны; 2 – руки вверх, хлопок над головой; 3 – руки в стороны; 4 – исходное положение.
2. И.п. – стойка ноги врозь, руки вниз.  
1 – руки вверх; 2-3 – наклон вперед, хлопки по коленям; 4 – исходное положение.
3. И.п. – стойка ноги врозь, руки за голову. 1 – поворот вправо, правую руку в сторону; 2 – исходное положение. То же влево.
4. И.п. – основная стойка, руки перед грудью. 1 – руки вверх; 2 – наклон вправо;  
3 – выпрямиться; 4 – исходное положение.
5. И.п. – основная стойка, руки перед грудью. 1-4 – вращение кисти одной руки вокруг другой; 5-8 – в другую сторону.

### **Ноги врозь**

1. И. п. - Ноги врозь, руки перед грудью. Подняться на носки, локти отвести назад, в И. п.
2. И. п. - Руки на поясе. Наклониться вперед, стараясь руками достать до пола, в И. п.
3. И. п. - Основная стойка. Присесть, руки вперед, в И. п.

### **Руки за голову**

1. И. п. - Руки за голову. Руки вверх, потянуться, в И. п.
2. И. п. - Руки на поясе. Наклон туловища направо, налево, вперед, в И. п. То же в другую сторону.
3. И. п. - Руки к плечам, локти прижаты к туловищу. Вращение рук вперед, назад.

### **Руки скрещены за спиной**

1. И.п. – руки скрещены за спиной с захватом за предплечья (3–4-й классы), руки на пояс (1–2-й классы). 1–2 – подняться на носки; 3–4 – исходное положение.
2. И.п. – основная стойка, руки на пояс. 1–3 – пружинистые полуприседания; 4 – исходное положение.
3. И.п. – стойка ноги на ширине плеч, руки к плечам. 1 – поворот вправо, руки в стороны; 2 – исходное положение. То же влево.
4. И.п. – стойка ноги вместе, руки на пояс. 1 – прыжком поворот вправо; 2 – исходное положение. То же с поворотом влево.

### **Основная стойка**

1. И.п. – основная стойка, руки вниз. 1–4 – поднимая руки вверх, сжимать и разжимать пальцы; 5–8 – опуская руки вниз.
2. И.п. – стойка ноги врозь, руки вниз. 1 – поворот вправо, руки за голову; 2 – исходное положение. То же влево.
3. И.п. – стойка ноги на ширине ступни, руки на пояс. 1 – поднять согнутую в колене ногу, хлопнуть по колену (1–2-й классы), хлопнуть под коленом (3–4-й классы); 2 – исходное положение. То же другой ногой.
4. И.п. – стойка руки на пояс. 1 – прыжком ноги врозь; 2 – исходное положение. Повторить 3–4 раза.

### **Сидя за партой**

И.п.: сидя за партой, руки вниз. 1 – руки через стороны вверх, смотреть на пальцы – вдох; 2 – руки через стороны вниз, расслабиться – выдох. Выполнить 2 раза. Темп медленный.

Направлено на улучшение вентиляции легких и расслабление. Учить детей правильно расслаблять мышцы.

### **Упор присев**

1. И. п. - Упор присев. Выпрямиться, поднять руки вверх - в сторону. Правую ногу отставить назад на носок, прогнуться, в И. п. То же, отставляя левую ногу.
2. И. п. - Руки на поясе. Круговые движения туловищем вправо. То же - влево.
3. И. п. - Руки за спиной. Наклонить голову вперед, в И. п. Наклонить голову назад, в И. п. Наклонить голову направо, в И. п. Наклонить голову налево, в И. п. Повернуть голову вправо, в И. п. Повернуть голову влево, в И. п.

### **Вот помощники мои**

Вот помощники мои, их как хочешь поверни.  
По дорожке белой, гладкой скачут пальцы, как лошадки.  
Чок-чок, чок-чок-чок, скачет резвый табунок.

### **Мы поставили пластинку**

Мы поставили пластинку  
И выходим на разминку.  
Начинаем бег на месте,  
Финиш – метров через двести!  
Раз-два, раз-два,  
Хватит, прибежали,  
Потянулись, подышали.  
Бег на месте, на предпоследней строчке остановится, на последней потянуться, руки вверх и опустить их через стороны.

### **Стоя спиной к соседу по парте**

1. И. п. - Стоя спиной к соседу по парте. Руки на поясе. Наклониться назад прогнувшись, руки вверх, коснуться рук соседа; в И. п.
2. И. п. - Руки за голову, ноги врозь. Наклониться вперед, в И. п. наклониться назад, в И. п.
3. И. п. - Руки за спиной. Сделать полуприседание, в И. п.

### **На двери висит замок**

На двери висит замок. *(Руки сцеплены в замок)*  
Кто его открыть бы мог? *(Пытаются разъединить руки)*  
Повертели, покрутили,  
Постучали и открыли.

### **Стойка ноги врозь**

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки опущены. 1 - руки на пояс; 2 - руки к плечам; 3 - руки вверх; 4 - руки через стороны вниз и в и.п. 4 раза, темп средний.
2. И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 - отвести локти назад, прогнуться, левую ногу в сторону - на носок; 2 - 3 - держать; 5 - 6 - и.п.; то же правой ногой. 6 раз, темп средний.
3. И.п. - стойка ноги врозь, руки на пояс. 1 - наклон туловища назад; 2 - 4 - держать; 5 - 6 - и.п. 4 раза, темп медленный.
4. И.п. - стойка ноги врозь, руки опущены. 1 - наклон туловища вперед, руки в стороны; 2 - и .п. 4 раза, темп средний.
5. И.п. - стойка ноги врозь, руки опущены. 1- поворот головы направо; 2 - и.п.; 3 - 4 - поворот головы налево; 5 - и.п.; 6 - руки через стороны вверх; 7 - и.п. 4 раза, темп медленный.
6. И.п. - о.с. Закрывать глаза и массировать веки круговыми движениями с помощью указательных пальцев рук 30 с. В и.п. - глаза открыть.

### **Руки в стороны**

Руки в стороны, в кулачок,  
Разжимаем и на бочок.  
Левую вверх!  
Правую вверх!  
В стороны, накрест,  
В стороны, вниз.  
Тук-тук, тук-тук-тук!  
Сделаем большой круг.

### **Руки к плечам**

1. И. п. - Руки к плечам, локти в стороны, локти вперед, в И. п.
2. И. п. - Руки на поясе. Встать выйти из - за парты, в И. п.
3. И. п. - Руки вверх - в стороны. Наклониться вперед, достать руками дальний край парты, в И. п.

### **Мы считали и устали**

Мы считали и устали. Дружно все и тихо встали.  
Ручками похлопали, раз-два-три.  
Ножками потопали, раз-два-три.  
И еще потопали и дружной похлопали.  
Сели, встали, и друг друга не задели,  
Мы немножко отдохнем и опять считать начнем.  
(для урока математики)

### **На носочки поднимайся**

На носочки поднимайся,  
Приседай и выпрямляйся.  
Ножки в стороны,  
Ножки вкось,

Ножки вместе,  
Ножки врозь.

### **Мы, листики осенние**

Мы, листики осенние, на веточках сидели.  
Дунул ветер - полетели.  
Полетели, полетели и на землю сели.  
Ветер снова набежал и листочки все поднял,  
Повертел их, покрутил и на землю опустил.

### **Раз - подняться, потянуться**

Раз - подняться, потянуться,  
Два - нагнуть, разогнуться,  
Три - в ладоши, три хлопка,  
Головою три кивка.  
На четыре - руки шире,  
Пять - руками помахать,  
Шесть - на место тихо сесть.

### **Руки кверху поднимаем**

Руки кверху поднимаем,  
А потом их отпускаем.  
А потом их развернем  
И к себе скорей прижмем.  
А потом быстрее, быстрее  
Хлопай, хлопай веселей.

### **Ча, ча, ча**

Ча, ча, ча (3 хлопка по бедрам)  
Печка очень горяча (4 прыжка на двух ногах)  
Чи, чи, чи (3 хлопка над головой)  
Печет печка калачи (4 приседания)  
Чу, чу, чу (3 хлопка за спиной)  
Будет всем по калачу (4 прыжка на месте)  
Чо, чо, чо (3 хлопка перед собой)  
Осторожно, горячо (ходьба на месте).

4.9. Количество и процент школьников, занимающихся в спортивных секциях (от общего числа занимающихся в школе):

4.9.б. выше 30%; Занимающиеся ученики в спортивных секциях - 101 учеников.

4.10. Организованы команды по различным видам спорта, которые участвуют в районных, городских соревнованиях.

В летней и зимней спартакиаде района, сборные команды школы регулярно занимают призовые места.

**Сведения о достижениях воспитанников МБОУ «Шалинская средняя общеобразовательная школа имени Сафина Файзрахмана Ахметзяновича» Пестречинского муниципального района Республики Татарстан за период с мая 2012-2013 учебного года**

ФИО учащегося	ФИО педагога в том числе сопровождающего	Награда (призовое место)	Названия конкурса. Номинация, возраст	Уровень	Место проведения. Кем проведен.
Аманов Нияз Юсуфович 16.12. 1996 9 А	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	II место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в беге на 400 м. с результатом 1.04.59	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ,
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	районный	25.09.2012 с. Ленино-Кокушкино, 16.11.2012 г.
	Зайнутдинов И.И., Низамов А. Р.	I место	Первенство района по биатлону среди юношей на приз имени Героя Советского Союза Осипова В.И. в рамках Месячника оборонно-массовой работы.	районный	с.Пестрецы, РО РОСТО (ДОСААФ) РТ, 12.02.2013

Ахметгалиев Айрат Рамилович 7.03. 1996 10 Б	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	I место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в беге на 100 м. с результатом 12.62.с	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	районный	с. Ленино-Кокушкино, 16.11.2012 г.
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по гиревому спорту среди юношей 1996-1999 г.р. в весовой категории 68 кг	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.12.2012
Бикчантав Нияз Ильнурович 10.11.1997 8 Б	Зайнутдинов И.И.	III место	Осенний кросс на приз Е.Перчкова среди юношей 7 – 9 классов	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 3.10.2012
	Зайнутдинов И.И.	III место	Спортивные соревнования по лыжным гонкам среди юношей 4-8 классов в рам как республиканской акции «Лыжня Татарстана-2013»	районный	с.Пестрецы, ОДМСиТ, 10.02.2013
Газизов Нияз Нурфаязович 26.01.1998 8 А	Хасянов Рамиль Камилевич	III место	Первенство района по гиревому спорту среди юношей 1996-1999 г.р. в весовой категории 68 кг	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.12.2012
	Хасянов Р.К.	II место	Первенство района по армспорту среди юношей 1998-1999 г.р.	районный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 12.03.2013 г.
Галиуллин Алмаз Габдуллович 9.08. 1997 9 А	Зайнутдинов И.И.	III место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в толкании ядра с результатом 10.32 м	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	районный	с. Ленино-Кокушкино, 16.11.2012 г.
Галиахметова Гульшат Рафаэ	Хасянов Р.К.	II место	Первенство района по армспорту среди девушек 1998-1999 г.р.	районный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ,

ловна 8.02.1998 8А					12.03.2013 г.
Галиахмет ов Раниф Радифович 10.01.1999 7 А	Зайнутдин ов И.И.	III место	Первенство района по армспорту среди юношей 1998-1999 г.р.	район ный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 12.03.2013 г.
Гиниятуллин Фаниль Камилевич 21.10. 1996 10 А	Зайнутдин ов Илфар Исламгали евич	III место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в метании копья на 100 м. с результатом 24.65 м	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдин ов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	район ный	с. Ленино- Кокушкино, 16.11.2012 г.
Давлиев Фаниль Наилевич 25.07.1996 10 А	Низамов Айрат Рамисович	II место	Плавание среди юношей в районной военно-спортивной игре «Зарница 2013 г»	район ный	с. Пестрецы, 22.02.2013 г.
Зайнутдин ов Инсаф Ильнурович 3.09.1996 10 Б	Зайнутдин ов Илфар Исламгали евич	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	район ный	с. Ленино- Кокушкино, 16.11.2012 г.
Кашапова Гульшат Ильдусовна 7.01.1999 7 Б	Зайнутдин ов И.И.	I место	Осенний кросс на приз Е.Перчкова среди юношей 7 – 9 классов	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 3.10.2012
	Зайнутдин ов И.И.	II место	Первенство района по летнему биатлону среди учащихся школ и ПЛ-93 в честь образования РОСТО	район ный	с.Пестрецы, РО РОСТО (ДОСААФ) РТ, 27.09.2012
	Зайнутдин ов И.И.	III место	Первенство района по лыжным гонкам	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.02.2013

	Зайнутдинов И.И., Низамов Айрат Рамисович	I место	Первенство района по биатлону среди девушек на приз имени Героя Советского Союза Осипова В.И. в рамках Месячника оборонно-массовой работы.	районный	с. Пестрецы, РО РОСТО (ДОСААФ) РТ, 12.02.2013 г.
Миннебаев Айрат Айдарович 25.04.1997 9 А	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в беге на 800 м. с результатом 2.34.00	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдинов И.И.	III место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в беге на 100 м. с результатом 13.08 с	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	районный	с. Ленино-Кокушкино, 16.11.2012 г.
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по гиревому спорту среди юношей 1996-1999 г.р. в весовой категории 78 кг	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.12.2012
	Низамов Айрат Рамисович	I место	Подтягивание гири 24 кг в районной военно-спортивной игре «Зарница 2013 г» с результатом 72	районный	с. Пестрецы, 22.02.2013 г.
Миндубаева Гульназ Ильнуровна 26.08.1998 8А	Хасянов Рамиль Камилевич	III место	Первенство района по армспорту среди девушек 1998-1999 г.р.	районный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 12.03.2013 г.
Маннапов Инсаф Раисович 29.10.1998 7 Б	Хасянов Рамиль Камилевич	II место	Первенство района по спортивному ориентированию на лыжах среди юношей и девушек	районный	с. Ленино-Кокушкино, 26.12.2012 г.
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по армспорту среди юношей 1998-1999 г.р.	районный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ,

					12.03.2013 г.
Низамова Диляра Айратовна 21.10.1996 10 А	Низамов Айрат Рамисович	Почет н.гр. за акт. уч	Молодежное правоохранительное движение МБУ ЦМ ФООП «Форпост»	район ный	с. Пестрецы, МБУ ЦМ ФООП «Форпост» 2012
Нафигулл ин Данил Василович 29.08.2000 6 Б	Зайнутди нов И.И.	III место	Первенство района по армспорту среди юношей 1998-1999 г.р.	район ный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 12.03.2013 г.
Сафин Айдар Ильдарови ч 25.03. 1996 10 Б	Зайнутди нов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	район ный	с. Ленино- Кокушкино, 16.11.2012 г.
Сафиулли на Гульнара Фанисовна 25.11.1998 7Б	Зайнутди нов И.И.	III место	Первенство района по армспорту среди девушек 1998-1999 г.р.	район ный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 12.03.2013 г.
Сунгатулл ин Инсаф Фанисович 14.12.1996 9 Б	Зайнутди нов И.И.	I место	Осенний кросс на приз Е.Перчкова среди юношей 7 – 9 классов	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 3.10.2012
	Зайнутди нов И.И.	II место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в беге на 1500 м. с результатом 5.10	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутди нов И.И.	I место	Спортивные соревнования по лыжным гонкам среди юно шей 9-11 классов в рамках республиканской акции «Лыжня Татарстана-2013»	район ный	с.Пестрецы, ОДМСиТ, 10.02.2013
	Зайнутди нов И.И.	I место	Первенство района по лыжным гонкам среди юношей	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.02.2013

	Низамов Айрат Рамисович	II место	Стрельба из пневматической винтовки с расстояния 10 метров среди юношей в районной военно-спортивной игре «Зарница 2013 г» с результатом 35	районный	с. Пестрецы, 22.02.2013 г.
Сайфутдинов Азат Вазихович 18.05.1995 11	Зайнутдинов И.И.	3 место	Первенство района по легкой атлетике в метании диска с результатом 2077 среди юношей, посвященном 67-годовщине со Дня Победы в ВОВ	районный	с. Пестрецы, 7.05.2012 г.
	Зайнутдинов И.И.	1 место	Первенство района по легкой атлетике в толкании ядра с результатом 111 среди юношей, посвященном 67-годовщине со Дня Победы в ВОВ	районный	с. Пестрецы, 7.05.2012 г.
	Зайнутдинов И.И.	1 место	Первенство района по легкой атлетике в эстафетном беге на 100 м среди юношей, посвященном 67-годовщине со Дня Победы в ВОВ	районный	с. Пестрецы, 7.05.2012 г.
Сиразетдинова Гелюса Ильнуровна 29.08.1999 7 Б	Зайнутдинов И.И.	1 место	Первенство района по спортивному ориентированию на лыжах среди юношей и девушек	районный	с. Ленино-Кокушкино, 26.12.2012 г.
	Низамов Айрат Рамисович	I место	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа в районной военно-спортивной игре «Зарница 2013 г» с результатом 40	районный	с. Пестрецы, 22.02.2013 г.
Фатхуллин Ришат Ренатович 11.04.1995 11 кл.	Галияхметов Искандар Гильметдинович	I место	Практическое вождение автомобиля в Республиканском конкурсе профессионального мастерства «Юный водитель – 2013»	<b>республиканский</b>	г.Нурлат, РОСТО (ДОСААФ) РТ, 2.04.2013 г.
Фахрутдинова Гульшат Гаптулхаевна 19.03.1998 8 А	Хасянов Р.К.	I место	Первенство района по армспорту среди девушек 1998-1999 г.р.	районный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 12.03.2013 г.
Хамзин	Зайнутдин	I	Первенство района по	район	с.Пестрецы,

Ильназ Ильхамови ч 26.04.1996 10 А	ов И.И.	место	гиревому спорту среди юношей 1996-1999 г.р. в весовой категории 78 кг	ный	МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.12.2012
	Низамов А.Р.	II место	Подтягивание в районной военно-спортивной игре «Зарница 2013 г» с результатом 22	район ный	с. Пестрецы, 22.02.2013 г.
Хамидуллин Инсаф Ильсурови ч1.08.1996 10 А	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	I место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в беге на 800 м. с результатом 2.42.47	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
Хайруллин Фаиль Ильфарович 17.05.1996 10 Б	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	район ный	с. Ленино-Кокушкино, 16.11.2012 г.
Халембаев Расим Рауфович 24.10.1998 8 Б	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	III место	Первенство района по армспорту среди юношей 1998-1999 г.р.	район ный	с. Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 16.03.2013 г.
Хасянов Рамис Камилевич 10.04.1997 9 А	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	I место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в метании копья на с результатом 29.35 м	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	I место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в метании диска с результатом 22.50 м	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012
	Зайнутдинов Илфар Исламгалиевич	II место	Первенство района по легкой атлетике среди юношей и девушек 1996-1998 г.р. в толкании ядра с результатом 10.55 м	район ный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 25.09.2012 г.
	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по баскетболу среди юношей	район ный	с. Ленино-Кокушкино, 16.11.2012 г.

	Зайнутдинов И.И.	I место	Первенство района по гиревому спорту среди юношей 1996-1999 г.р. в весовой категории 73 кг	районный	с.Пестрецы, МБОУ ДОД КДЮСШ, 6.12.2012
Яруллина Аделя Анасовна 19.12.1997 8 Б	Низамов Айрат Рамисович	I место	Плавание среди девушек в районной военно-спортивной игре «Зарница 2013 г» с результатом 40	районный	с.Пестрецы, 22.02.2013 г.

В школе работает 6 спортивных секций. В последнее время значительно увеличилось количество детей, занимающихся в различных спортивных кружках. Учащиеся добиваются прекрасных спортивных успехов во многих районных состязаниях, хороших результатов добиваются наши учащиеся –на районных и республиканских соревнованиях. Большая работа ведется и классными руководителями.



## Организация питания в школе:

В школе организовано питание с соблюдением требований СанПиН 2.4.5.2409-08 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях»:

Все учащиеся в школе получают горячие завтраки

Все учащиеся начальных классов, посещающие группы продленного дня, получают горячие обеды.

Завтраки и обеды отвечают потребностям растущего организма в основных ингредиентах.



Рацион обогащается за счет овощей, выращенных на пришкольном участке.



## **Политика содействия здоровью в школе:**

Школьное расписание соответствует СанПиН 2.4.2.2821-10.

Учебные планы, программы, технологии, дневные и недельные нагрузки соответствуют СанПиН 2.4.2. 2821-10.

Наполняемость каждого класса не превышает 25 человек.

Класс	Наполняемость класса
1 класс	20 учеников
2 а класс	15 учеников
2 б класс	15 учеников
3 класс	23 ученика
4 класс	13 учеников
5 класс	24 ученика
6 класс	17 учеников
7 а класс	16 учеников
7 б класс	19 учеников
8 а класс	14 учеников
8 б класс	13 учеников
9 а класс	15 учеников
9 б класс	18 учеников
10 класс	20 учеников
11 а класс	18 учеников
11 б класс	20 учеников

Для содействия здоровью школьников привлекаются коллективы ПЛ-93, Лаишевского лесничества, участковой и районной больницы, ГИБДД, ОВД, ИДН, Дома Культуры, ДДТ Пестречинского района. Проводятся родительские собрания с привлечением медицинских работников, санэпидстанцией.

В школе существует долгосрочный план по реализации стратегии содействия здоровью школьников.

«Утверждаю»  
Директор Шалинской СОШ  
имени Сафина Ф.А.  
\_\_\_\_\_М.Г.Хасанова

**Долгосрочный план  
по реализации стратегии содействия  
здоровью школьников  
МБОУ «Шалинская средняя  
общеобразовательная школа имени Сафина  
Файзрахмана Ахметзяновича» Пестречинского  
муниципального района РТ.**

## План на 2013 -2016 годы

Внедрение оптимальной системы медико-педагогического обеспечения по оказанию помощи детям и подросткам.

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители	Ответственные
1.	Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья учащихся в школах.	Каждое полугодие	Завучи, медработники.	Специалист по здоровью
2.	Издание и анализ локальных и нормативных актов по сохранению и развитию здоровья обучающихся.	Ежегодно	Администрация	Специалист по здоровью
3.	Организация и контроль за созданием в школьных библиотеках подборки научно– методической литературы по тематике ЗОЖ.	2013-2014 уч.год	Зав. Библиотеками	Специалист по Библиот.фонду
4.	Отслеживание результатов выполнения Программы через работу МО учителей физкультуры, Методического Совета, Педсовета, Попечительского совета.	Ежегодно	Администрация	Специалист по здоровью Специалисты по уч.пред
5.	Создание базы данных об опыте валеологического воспитания в ОУ района	Ежегодно	Администрация ОУ психолог, медработники.	Специалист по здоровью
6.	Создание банка данных о семейном валеологическом воспитании детей.	2014-2015 уч. г.	Администрация ОУ психолог, медработники.	Специалист по здоровью

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Исполнители	Ответственные
1.	Контроль за организацией оздоровительных режимных моментов в организации занятий в первой половине дня (зарядка, физкультминутки)	Ежедневно	Учителя-предметники	Специалист по здоровью

2.	Контроль за организацией учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная поза на уроке, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона на уроке).	Ежедневно	Учителя-предметники	Специалист по здоровью
3.	Продолжение работы классов коррекционно – развивающего обучения.	Весь период	Администрация	Специалист по здоровью
4.	Контроль за составлением расписания уроков, предусматривающее чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся.	Начало четверти	Завучи	Специалист по здоровью, кураторы
5.	Контроль за составлением расписания второй половины дня, предусматривающее чередование занятий и отдыха.	Начало четверти	зам.директора по ВР	Специалист по здоровью, кураторы
7.	Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра.	Один раз в год	Спец.по здоровью	Специалист по здоровью
8.	Организация диагностики по выявлению наркомании, токсикомании и других вредных привычек среди детей и подростков.	Ежегодно	Психолог, мед.сестра	Специалист по здоровью, специалист по восп. раб.
9.	Организация медицинских осмотров к службе в армии.	Один раз в год	Мед. сестра, рук-дь ОБЖ	Специалист по здоровью специалист по уч.пред. (ОБЖ)
10.	Анализ состояния психического здоровья вновь поступивших	Два раза в год	Психолог	Специалист по здоровью
11.	Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья.	Два раза в год	Директор. Классные руководители	Специалист по здоровью
12.	Проведение методических совещаний на тему «Учет индивидуальных особенностей школьников».	Один раз в год	Завучи	Специалист по здоровью

13.	Проведение психологических тренингов для формирования благоприятного морально-психологического климата среди всех субъектов образовательного процесса.	Один раз в четверть	Психолог	Специалист по здоровью
14.	Контроль и анализ проведения с учащимися коррекционно – оздоровительных мероприятий (ЛФК, коррекция зрения, дыхательная гимнастика, логопедические занятия) психокоррекция.)	Постоянно	Учителя – предметники логопед, психолог, преподаватель ЛФК	Спец. по физ. восп. Специалист по здоровью
15.	Содействие в оборудовании и организации работы кабинетов психологической разгрузки.	2013-2014 уч.год	Администрация, психолог	Специалист по здоровью
16.	Контроль за проведением смотров учебных кабинетов на предмет соответствия требованиям санитарно – гигиенических	Два раза в год	Комиссия	Специалист по здоровью
17.	Приобретение и установка в кабинетах информатики «люстры Чижевского».	2014-2015 уч.год.	Администрация	Специалист по здоровью
18.	Контроль за обеспечением условий для предупреждения травматизма.	Постоянно	Пед. работники	Специалист по здоровью

Пропаганда здорового образа жизни в системе учебной деятельности.

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители	Ответственные
1.	Обеспечение выполнения программы по курсу ОБЖ.	Постоянно	Администрация	Специалист по здоровью Специалист по ОБЖ
2.	Контроль за организацией и проведением сборов, соревнований, турпоходов.	Ежегодно	Руководитель ОБЖ	Специалист по ОБЖ
3.	Контроль и анализ организации воспитательной работы по возрастам по формированию навыков ЗОЖ: -проведение классных часов,	Весь период	Кл. руководители преподаватели физкульт	Специалист по здоровью Специалист по физкультуре, специалист по

	Дней здоровья; - организация тематических выставок плакатов, рисунков; - проведение конкурсов сочинений; - проведение массовых спортивных праздников; проведение тематических радиолинеек по пропаганде ЗОЖ.		уры, ОБЖ	восп.раб., специа лист по ОБЖ
4.	Организация и проведение массовых школьных мероприятий по привитию навыков правильного поведения детей в опасных для жизни ситуациях	По плану	Рук-ль ОБЖ, учителя физкуль- туры	Специа лист по здоровью Специалист по физкультуре, специалист по восп.раб. специа лист по ОБЖ
5.	Организация и проведение смотров, конкурсов, операций с привлечением медицинских, социальных, правоохранитель - ных органов.	Ежегодно По плану	Специали ст по вос- питат. Раб. спец по здор.	Специалист по воспитат. раб. Спец по здо- ровью

Решение оздоровительных задач средствами физической культуры и спорта.

№	Мероприятия	Сроки	Исполни- тели	Ответственные
1.	Использование на уроках физической культуры новых методов проведения уроков с более высоким уровнем двигательной активности.	Посто- янно	Учителя физкуль- туры	Специа лист по здоровью специалист по физкультуре
2.	Комплектование кабинета физкультуры необходимым спортивным оборудованием и инвентарем	Еже- годно	Админис трация. Учителя физкуль- туры	Специа лист по здоровью Специалист по физкультуре
3.	Совершенствование спортивно массовой работы через систему дополнительного образования	Посто- янно	Руководи тели секций, кружков.	Специа лист по здоровью Специа лист по физкультуре

## Организация питания школьников

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители	Ответственные
1.	Контроль над организацией питания детей с учетом всех возможных форм финансирования (родительской платы, бесплатного питания)	Постоянно	Директор, кл. руководители	
2.	Организация и проведение совещаний по вопросам организации и развития школьного питания.	1 раз в чет верть	Директор	
3.	Осуществление ежедневного контроля за работой школьных столовых, проведение целевых тематических проверок	В течение года	Администрация. Комиссия	
4.	Улучшение материально – технической базы столовых (приобретение и ремонт инвентаря, оборудования), разработка и введение в систему питания новых блюд с учетом изучения запросов учащихся и их родителей	Ежегодно	Администрация, совет по питанию	
5.	- Проведение работы по воспитанию культуры питания, пропаганде ЗОЖ среди учащихся и родителей .	Постоянно	Кл. руководители, медсестра	
6.	Анкетирование учащихся и родителей по вопросам школьного питания.	Ежегодно	Кл. руководители, комиссия по питанию	

## Организация летнего отдыха детей и подростков.

№	Мероприятия	Сроки	Исполнители	ответственные
1.	Определение профильных смен пришкольных лагерей.	Апрель – май ежегодно	Начальники смен. Зам. дирек.	
2.	Организация полноценного питания.	Май – август	Директор	

		ежегодно		
3.	Охват летним отдыхом детей различных категорий.	Апрель – август ежегодно	Кл. руководителя, Зам. директора	
4.	Организация работы кабинета психолога в пришкольных лагерях.	Весь период	Психолог	
5.	Координация работы по оздоровлению ослабленных детей	Май		
6.	Организация не медикаментозных методов оздоровления ( закаливание, гимнастика, фитотерапия и др.) детей в пришкольных лагерях	Весь период		