

ПРИНЯТО  
на заседании Педагогического совета  
МБОУ «Гимназия №1-Центр  
национального образования» ЕМР РТ»  
Протокол № 1  
от «31» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
директор МБОУ «Гимназия №1-Центр  
национального образования» ЕМР РТ  
Г.Ф.Аслямова  
Введено в действие приказом № 220-шо  
от «01» сентября 2021 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**об организации физического воспитания**  
**в муниципальном бюджетном**  
**общеобразовательном учреждении**  
**«Гимназия №1-Центр национального образования»**  
**Елабужского муниципального района**  
**Республики Татарстан**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее положение об организации физического воспитания (далее Положение) в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Гимназия №1-Центр национального образования» Елабужского муниципального района Республики Татарстан (далее - МБОУ «Гимназия №1-Центр национального образования» ЕМР РТ) разработано в соответствии с Законами Российской Федерации и Республики Татарстан «Об образовании», Типовым положением об общеобразовательном учреждении (утв. постановлением Правительства РФ от 19.03.2001г. №196) (с изменениями от 23.12.2002г., 01.02, 30.12.2005г., 20.07.2007г., 18.08.2008г., 10.03.2009г.), «Методическими рекомендациями о введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся общеобразовательных учреждений Российской Федерации», направленными письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 08.10.2010г. №ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011г., регистрационный №19993), Уставом школы и регламентирует порядок организации и содержание физического воспитания учащихся общеобразовательного учреждения (далее – учреждение).

1.2. Цель физического воспитания: всестороннее физическое развитие личности обучающегося, укрепление его здоровья и повышение социальной активности.

1.3. Задачи физического воспитания:

- формирование потребности обучающихся в регулярных занятиях физической культурой и спортом, овладение ими знаниями и умениями по основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- повышение физической подготовленности обучающегося, развитие функциональных возможностей его организма, совершенствование физических качеств средствами физической культуры;
- расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями повышенной координации и спортивной ориентации, физическими упражнениями корригирующей и оздоровительно-профилактической направленности;
- формирование навыков здорового образа жизни, использование занятий физической культурой в целях организации и профилактики вредных привычек, наркомании, антиобщественного поведения;

– спортивная подготовка и участие в спортивно-массовых мероприятиях.

## **2. Организация физического воспитания**

2.1. Решению задач физического воспитания в МБОУ «Гимназия №1-Центр национального образования » ЕМР РТ способствует организация целостной педагогической системы, охватывающей все формы образовательного процесса:

- урочные формы занятий по предмету «физическая культура»;
- дополнительные (или факультативные) занятия физическими упражнениями;
- занятия лечебной физической культурой, ориентированные на физическое воспитание обучающихся, имеющих отклонения в здоровье;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия согласно режиму дня, направленные на оптимизацию работоспособности, профилактику переутомления обучающихся в процессе учебной деятельности (физкультминутки, физкультпаузы, подвижные игры на переменах, динамические паузы, часы здоровья, спортивно-оздоровительные занятия);
- внеклассные формы занятий, ориентированные на укрепление здоровья и физической подготовки обучающихся (спортивные кружки и секции, группы ДЮСШ, самостоятельные занятия общефизической подготовкой, включая выполнение домашних заданий);
- спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия (спортивные соревнования, турниры, спартакиады, спортивные праздники и фестивали, Дни здоровья и Дни спорта, осенний кросс, предметная неделя спорта и здоровья).

2.2. Управление деятельностью по физическому воспитанию обучающихся осуществляется администрацией МБОУ «Гимназия №1-Центр национального образования » ЕМР РТ.

## **3. Общешкольные мероприятия**

### **3.1. Спортивные соревнования**

Каждый обучающийся (с учетом медицинских групп) должен участвовать в самых разнообразных соревнованиях 8-10 раз в учебном году. В первую очередь желательно планировать соревнования по тем видам спорта и упражнениям, которые входят в программу физического воспитания. Каждое соревнование назначают с учетом времени, необходимого для достаточной подготовки. Календарь соревнований должен быть утвержден до 1 сентября текущего года, а положение о каждом соревновании доведено до сведения учителей и обучающихся не позднее, чем за два месяца до его проведения. Внутришкольные соревнования следуют примерно по такому графику:

- сентябрь – туристские соревнования, первенство школы по легкой атлетике, спортивный праздник, посвященный началу учебного года;
- октябрь – первенство школы по кроссу, турнир по настольному теннису;
- ноябрь – первенства по спортивным играм;
- декабрь – первенство по баскетболу и волейболу;
- январь – открытие лыжного сезона, первенство по стрельбе, хоккею, футболу на снегу;
- февраль – первенство по лыжам, соревнования военно-прикладного характера, посвященные Дню защитника Отечества, предметная неделя спорта и здоровья;
- март – первенство по конькам и натурбану (санкам), соревнования по плаванию, соревнования, посвященные Международному женскому дню (например, по художественной или ритмической гимнастике);
- апрель – первенство по прыжкам в высоту и в длину;
- май – кросс, соревнования по легкой атлетике, эстафета, праздник, посвященный окончанию учебного года.

Целесообразно в течение учебного года проводить внутришкольные товарищеские встречи по различным игровым видам спорта.

Участие в официальных соревнованиях каждого обучающегося рекомендуется ограничить 3-5 видами при условии, что он принимает участие в состязаниях по отдельному виду спорта не более 2-3 раз в учебном году.

### **3.2. Дни здоровья и спорта**

Дни здоровья и спорта проводятся один-два раза в квартал одновременно для всех обучающихся или по параллелям классов, например, отдельно для 1-4, 5-8, 9-11 классов. Примерная их продолжительность зависит от возраста обучающихся и колеблется от 3-4 часов

(для учащихся начальной школы) до 8 (для старшеклассников). Дни здоровья и спорта могут проводиться с выездом за город, при этом их продолжительность ограничивается световым днем. Содержание массовых физкультурных, спортивных мероприятий, Дней здоровья и спорта:

- подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями, передачей и ловлей мячей, с силовыми упражнениями, элементами футбола, баскетбола и других спортивных игр;
- лапта, городки, крокет, спортивные игры – волейбол, баскетбол, футбол и прочие;
- прогулки и походы с играми на местности, проведением туристических соревнований и конкурсов;
- спортивные соревнования типа «Веселые старты», многоборья, конкурсы на лучшего бегуна, метателя, силача.

В положениях о Днях здоровья и спорта, которые разрабатывают учителя физической культуры совместно с заместителем директора по воспитательной работе и физкультурным активом, указываются задачи, участники, место и время проведения Дней здоровья и спорта, их программа, условия проведения массовых соревнований и порядок определения победителей, порядок организации (построение, передвижение, распределение мест занятий, время начала и окончания каждого вида программы, места массовых игр и развлечений и ответственные за их организацию, порядок возвращения в школу) и подведение итогов. Классные руководители привлекают к участию в Днях здоровья и спорта, обучающихся в своих классах, помогают в организации мероприятий по отдельным видам программы.

### 3.3. Праздники физической культуры

Программа праздника обычно включает в себя торжественное открытие и закрытие (парад участников, награждение и пр.), спортивно-показательную (показательные выступления, соревнования) и массово-затейную части (игры, аттракционы, конкурсы). В положении о празднике указываются цель, задачи, время и место проведения, порядок его подготовки (распределение обязанностей между организаторами), порядок открытия и закрытия, состав участников и программа показательных выступлений, участники и программа массово-затейной части, форма заявок на участие в соревнованиях и время проведения совещания представителей команд.

Физкультурные праздники, как правило, организуют в связи с началом и окончанием учебного года, накануне Международного женского дня и Дня защитника Отечества, Дня Победы, различных юбилейных дат. В соответствии с этим формируется программа праздника. Так, программы спортивных праздников, посвященных Дню защитника Отечества и Дню Победы, могут предусматривать соревнования военно-спортивной направленности, такие, как смотр строя и песни, преодоление препятствий (комбинированную эстафету), эстафеты с макетами оружия, переносом «раненых», эстафеты с волокушами, нагруженными предметами военного снаряжения, показательные выступления по рукопашному бою, а также с переползанием и метанием в цель гранат и т.п.. Соответствующим образом подбираются аттракционы и конкурсы массово-затейной части праздника.

### 3.4. Спортивные клубы

Спортивные клубы по интересам и желанию обучающихся создаются в школе. Для организации клуба сначала создают инициативную группу, которая информирует родителей и обучающихся о задачах и содержании предстоящих занятий, выявляет желающих принять в них участие и назначает общее собрание, на котором избирается совет клуба.

Клуб функционирует на основе Устава клуба или Положения о клубе. Занятия клуба строятся по системе: один раз в неделю проводится общее занятие, на котором инструктор (тренер) сообщает членам клуба организационные требования, теоретические сведения, разучивает с ними те или иные приемы и тактические действия. Затем члены клуба разбиваются на группы и приступают под общим руководством инструктора к практическим занятиям. В остальные дни недели каждый тренируется самостоятельно в удобное для него время. Сведения о выполненной работе каждый член клуба записывает в свой дневник тренировки, который периодически показывает инструктору.

## 4. Заключительные положения.

- 4.1. Настоящее Положение утверждается директором МБОУ « Гимназия №1-Центр национального образования » ЕМР РТ и вступает в силу с даты его утверждения.
- 4.2. Изменения и дополнения могут быть внесены в данный локальный акт с момента регистрации новой редакции Устава.
- 4.3. Положение утрачивает силу в случае принятия нового Положения о локальных актах.
- 4.4. Вопросы, не урегулированные настоящим Положением, подлежат урегулированию в соответствии с действующим законодательством РФ, Уставом МБОУ « Гимназия №1-Центр национального образования » ЕМР РТ и иными локальными нормативными актами.