

**«Утверждаю»**

Директор МБОУ

«Бишнинская ООШ ЗМР РТ»

\_\_\_\_\_ Сабирова З.М.

## **План**

**организации спортивной и физкультурно- оздоровительной работы  
школьного спортивного клуба «Метеор»**

**МБОУ «Бишнинская ООШ ЗМР РТ»**

**на 2023-2024 уч. год.**

### ***Цели программы:***

- Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.
- Пропаганда среди школьников и приобщение их к здоровому образу жизни. Воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха.
- Воспитание учащихся в народных традициях.

Программа включает в себя четыре основных направления развития спортивно-оздоровительной системы работы.

### **1 НАПРАВЛЕНИЕ -Содержание учебного материала.**

На уроках физической культуры в начальной школе решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки;
- содействие гармоническому физическому развитию;
- выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты, точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных способностей (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости);
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическим упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выполнения predisposedности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;
- содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной активности.

Для закаливания детей проводятся уроки физической культуры на открытом воздухе.

Главная цель уроков на свежем воздухе- закаливание и повышение уровня общей физической подготовки учащихся.

Для всестороннего развития личности программа предусматривает секции по: спортивным играм и легкой атлетике. Дальнейшее развитие культурно-оздоровительной работы предполагает приобретение спортивного инвентаря.

## **2 НАПРАВЛЕНИЕ -Массовая физкультурно-оздоровительная работа.**

Одной из важнейших задач совершенствования учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима школьников, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Спортивные соревнования должны способствовать тому, чтобы привлечь к занятиям физкультурой как можно больше детей, подростков и взрослых. Увеличить число занимающихся физкультурой возможно через расширение спортивных кружков и проводимых соревнований, через привлечение к соревнованиям детей разного возраста, а также родителей и активное участие в соревнованиях болельщиков. Подвижные игры - необходимая, жизненно-важная разрядка, удовлетворяющая естественную потребность детей в активном движении, жажду деятельности, соревнования.

Спортивные игры - важное средство развития ловкости, быстроты, силы, настойчивости, умения действовать в интересах коллектива, умения

ориентироваться в сложной ситуации. Игровая деятельность участников соревнований вызывает у зрителей стремление стать такими же ловкими и смелыми, способствует сплочению коллектива учителей и учеников, передача опыта старшего поколения младшим, дает возможность по-новому оценить свое отношение к учебе, своему умственному и физическому развитию.

#### Реализация данного направления

- Спортивные игры (волейбол, баскетбол, настольный теннис) для 5-9 классов (сентябрь-май).
- Осенний и весенний кроссы (сентябрь - май).
- Школьные соревнования по мини-футболу (в течение года.)
- Районные соревнования по спортивным играм (в течение года).
- Спартакиада школьников (май).
- Районные соревнования по легкой атлетике (в течение года).
- Спортивные состязания: "Веселые старты" (раз в четверть), "А ну-ка, мальчишки", "А ну-ка, парни", смотр строя и песни (февраль).
- Олимпиады по физкультуре (октябрь- декабрь)
- Малый Сабантуй (май).
- Президентские соревнования (март).

### **3 НАПРАВЛЕНИЕ -Пропаганда здорового образа жизни среди детей.**

Основная задача - довести до детей, что здоровье -это драгоценность, ради которой действительно стоит не только не жалеть сил, времени, но и отказаться от пагубных привычек. Каждый ребенок должен знать, что здоровый образ жизни - самое надежное средство сохранения и укрепления здоровья.

#### Реализация данного направления

- Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему " Мы любим спорт" (ноябрь.)
- Олимпиада по физкультуре (декабрь).
- Конкурсы газет и плакатов среди учащихся 5-8 классов на тему " Спорт - это жизнь" (январь).
- Оформление уголка с фотографиями лучших спортсменов школы. Поднятие статуса ответственных за организацию спортивной работы в классе, развитие этого направления работы в каждом классе (в течение года).
- Чествование лучших спортсменов, создание имиджа "спортсмена - здорового человека" (в течение года).
- Чествование лучших команд, привлечение в состав спортивной команды как можно больше учеников, улучшение спортивных достижений (в течение года).

#### **4 НАПРАВЛЕНИЕ -Совместная работа семьи и школы для воспитания здорового поколения.**

Вспомним слова известного педагога В.Сухомлинского: "Наиболее полноценное воспитание, как известно, школьно-семейное". Поэтому необходимо вовлечение родителей в работу по обеспечению здоровья учащихся. Взаимоотношения семьи и школы важны на всех этапах школьной жизни, но особую остроту, особое значение они имеют в первые годы пребывания ребенка в учреждении. Между школой и семьей необходимо наладить дружеские, партнерские отношения. Школа и семья в тесном взаимодействии должны не только обучать и воспитывать своих детей, но и заботиться о том, чтобы создать все условия для радостной, творческой и здоровой их жизни.

##### Реализация данного направления

Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ состояния здоровья учащихся).

- Тематические онлайн родительские собрания (в течение года).
- Консультации, беседы для родителей (в течение года.)
- Проведение совместных экскурсий, походов (в течение года).
- Проведение спортивных мероприятий с участием родителей (в течение года).

#### **График проведения спортивных мероприятий в МБОУ «Бишнинская ООШ ЗМР РТ» на 2022-2023 учебный год**

Вид спортивного состязания	Возрастная категория	Сроки проведения								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
<i>Баскетбол</i>	<b>5-9</b>			<b>05.11</b>				<b>04.03</b>		
<i>Волейбол</i>	<b>5-9</b>				<b>03.12</b>					
<i>Настольный теннис</i>	<b>5-9</b>		<b>28.10</b>							

<i>Мини-футбол</i>	<b>5-9</b>	<b>24.09</b>						<b>22.04</b>	
<i>Шашки-шахматы</i>	<b>1-4</b> <b>5-9</b>			<b>5.11</b>				<b>18.03</b>	
<i>Легкая атлетика</i>	<b>1-9</b>	<b>20.09</b>							<b>22.05</b>
<i>Внутришкольные лыжные гонки</i>	<b>1-9</b>						<b>28.02</b>		
<i>Веселые старты</i>	<b>1-4</b>		<b>22.10</b>			<b>17.01</b>		<b>25.03</b>	<b>12.05</b>
<i>Осенний - весенний кросс</i>	<b>1-9</b>	<b>15.09</b>							<b>15.05</b>
<i>Смотр строя и песни, Анука, парни</i>	<b>5-9</b>						<b>21.02</b> <b>22.02</b>		

Председатель спортивного клуба

Файзиев М.М.

**«Утверждаю»**

Директор МБОУ

«Бишнинская ООШ ЗМР РТ»

\_\_\_\_\_ Сабирова З.М.

**График работы**

школьного спортивного клуба «Метеор» в 2023-2024 учебном году

Дни недели	Название секции	Время	Ответственные
Понедельник	Баскетбол	14.30-15.30	Файзиев М.М.
Вторник	Волейбол	14.30-15.30	Файзиев М.М.
Среда	Настольный теннис	14.30-15.30	Файзиев М.М.
Четверг	Мини- футбол	14.30-15.30	Файзиев М.М.
Пятница	Подвижные игры (начальные классы)	14.30-15.30	Файзиев М.М.

Председатель

школьного спортивного клуба «Метеор»:

Файзиев М.М.