

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Основная школа № 41»
(МОУ ОШ № 41)

ул. Кольшикина, дом 46, г. Ярославль, 150036.
Тел. 38-55-61, тел/факс 38-64-50
e-mail: yarsch041@yandex.ru

01.09.2022 № 01-30/69

ПЛАН

спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных и социально-значимых мероприятий на 2022-2023 учебный год

Цель:

Пропаганда здорового образа жизни среди обучающихся и приобщение их к нему. Воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физической культурой, использовать различные спортивные игры в организации своего досуга.

Содержание учебного материала:

На уроках физической культуры в школе решаются следующие задачи:

Укреплять здоровье, улучшать осанку.

Содействовать гармоничному физическому развитию.

Вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды.

Овладевать школой движений.

- ✓ Развивать координационные (точность 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).
- ✓ Вырабатывать представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, соблюдении правил техники безопасности во время занятий.
- ✓ Приобщать к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использованию их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выполнению предрасположенности к тем или иным видам спорта.
- ✓ Воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость во время выполнения физических упражнений.
- ✓ Содействовать развитию психических процессов (представлению, памяти, мышлению и др.) в ходе двигательной активности.

Для закаливания обучающихся уроки физической культуры проводятся на свежем воздухе.

Главная цель таких уроков — закаливание и повышение уровня общей физической подготовки школьников.

Для всестороннего развития личности программа предусматривает секции по спортивным играм (пионербол, волейбол), лёгкой атлетике, ОФП с элементами тяжёлой атлетики, стрельбе.

Дальнейшее развитие физкультурно-оздоровительной работы предполагает приобретение спортивного инвентаря.

Массовая физкультурно-оздоровительная работа

Одной из важнейших задач совершенствования учебно-воспитательного процесса является организация двигательного режима обучающихся, который обеспечивает активный отдых и удовлетворяет естественную потребность в движениях. Спортивные соревнования должны способствовать тому, чтобы привлечь к занятиям физической культурой как можно больше детей, подростков и взрослых. Увеличить число занимающихся физкультурой возможно через расширение кружков и проводимых соревнований, через привлечение к ним детей разного возраста, а также их родителей (законных представителей), 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 основных физических качеств: быстроты, ловкости, силы, а также 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 педагогов и обучающихся, передаче опыта старшего поколения молодому, даёт возможность по-новому оценить своё отношение к учёбе, своему умственному и физическому развитию.

Реализация данного направления

Дни здоровья (осенний и весенний кроссы) — сентябрь и май

Школьные соревнования по пионерболу — в течение года

Спортивные состязания «Весёлые старты», «Муравейник» — в каникулы (для участников школьного лагеря); «Зимние забавы», «Праздник русского валенка» - январь; «Февральские старты» — февраль; интеллектуально-спортивная викторина «Молодость, здоровье, ГТО» - апрель; «Старты Победы» — май. Олимпиада по физкультуре.

Пропаганда здорового образа жизни среди обучающихся.

Основная задача — довести до обучающихся, что здоровье — это драгоценность, ради которой действительно стоит не жалеть сил, времени, отказаться от пагубных привычек. Каждый ребёнок должен знать, что здоровый образ жизни — это самое надёжное средство сохранения и укрепления здоровья.

Реализация данного направления

Олимпиада по физкультуре (сентябрь);

Конкурсы (выставки) рисунков и плакатов на тему: «Дружишь со спортом — делаешь дело, будешь в ты сильным, ловким и смелым!»; «ГТО это Я! ГТО — это Я! ГТО — это будущее нашей страны!» (в течение года);

Оформление стенда «Лучшие спортсмены школы». Поднятие статуса ответственных за организацию спортивной работы в классе, развитие данного направления работы в каждом классе (в течение года).

График проведения спортивных мероприятий в МОУ «Основная школа №41» на 2022-2023 учебный год

Спортивные мероприятия	Возрастная категория (класс)	Сроки проведения мероприятий								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
«Веселые старты», «Муравейник»	1-4		+	+				+		
День здоровья	1-9	+							+	
Соревнования по прыжкам «Чудесная скакалка»	1-4				+					
Первенство по дартсу	5-9									
Первенство по пионерболу и волейболу	5-9					+		+		
«Зимние забавы», «Февральские старты»	1-4 5-9								+	
Интеллектуально—спортивная викторина «Молодость, здоровье, ГТО»	9									
Лыжные гонки	2-9								+	
«Старты Победы»	5-9									+



Руководитель ШСК

А.В. Ситников