Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение Белоярского района

«Средняя общеобразовательная школа п.Лыхма»

**Проект по физической культуре**

**«Займись спортом!»**

на 2014-2016 год





Лыхма, 2014г.

**Пояснительная записка**

При всей значимости урока как основы процесса физического воспитания в школе главенствующую роль в приобщении к ежедневным занятиям физическими упражнениями учащихся принадлежит внеклассной физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе. За ней будущее т. к. даже индивидуально-дифференцированный подход не даст такого положительного результата, который достигается правильно спланированной спортивно – массовой работой, главной целью которой является внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь и быт школьника. В современном образовании очень часто поднимается проблема состояния здоровья, здорового образа жизни. В начале каждого года в нашей школе проводят антропометрические измерения, которые показывают на сколько развивается детский организм. Ежегодный мониторинг состояния здоровья учащихся, показывает, что у 27% учащихся ухудшили группу здоровья с момента поступления в школу. Изученная литература позволила выявить, что на здоровье человека оказывают влияние несколько факторов, но решающим фактором является малоподвижный образ жизни учащихся, слабая вовлеченность в занятия спортом – вот основная причина ухудшения здоровья школьников. Еще одна проблема-это не желание школьников заниматься спортом. В поселке созданы все условия для развития ФиС: есть ФОК с тренажерным залом, площадкой для мини-футбола, баскетбола, бассейн на 4 дорожки длиной 25 метров, школьный спортивный зал. Однако посещаемость спортивных секций как в школе, так и в учреждениях спорта поселка остается низкой.

**Основополагающая проблема, которую необходимо разрешить в ходе реализации проекта:** Ухудшение здоровья учащихся с момента поступления в школу и до ее окончания вследствие недостаточной двигательной активности.

**Цель:** Создание благоприятных условий для занятий физкультурой и спортом учащихся во внеурочное время для достижения более высокого уровня развития двигательных способностей, приобщения учащихся к регулярным занятиям физкультурой и спортом.

**Задачи:**

1. Повысить мотивацию школьников через активное участие во внеклассных мероприятиях в рамках спортивного клуба школы;
2. Выстроить систему взаимодействия участников образовательного процесса по организации и проведения внеклассных спортивных мероприятий внутри школы;
3. Улучшить состояние материальной базы спортивного оборудования и инвентаря;
4. Проводить динамические наблюдения за состоянием здоровья и физического развития школьников.
5. Разработать систему поощрений для учащихся, систематически занимающихся физкультурой и спортом;
6. Включать школьников в проектную деятельность, олимпиадное движение по физической культуре;
7. Разработать систему внеклассных мероприятий по ЗОЖ;
8. Стимулировать участие детей в соревнованиях по различным видам спорта;

**Ожидаемый результат**

1. За счет систематического проведения внеклассных мероприятий, повысится мотивация учащихся к занятию спортом, физической культурой и как следствие, повысится посещаемость спортивных секций школы и поселка в целом;
2. Повысится эффективность работы ученического самоуправления по физкультурно-оздоровительной работе;
3. Повысится эффективность спортивно-массовой работы по взаимодействию с социальными партнерами поселка Лыхма;
4. Улучшится состояние МТБ по физической культуре;
5. Будет эффективно функционировать выстроенная система работы по организации и проведения внеклассной работы школьников в рамках спортивного клуба.

**Нормативная база по разработке проекта**

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012г. №273-ФЗ
2. Целевая Программа ХМАО-Югры «Новая школа Югры на 2010-2015гг
3. Стратегия развития образования ХМАО-Югры до 2020г.
4. Целевая программа ХМАО-Югры «Развитие физической культуры и спорта в ХМАО-Югре» на 2011-2015г.
5. Программа развития школы на 2014-2018гг.

**Этапы работы над проектом**

1 этап ( сентябрь 2012-декабрь 2012) –подготовительный.

2 этап (январь 2013 г. – сентябрь 2015 г.) – **основной** этап – реализация целей и задач Проекта.

3 этап (сентябрь 2015 г. – декабрь 2015 г.) – **завершающий** этап (анализ результатов выполнения Проекта,).

1. **Краткая характеристика организации спортивной работы в школе**

В школе п.Лыхма созданы все условия для учебной, воспитательной и спортивной работы. В рамках программы развития школы на 2011-2014гг «Школа-культурный образовательный центр п.Лыхма», образовательное учреждение выступает как центр, взаимосвязывающий спортивные организации поселка: ФОК и спортивный центр «Лыхма». Тренерский состав спортивных учреждений поселка и учитель физкультуры школы сотрудничают для достижения общих целей – физического развития и совершенствования детей, подростков и молодежи поселка, а также пропаганды и развития физической культуры, спорта и здорового образа жизни.

**Количество детей, подростков и молодежи, привлеченных к  
регулярным занятиям физической культурой и спортом**

В рамках спортивного клуба школы привлечено к занятию физической культурой и спортом 86% школьников, а также 11 членов педагогического коллектива и родительской общественности.

**Количество секций (групп) физкультурно-оздоровительного  
характера и количество занимающихся в них**

В школе работает 3 секции спортивной направленности:

ОФП для 1-4 классов

«Баскетбол» для учащихся 6-11 классов

«Волейбол» для учащихся 8-11 классов

Всего в спортивных секциях школы занимается **66 учащихся (35%).**

Спортивные тренировки и секции учащиеся посещают в спортивных учреждениях поселка:

1. «Футбол»
2. «Плавание»
3. «Лыжи»
4. «Спортивное ориентирование»
5. «Теннис»
6. «Спортивная акробатика»
7. «Шейпинг»

Всего в спортивных учреждениях поселка занято **90 учащихся (48%)**

Материально-техническое обеспечение физической культуры

|  |  |
| --- | --- |
| Спортивный инвентарь | 1. Мячи: набивные весом 1 кг,-8шт 2. малый мяч(мягкий)-6шт 3. Баскетбольные-20шт 4. волейбольные-8шт. 5. футбольные-2шт.; 6. Палка гимнастическая-14шт.; 7. Скакалка детская-27шт; 8. Мат гимнастический-20шт.; 9. Обруч пластиковый детский-10шт.; 10. Лыжи профессиональные(Фишер) с ботинками-10 пар 11. Лыжи прокатные с ботинками -30пар. 12. Лыжные палки- 30 пар 13. Рулетка измерительная 10м.-1шт.; 14. Сетка волейбольная -1шт.; 15. Секундомер-1шт.; 16. Коврик гимнастический-10шт. |
| Спортивное оборудование и инвентарь | 1. Бревно гимнастическое напольное-1шт.; 2. Козел гимнастический-2шт.; 3. Конь гимнастический-1 шт.; 4. Перекладина гимнастическая (пристеночная)-2шт.; 5. Стенка гимнастическая-11шт.; 6. Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м)-10шт.; 7. баскетбольные щиты-2шт.; 8. Гимнастический подкидной мостик-2шт.; 9. Стол теннисный-1шт. 10. Стойка для прыжков в высоту с планкой -1шт.; 11. Перекладина напольная 1шт. 12. Брусья (м)-1шт. 13. Корзины для мячей-2шт. 14. Граната- (500гр.)-2шт. 15. Мяч (150гр.)-1шт. 16. Копье для метания -1шт. 17. Диск для метания-1шт. 18. Гантели-6шт. |

Проект внеурочной деятельности составлен для учащихся 1-11 срок 1 год

Ресурсное обеспечение программы:

*Имеющееся:*

-Кадровые ресурсы – учитель физической культуры, учитель ОБЖ, классные руководители;

-общешкольный Совет по спорту;

-Материально-технические ресурсы;

-Сформированность пространства для социального партнёрства;

*Необходимые ресурсы*

1. Информационно-образовательные ресурсы:

- ЭОР: видеоролики, эл. учебные пособия по ФК и спорту, мультимедиапрезентации по видам спорта, ведению ЗОЖ;

1. Предметно-образовательные ресурсы:

Социальное партнёрство со всеми заинтересованными субъектами, интеграция ресурсов. Самоуправление школьников.

1. Материально-технические ресурсы:

Обновление спортивного инвентаря и оборудования,

1. Научно-методические ресурсы:

Непрерывное, в т.ч. дистанционное обучение и повышение квалификации, научно-методическое сопровождение реализации Программы; презентации опыта на различных уровней;

1. Основная идея и мероприятия по реализации проекта

Общее руководство работой коллектива физической культуры возлагается на учителя физической культуры.

На общем собрании членов коллектива выбирается совет, который организует и проводит всю работу по плану, утверждённому директором школы.

Во всех классах школы избираются физкультурные организаторы. Они работают под руководством классных руководителей, организуя учеников своего класса для участия в различных физкультурно-массовых и спортивных мероприятиях, проводимых школой.

Внеурочную деятельность в школе условно можно разделить на три больших блока:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Блоки | **А** | **В** | **С** |
| Организация | Тренировочный процесс – спортивные секции | Спортивно-оздоровительная деятельность | Спортивно-массовая работа |
| Контингент обучающихся | Одаренные дети - спортсмены | Учащиеся школы с 1-11 класс, а также учащиеся со спецмедгруппой | Все учащиеся с 1 по 11 класс |
| Цель | Повышение спортивного мастерства | Формирование сознательного отношения к собственному здоровью, ведение ЗОЖ, коррекция физического здоровья | Повышение интереса к занятиям физической культурой, спортом |

**1 блок Тренировочный процесс – спортивные секции.**

Реализуется через работу дополнительного образования: спортивных секций волейбол, баскетбол, занятия которых проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. Руководитель Вид В.В.

Через работу спортивных секций поселка в рамках реализации взаимодействия с социальными партнерами поселка:

1. «Футбол» -2 ч. в неделю, руководитель Кузьмин А.В.
2. «Плавание» -2ч. в неделю, руководитель Юлдашева А.Р.
3. «Лыжи» 2ч. в неделю, руководитель Юдина Л.Р.
4. «Спортивное ориентирование» 2ч. в неделю, руководитель Жукова М.Г.
5. «Теннис» 2ч. в неделю, руководитель
6. «Спортивная акробатика» 2ч. в неделю, руководитель Конопатских Н.Н.

**2 блок Спортивно – оздоровительная деятельность.**

Этот блок направлен на знакомство с теоретическими основами ЗОЖ, обучение навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, обучение основам проектной деятельности в области физкультуры и спорта. Данные мероприятия реализуются в рамках классных часов, дней здоровья, в ГПД, в работе дневного пришкольного оздоровительного лагеря «Растишка».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | мероприятия | сроки | ответственный |
| **Организация работы с учащимися** | | | |
|  | «Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья»- о закаливание организма | В течение года | По согласованию с кл. руководит. |
|  | «Движение-это жизнь!» беседа о влиянии двигательной активности на здоровье | В течение года | По согласованию с кл. руководит. |
|  | «Чудодейственная сила плавания» -влиянии плавания на здоровье человека | В течение года | По согласованию с кл. руководит. |
|  | «История Олимпийского движения» | В течение года | По согласованию с кл. руководит. |
|  | Лыжный спорт, его влияние на здоровье человека | В течение года | По согласованию с кл. руководит. |
|  | Проведение акции «Займись спортом!» 1-4 кл; | февраль | Вид В.В, проектная группа |
|  | Организация работы с учащимися над проектами | Ноябрь-январь | Вид В.В |
|  | Выступление на школьной НПК с проектом | февраль | Вид В.В |
|  | Участие в районном этапе НПК с проектом | март | Вид В.В |
| **Организация работы с родителями** | | | |
|  | Лекции для родителей на темы:   * Значение двигательной активности в жизни человека * Распорядок дня и двигательный режим школьника * Воспитание правильной осанки у детей   -Совместное проведение спортивных мероприятий с родителями: «Мама, папа, я-спортивная семья»;  «Зарница»  -Приглашение родителей на спортивные праздники и соревнования  -Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления здоровья.  -Помощь учителям в планировании работы по физической культуре  Организовать секции для учителей | 1 четверть  2 четверть  3 четверть  В течение года.  В течение года.  В течение года.  В течение года. | Учитель физической культуры, классные руководители 1-11 классов |
| **Медицинский контроль** | | | |
|  | Медицинский осмотр учащихся | В течение года. | Выездная врачебная комиссия. |
|  | Лекции для учащихся:   * О половом воспитании * О физическом развитии и закаливании * О контроле и самоконтроле при занятиях физической культурой * Оказание первой медицинской помощи | Ноябрь.  В течение года.  На уроках физкультуры.  В течение года.  В течение года. | Врач школы:  Врач, преподаватели физкультуры.  Преподаватели физкультуры.  Преподаватели ОБЖ, врач школы. |

В процессе реализации мероприятий используются современные образовательные технологии:

* **здоровьесберегающие технологии** – привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений имеющих лечебно-воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;
* **личностно-ориентированное и дифференцированное обучение** – применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья;
* **информационно-коммуникационные технологии** – показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры.

**Блок С. Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа.**

Цель спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий – пропаганда физической культуры и спорта, приобщение школьников к систематическим занятиям физическими упражнениями и видами спорта, подведение итогов физкультурно-спортивной работы, активный отдых.

Основной формой спортивно-массовой работы в нашей школе является школьная Спартакиада, проводимая ежегодно для всех учащихся с 2 по 11 классы, также в ней принимают участие учителя.

Внеклассные мероприятия планируется проводить во второй половине учебного дня, что способствует снятию утомления и перенапряжения.

Перед началом проведения любого мероприятия составляется Положение о проведении соревнований (празднике) по данному виду. В котором оговариваются цели и задачи данного мероприятия, сроки и место проведения, программа и ответственные за проведение. Положение подписывается директором школы и пишется приказ по проведению соревнований.

Все спортивно-массовые мероприятия необходимо начинать с торжественного открытия. Учащиеся знакомятся с условиями проведения соревнований. Итоги соревнований и награждение проводятся также в торжественной обстановке.

**План внеурочной деятельности МОСШ п.Лыхма**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **мероприятия** | **сроки** | **Ответвств.** |
|  | Анализ работы за 2013-2014 учебный год, планирование на 2014-2015 учебный год | август | В.В. Вид |
|  | Выбор совета по спорту | До 10.09 сентября | Кл. руководители |
|  | Заседание Совета по распределению обязанностей членов Совета | сентябрь | Вид В.В. |
|  | Знакомство с Положением о Спортивном клубе школы, с целями, задачами, направлениями деятельности | сентябрь | Вид В.В. |
|  | Анкетирование учащихся по проведению спортивных мероприятий разного характера в течение учебного года | май | Совет по спорту |
|  | * Запись в спортивные кружки и секции школы и спортивных учреждений поселка: * Волейбол 7-11 * Баскетбол 5-11 класс * «Теннис» * «плавание» * «Лыжная подготовка» * «спортивное ориентирование» * «футбол» | сентябрь | Вид В.В., кл. руководители, руководители секций ФОК, бассейна |
|  | Составление расписания, планов работы спортивных секции | сентябрь | Вид В.В. |
|  | Проведение семинаров судей накануне соревнований. | В течение года | Вид В.В. |
|  | **Общешкольные спортивно-массовые мероприятия** | | |
|  | **Школьная Спартакиада по видам спорта** | | |
|  | Осенний кросс 1-11 класс | 20 сентября | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Легкоатлетическая эстафета 1-11 класс | 21 сентября | Вид В.В., совет по спорту |
|  | **соревнования** по баскетболу с 5 по 11 класс | С 15 Октябрь-ноябрь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | **Соревнования по плаванию** | октябрь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | **Соревнования по волейболу** с 7 по 11класс | декабрь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | **Соревнования по пионерболу** 4-7 класс | декабрь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Военно-спортивная эстафета, в рамках **месячника оборонно-массовой и спортивной работы** | январь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Соревнования по гиревому спорту 7-11 класс | 14.02 | Вид В.В., совет по спорту |
|  | **Соревнования п**о лыжным гонкам1-11 класс | 03.03 | Вид В.В., совет по спорту |
|  | **Соревнования** по мини-футболу 1-11 класс | С 25.03. | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Весенний легкоатлетический кросс | май | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Весенняя легкоатлетическая эстафета | Май | Вид В.В., совет по спорту |
| **Внеклассные спортивные мероприятия** | | | |
|  | Веселые старты между 1-2, 3-4, 5-6 классами | 14 октября | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Дни здоровья | 1 раз в четверть | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Гимнастическая полоса препятствий 5-11 класс | ноябрь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Эстафеты на воде 5-11 класс | октябрь | Вид В.В., тренеры бассейна |
|  | Участие в школьной олимпиаде по физической культуре | ноябрь | Вид В.В |
|  | «Папа, мама, я-спортивная семья» | январь | Вид В.В., совет по спорту |
|  | Подготовка к районной спартакиаде призывников | Январь, до 15 февраля | Вид В.В., совет по спорту |
|  | «Военно-спортивная эстафета» | февраль | Вид В.В., учитель ОБЖ, совет по спорту |
|  | «Зарница» | май | Вид В.В., учитель ОБЖ, совет по спорту |
| **Районный этап президентских соревнований** | | | |
|  | Соревнования по волейболу | январь | Вид В.В. |
|  | Соревнования по баскетболу | февраль | Вид В.В. |
|  | Соревнования по шахматам | февраль | Карпова М.С. |
|  | Соревнования по мини-футболу | апрель | Вид В.В., тренер Кузьмин А.В. |
|  | Лыжные гонки | март | Вид В.В. |
|  | Соревнования по плаванию | март | Вид В.В. |
| **Губернаторские состязания школьный уровень** | | | |
|  | Сдача нормативов с 5 по 10 класс | февраль | Вид В.В., тренерский состав п.Лыхма |
| **Губернаторские состязания районный уровень** | | | |
|  | Сдача нормативов с 5 по 10 класс | февраль | Вид В.В., Аджиев А.И. |
|  | Заполнение мониторинга по физическому развитию учащихся. Анализ результатов, определение индивидуальной траектории развития | май | Вид В.В. |
|  | Подведение итогов работы за год «Самый спортивный класс» | май | Зам.директора по ВР, совет по спорту |

**Результативность проекта**

* Рост количества учащихся, посещающих спортивные секции до 60%;
* Регулярность посещения спортивных секций учащимися;
* Охват массовыми спортивными мероприятиями 100% учащихся;
* Позитивная динамика здоровья и физического развития учащихся (доля учащихся, сохранивших и повысивших здоровье с момента поступления в школу);
* Позитивная динамика физического развития учащихся по результатам школьного мониторинга;
* Повышение результативности участия в районных спортивных мероприятиях;

Литература:

1. Гаманько О.В. Организационно-методические особенности внеклассной работы по ФВ учащихся.// Научное обоснование ФВ , спортивной тренировки и подготовки кадров по ФВ и спорту. :Материал 4 научной сессии .-Минск АФВ и С ,-2000,-С.223-224.
2. Карганов В.П. и др. Определение отношения учащихся средних школ, родителей и учителей к занятиям ФК и здоровому образу жизни (В.П. Карганов, С.Ю. Щетинина, Т.В. Хромина; ХГПУ.- Хабаровск, -2000.27 с.
3. Лебедева Н.Г. Формирование здорового стиля жизни школьника. – Мн.: Народная асвета, 1996. 145 с.
4. Миртчан А.А. Теоретико-методические основы формирования ФК подростки в сельской школе: Автореф.-М.,1997.17с.
5. Маненко П.П. Организационно-методические основы физкультурно - оздоровительной, обучающих деятельности в образовательных учреждениях.: Автореф. дис. на сопск. учен.степ. канн. пед. наук.- Хабаровск :ДГАФК,1999.-22с.

**Приложение**

Утверждено

Приказ №401 от 24.09.2012

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**О СМОТРЕ КОНКУРСЕ НА ЛУЧШИЙ СПОРТИВНЫЙ КЛАСС МОСШ п.Лыхма**

**1.Цели и задачи**

Конкурс проводится с целью:

1. стимулирование занятий физической культурой и спортом

школьников

1. привлечение учащихся к систематическим, регулярным занятиям

физической культурой и спортом

1. выявление сильнейших классов и спортсменов - школьников
2. укрепление здоровья школьников и пропаганда здорового образа

жизни.

**2.Порядок проведения конкурса**

Конкурс проводится с 1 сентября каждого года, согласно графика проведения внутришкольных, поселковых, районных, окружных соревнований.

**3. Руководство конкурсом**

Общее руководство осуществляет совет по спорту.

- главный судья Вид В.В.-учитель физической культуры МОСШ п.Лыхма.

- председатель спортивного клуба-Заплишный Алексей, учащийся 11 класса

**4. Участники конкурса**

В конкурсе участвуют все классы школы с 1 по 11.

**5. Порядок определения победителей конкурса**

При определении места в конкурсе учитывается следующее:

* занимаемые места в школьных, районных, окружных, поселковых спортивных мероприятиях
* % участия учащихся класса в школьных соревнованиях
* % участия учащихся спортсменов из класса в районных, окружных соревнованиях
* уровень физической подготовленности учащихся класса согласно нормативам
* % посещения учащимися уроков по физической культуре
* % занятости учащихся в спортивных секциях

Места распределяются по трем группам.

1 - группа 1-4 классы

2 - группа 5-8 классы

3 группа-9-11 классы

**6. Награждение**

Классы, занявшие 1 места в конкурсе, награждаются переходящим кубком и подарками

**7. Финансирование**

Финансирование конкурса осуществляет администрация школы, спонсоры

**Критерии оценки**

**1. Массовые спортивные мероприятия школьного уровня**

-приняло участие 90 и более % от общего состава класса – 5б

-приняло участие 70-80% от общего состава класса – 3б

-приняло участие 50-30% - 2 б

-приняло участие 20-10% -1 б

Не приняли участие -0б.

**2. Результативность (школьный уровень)**

-за 1 место +3б

-за 2 место+2б.

-за 3 место+1б.

**3. За участие представителя каждого класса в соревнованиях районного уровня**-1 балл

**4. За призовые места в соревнованиях районного уровня**

-за 1 место+5 б

-за 2 место+4 б.

-за 3 место+ 3 б.

**5. уровень физической подготовленности учащихся класса согласно нормативам (Мониторинг ФК)**

**6.% посещения учащимися уроков по физической культуре**

100-90% посещающих уроки физической культуры в течение всего года от общего количества класса-5б.

Меньше 80%- 3 балла

**7.% занятости учащихся в спортивных секциях**

заняты 90 и более % от общего состава класса – 5б

70-80% от общего состава класса – 3б

50-30% - 2 б

20-10% -1 б