

Принято на Педагогическом совете
Протокол № 1
от 28 августа 2018 года

УТВЕРЖДАЮ.
Директор МБОУ «СОШ №6 им.
Героя Советского Союза
Н.З. Ульяненко»
_____ М.Ю. Афоина
Приказ № 147-ос от 01.09.2018г.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №6
им. Героя Советского Союза Н.З. Ульяненко»**

**Программа
физкультурно-спортивного воспитания
«Здоровье»**

г. Воткинск
2018 год

Информационная карта программы

1.	Полное название программы	Программа физкультурно - спортивного воспитания "ЗДОРОВЬЕ".
2.	Цель и задачи программы	Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, содействие раскрытию физических данных учащихся. Задачи: <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование стремления к здоровому образу жизни, к физическому развитию, и осознания здоровья как одной из главных жизненных ценностей. 2. Воспитание негативного отношения к вредным привычкам. 3. Активная и широкая пропаганда ЗОЖ. 4. Совершенствование спортивно-оздоровительной работы: увеличение количества внеурочных спортивных объединений, привлечение учащихся к занятиям в школе и вне ее, подготовка сборных команд школы по различным видам спорта, организация и проведение спортивных мероприятий и праздников. 5. Укрепление здоровья детей и утверждение в их сознании преимущества ведения здорового образа жизни. 6. Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с педагогами. 7. Установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями города по вопросам профилактики заболеваний.
3.	Наименование организации заявителя	Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №6 им. Героя Советского Союза Н.З. Ульяненко» город Воткинск
4.	Юридический адрес заявителя	427440 Удмуртская Республика, город Воткинск, ул. Королева, 15
5.	Телефон	
6.	Основные разработчики программы (Ф.И.О. должность)	Обухова Татьяна Адольфовна - зам. директора по ВР МБОУ «СОШ №6 им. Героя Советского Союза Н.З. Ульяненко» город Воткинск Коробейникова Екатерина Владимировна - руководитель ШМО учителей физической культуры
7.	Руководитель проекта (Ф.И.О. должность)	Афонина Маргарита Юрьевна - директор МБОУ «СОШ № 6 им. Героя Советского Союза Н.З. Ульяненко» город Воткинск
8.	География программы	МБОУ «СОШ №6 им. Героя Советского Союза Н.З. Ульяненко» город Воткинск
9.	Обоснование актуальности программы	Актуальность проблемы заключается в том, что программа "ЗДОРОВЬЕ" ориентирована на решение таких проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный полезный эффект поддержания здоровья как учащихся, так и учителей. Проводя анализ основных параметров состояния здоровья школьников, можно прийти к выводу, что нарушение здоровья учащихся часто мешает овладеть знаниями по учебным предметам. Анализ состояния здоровья учащихся школы показал, что более 50% учащихся имеют различные отклонения в состоянии здоровья.
10.	Краткая аннотация	Работа по программе физкультурно - спортивного воспитания предполагает целый комплекс мер, направленных на создание условий для сохранения и

	содержания программы	укрепления здоровья учащихся, содействие раскрытию физических данных учащихся. На протяжении всех лет работы в школе уделяется большое внимание здоровью учащихся: действует единый двигательный режим, регулярно проводятся Дни здоровья, утренние гимнастики, динамические паузы во время учебных занятий, ежегодная школьная спартакиада, ежегодный конкурс "Спортивный класс года", соблюдаются санитарно-гигиенические условия и режим проветривания, классными руководителями и специалистами проводятся тематические классные часы на темы здоровья и здорового образа жизни, экскурсии, походы. На протяжении трех последних лет растет количество школьных спортивных секций, имеется достаточное количество спортивного инвентаря.
11.	Кадры программы	Администрация МБОУ СОШ № 6, учащиеся школы, учителя - предметники, классные руководители, медицинский работник школы, педагоги дополнительного образования, сотрудники медицинских учреждений города, родители, специалисты центра "Психолог +"
12.	Сроки реализации программы	2018-2019, 2019-2020, 2020-2021 учебный год
13.	Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование у подростков нравственных качеств, представлений об общечеловеческих ценностях, ЗОЖ. - Удовлетворение запросов учащихся во внеурочной физкультурно - спортивной работе. - Привлечение к активному участию в спортивной жизни школы, умение самостоятельно и правильно организовывать свой досуг. - Рост охвата учащихся школы в спортивных секциях.

Цель программы:

Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, содействие раскрытию физических данных учащихся.

Задачи:

1. Формирование стремления к здоровому образу жизни, к физическому развитию, и осознания здоровья как одной из главных жизненных ценностей.
2. Воспитание негативного отношения к вредным привычкам.
3. Активная и широкая пропаганда ЗОЖ.
4. Совершенствование спортивно-оздоровительной работы: увеличение количества внеурочных спортивных объединений, привлечение учащихся к занятиям в школе и вне ее, подготовка сборных команд школы по различным видам спорта, организация и проведение спортивных мероприятий и праздников.
5. Укрепление здоровья детей и утверждение в их сознании преимущества ведения здорового образа жизни.
6. Создание дружеской атмосферы взаимопомощи, доверия, доброжелательного и открытого общения детей друг с другом и с педагогами.
7. Установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями города по вопросам профилактики заболеваний.

Деятельность по реализации программы предполагает:

Работа по программе физкультурно - спортивного воспитания предполагает целый комплекс мер, направленных на создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся, содействие раскрытию физических данных учащихся.

1. Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий в спортивных секциях.
2. Проведение разнообразных спортивных праздников, состязаний, игр, Дней Здоровья.
3. Проведение утренней гимнастики.
4. Динамические паузы во время учебных занятий.
5. проведение ежегодной школьной спартакиады.
6. Проведение ежегодного конкурса "Спортивный класс года".
7. Соблюдение режима проветривания.
8. Рост количества школьных спортивных секций и привлечение в них большего числа учащихся..
9. Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев.
10. Организацию экскурсий, походов, прогулок.
11. Соблюдение единого двигательного режима.
12. Пропаганду ЗОЖ детей и подростков.
13. Организация спортивных мероприятий в каникулярное время.
14. Привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения города к проблемам формирования и ведения ЗОЖ.

В реализации программы принимают участие:

- учащиеся школы;
- педагогический коллектив;
- родители;
- медицинские работники;
- специалисты центра «Психолог +».

Основные направления деятельности и предполагаемые формы работы

1. Учет состояния здоровья детей.

- ✓ Анализ медицинских карт учащихся.
- ✓ Определение групп здоровья.
- ✓ Учет посещаемости занятий.
- ✓ Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся.

- ✓ Организация работы спортивных секций.
- ✓ Работа тренажерного зала.
- ✓ Уроки ритмики.
- ✓ Динамические паузы и физкультминутки.
- ✓ Утренняя зарядка.
- ✓ Организация подвижных перемен.
- ✓ Дни Здоровья (не реже 1 раза в четверть).
- ✓ Сотрудничество с бассейном.
- ✓ Организация спортивных мероприятий в каникулярное время.

3. Урочная и внеурочная работа.

- ✓ Открытые уроки учителей физкультуры и ОБЖ.
- ✓ Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.

- ✓ Спортивные секции и кружки:

- баскетбол
- волейбол
- легкая атлетика
- спортивные игры
- дзюдо
- футбол
- подвижные игры
- ориентированный туризм

4. Основные направления пропаганды здорового образа жизни.

- ✓ Тематические классные часы, лекции, беседы, познавательные игры, агитбригады, конкурсы, акции.
- ✓ Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения, алкоголизма.
- ✓ Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.
- ✓ Пропаганда физической культуры и ЗОЖ через уроки биологии, химии, экологии, ОБЖ. Физической культуры.

5. Конкурсы.

- ✓ «Самый спортивный класс»
- ✓ «Спортсмен года»

6. Соревнования и спортивные праздники

- ✓ Школьная спартакиада 1-4 классы
- ✓ Школьная спартакиада 5-11 классы

- ✓ Дни здоровья
- ✓ Военно-спортивная игра "Зарница"
- ✓ "А ну-ка, парни!"
- ✓ Дни рекордов

7. Участие в городских соревнованиях и спортивных праздниках

- ✓ "Папа, мама, я - спортивная семья"

8. Профилактика заболеваний учащихся

- ✓ организация медицинского всеобуча
- ✓ организация медицинского обследования
- ✓ соблюдение гигиенических норм и правил
- ✓ санитарное просвещение учащихся, родителей и педагогов
- ✓ выпуск санитарных бюллетеней

9. Тематика классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни:

1-4 классы

- ✓ Цикл бесед "Гигиена школьника"
- ✓ Чтобы зубы не болели
- ✓ Берегите свои глаза
- ✓ О хороших привычках
- ✓ Умеем отдыхать
- ✓ Загадки доктора Неболита
- ✓ Ты и телевизор, компьютер
- ✓ Твой режим дня
- ✓ Не видать грязнулям счастья
- ✓ Как уберечь себя от беды
- ✓ Наше здоровье в наших руках
- ✓ Инструктажи по предупреждению травматизма (ПДД, правила ТБ)
- ✓ Занятия по профилактике табакокурения и наркомании

5-7 классы

- ✓ Цикл бесед "Гигиена школьника"
- ✓ Здоровые привычки - здоровый образ жизни
- ✓ Я здоровье берегу - сам себе и помогу
- ✓ Кто наши враги?
- ✓ О спорт, ты - мир!
- ✓ Режим питания
- ✓ Вредные привычки и борьба с ними
- ✓ Сегодня моден ЗОЖ
- ✓ Особенности влияния никотина и других вредных веществ на организм человека
- ✓ Сотвори себя сам
- ✓ Нет наркотикам
- ✓ О ВИЧ - инфекции
- ✓ Занятия по профилактике наркомании

8-11 классы

- ✓ Цикл бесед "Гигиена умственного труда"
- ✓ Зависимость здоровья человека от окружающей среды
- ✓ Вредные привычки и здоровье человека
- ✓ Здоровье человека 21 века
- ✓ Гармония тела и духа
- ✓ Умей управлять собой
- ✓ Половое просвещение
- ✓ Суд над наркоманией
- ✓ Исцели себя сам
- ✓ Экзамены без стресса
- ✓ Сделай правильный выбор
- ✓ Разговор на чистоту
- ✓ Внимание - СПИД!
- ✓ Не оборви свою песню

10. Тематика родительских собраний по проблеме формирования ЗОЖ

- ✓ Здоровье ребенка в руках взрослых
- ✓ Здоровая семья, нравственные аспекты
- ✓ На контроле - здоровье детей
- ✓ Режим труда и учебы
- ✓ Физическое воспитание детей в семье
- ✓ Алкоголизм, семья, дети
- ✓ Табак и здоровье
- ✓ Вредные привычки у детей
- ✓ Подготовка к экзамену. Как противостоять стрессу
- ✓ Вопросы которые волнуют всех
- ✓ Эти трудные подростки
- ✓ Взрослые проблемы наших детей
- ✓ Курение и статистика
- ✓ СПИД - реальность и миф
- ✓ Наркотики в зеркале статистики
- ✓ Пивной алкоголизм
- ✓ Нецензурная брань - это тоже болезнь

План работы по здоровому образу жизни и физическому воспитанию учащихся в рамках программы «Здоровье» на 2018 – 2019 учебный год

Цель: Повышение социальной активности, активизации занятий физической культурой и спортом во внеурочное время, а также контроль за уровнем физической подготовленности детей и подростков.

Задачи:

1. Оздоровительные задачи:

- Охрана жизни, борьба с заболеваемостью, закаливание;
- Гармоничное развитие всех систем организма, расширение его функциональных возможностей, формирование правильной осанки, развитие двигательных способностей: быстроты, ловкости, силы, выносливости.

2. Образовательные задачи:

- Прививать навыки личной и общественной гигиены;
- Формирование жизненно-необходимых двигательных умений и навыков;
- Формировать первоначальные теоретические знания, связанные с занятиями физическими упражнениями

3. Воспитательные задачи:

- Воспитание морально-волевых качеств;
- Содействие умственному, нравственному, эстетическому и трудовому воспитанию.

Разделы и их содержания	Сроки	Ответственные за выполнение
ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА		
составление и утверждение документов планирования по физическому воспитанию: плана работы школы и плана графика на учебный год рабочей программы, тематических планов на четверть	Сентябрь	Учителя физкультуры
2. обсуждение на совещании при директоре порядка проведения гимнастики до занятий во всех классах, физкультминутки	Август	Руководитель ШМО
3. Проведение семинара для учителей начальных классов по вопросам организации оздоровительных мероприятий в режиме дня, планирование и проведение внеклассной работы с младшими школьниками	Сентябрь	Руководитель ШМО
4. беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики до занятий, физкультминутки	Ноябрь	Классные руководители
5. Составление расписания секций	До 5 сентября	Руководитель ШМО
УЧЕБНАЯ РАБОТА		
Проведение уроков физической культуры анализ ЗУН по итогам тестирования	В теч. года Сентябрь, декабрь	Учителя ФК Руководитель ШМО Учителя

участие в школьной олимпиаде по физической культуре индивидуальная работа с детьми участие в городской олимпиаде - дифференцированный зачет по физической культуре для учащихся 9,11 классов	Май	физкультуры
ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РЕЖИМЕ ДНЯ		
проведение утренней гимнастики до учебных занятий проведение физкультминуток на общеобразовательных уроках в 1 – 11 классах проведение подвижных перемен	ежедневно ежедневно ежедневно	Классные руководители Старосты класса Учителя ФК
ФИЗКУЛЬТУРНО МАССОВАЯ РАБОТА ВО ВНЕУРОЧНОЕ ВРЕМЯ		
- проведение дня здоровья - проведение занятий в спортивных секциях: баскетбола, волейбола, туризма, легкой атлетики, полиатлона, подвижных игр - проведение спортивных мероприятий в школе - участие в городской спартакиаде и соревнованиях по отдельным видам спорта - проведение семинаров судей (совет старшеклассников) перед соревнованиями на первенство школы	Не реже 1 раза в четверть В течении учебного года Согласно календарю соревнований Перед соревнованиями	Учителя ФК
ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ И МЕДИКО-САНИТАРНЫЙ НАДЗОР		
проведение медицинского осмотра учащихся и распределение их по медицинским группам контроль за состоянием здоровья учащихся специальных медицинских групп заполнение в учебных журналах листка здоровья наблюдение за ростом физических качеств учащихся проведение тестов анализ эффективности и систематичности уроков физкультуры контроль за санитарно-гигиеническими требованиями к местам занятий санитарно-просветительская работа среди учащихся по знанию правил личной гигиены и оказанию первой медицинской помощи при травмах	Сентябрь Ежемесячно Сентябрь, январь Сентябрь, май В течение года В течение года В течение года	Мед работник школы Учителя ФК Мед работник Администрация мед. работник Мед работник Учителя ФК
АГИТАЦИОННАЯ ПРОПАГАНДИТСКАЯ РАБОТА		

оформление уголка физической культуры, стендов с грамотами		Коробейникова Е.В.	
оформление стенда о спортивных рекордах школы			
оформление стенда новости спорта			
РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ			
<u>1. лекторий</u> 1) правильное питание 2) распорядок дня и двигательный режим школьника 3) о ЗОЖ <u>2. консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливание и укрепление их здоровья</u> <u>3. приглашение родителей на спортивные соревнования, "Дни здоровья"</u>	7 – 9 классы 1 – 6 классы 10 – 11 классы 30 числа каждого месяца В течение года	Мед работник Классные руководители	
ХОЗЯЙСТВЕННАЯ РАБОТА			
ремонт спортивного инвентаря, оборудования	В течение года		
оборудование тренажерного зала			
ПЛАН СПОРТИВНО МАССОВОЙ РАБОТЫ РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ "ЗДОРОВЬЕ"			
День здоровья	1 – 11 классы	Сентябрь	Учителя физкультуры
Баскетбол	5-11 классы	Октябрь-ноябрь	Караваев С.И.
Волейбол	9 – 11 классы	март	Фещенко А.В.
Мини – футбол	5 – 11 классы	Апрель	Фещенко А.В. Караваев С.И.
Пионербол	5-8 классы	март	Фещенко А.В.
Снайпер	5 – 7 классы 1-4	Февраль	Фещенко А.В. Караваев С.И. Трунова Т.А.
День Здоровья	5 – 11 классы	Февраль	Караваев С.И. Фещенко А.В. Трунова Т.А. Коробейникова Е.В.
День Здоровья	5 – 11 классы	Апрель	Караваев С.И. Фещенко А.В. Трунова Т.А. Коробейникова Е.В.
Бабочки и шмели	1 – 4 классы	Октябрь	Коробейникова Е.В.
Снайпер	1 – 4 классы	Ноябрь	Коробейникова Е.В.
Мини – лапта	3 – 4 класс	Ноябрь	Коробейникова Е.В.
Снайпер	3 – 4 классы	Декабрь	Коробейникова Е.В.
Лыжные гонки	1 – 4 классы	Январь	Учителя ФК

А ну-ка, парни!	9-11 классы	Февраль	Учителя ФК
Легкая атлетика	3 – 4 классы	Апрель – май	Коробейникова Е.В.
Дни здоровья	1 – 11 класс	В течение года 1 раз в четверть	Учителя ФК
МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА			
1. проведение заседаний ШМО			
2. методические семинары			
3. круглые столы			
4. работа по преемственности – Взаимо посещение уроков Посещение занятий д/с Помощь в проведение соревнований для д/с Открытые уроки			
5. посещение ГМО и открытых уроков			
ПОДГОТОВКА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО АКТИВА			
Провести семинар с физорганами классов		1 раз в четверти	Коробейникова Е.В.
Провести семинар судей накануне соревнований школьной спартакиады		Накануне соревнований	Караваяев С.И
Провести совещание актива старшеклассников по организации и проведению "Дня здоровья"		1 раз в четверть	Учителя ФК