

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБОУ Сепской ООШ

И.В.Тронин

« » 2022

ПЛАН

спортивно – массовой и физкультурно - оздоровительной работы МБОУ Сепской ООШ на 2022 -2023 уч.г.

Цель: пропаганда физической культуры и спорта, укрепление и сохранение здоровья обучающихся, формирование потребности здорового образа жизни.

Задачи, решаемые в процессе работы:

- Воспитательные: ценностно – мотивационное отношение к физкультурной и спортивной деятельности как неотъемлемому компоненту здорового стиля жизни.
- Оздоровительные: повышать работоспособность и укреплять здоровье, выработать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды.
- Нравственные: воспитывать честность, трудолюбие, ответственность, отзывчивость, толерантность, взаимопомощь.
- Патриотические: развивать чувство гордости за свою Родину, область, город, школу.

№ п/п	Содержание мероприятий	Срок выполнения	Ответственные за выполнения
1	2	3	4
1. ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ В РЕЖИМЕ УЧЕБНОГО ДНЯ			
1.	Обсудить на совещании при директоре порядок проведения физкультминуток на уроках, подвижных перемен, оздоровительных мероприятий в ГПД и внедрения утренней гимнастики в быт каждого школьника.	до 01.09.	Тронин И.В., Учитель физкультуры.
2.	Провести в классах беседы о режиме дня школьника, значении физкультурно-оздоровительных мероприятий для укрепления растущего организма учащихся и порядке их проведения в школе.	до 10.09.	Классные руководители, воспитатель ГПД.
3.	Проводить подвижные перемены, физкультминутки, «спортивный час» в ГПД ежедневно.	с 03.09.	учителя, воспитатели ГПД
4.	Провести семинар для воспитателей ГПД по вопросам организации «Спортивного часа», физкультминут и физкультпауз во время	до 05.09	Васильева О.В.

	во время выполнения домашних занятий.		
5.	Разучивать на уроках физкультуры комплексы упражнений утренней гимнастики и гимнастики до занятий.	В течение года	Учитель физкультуры.
II. УЧЕБНАЯ РАБОТА			
1.	Составитель план-график прохождения учебного материала на учебный год для каждого класса и календарные планы для специальных медицинских групп.	до 30.08. и до начала каждой четверти	Учитель физкультуры
2.	Проверить и утвердить учебные планы.	до начала каждой четверти	Тронин И.В.
3.	Распределить обучающихся по медицинским группам. Составить списки обучающихся, отнесенных к СМГ. Организовать работу СМГ.	до 15.09.	Владыкина А.Г.
4.	Провести контрольные испытания по тестам для определения уровня физической подготовленности школьников	сентябрь, май	Учитель физкультуры
5.	Провести мониторинг уровня физической подготовленности учащихся 1-9 классов	сентябрь, май	Васильева О.В.
6.	Проанализировать динамику роста показателей и с учётом этого вести индивидуальную работу по повышению физической подготовленности обучающихся /на уроках, в группах ОФП, давать домашние задания на развитие физических качеств/.	В течение года	Учитель физкультуры
7.	Проводить работу со способными детьми для подготовки и участия в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях	В течение года	Учитель физкультуры
8.	Провести занятия по программе «Полезные привычки», «Полезные навыки»	В течение года	Учитель физкультуры
9.	Использовать средства ИКТ на уроках физкультуры, элективных курсах	В течение года	Учитель физкультуры
III. ВНЕКЛАССНАЯ РАБОТА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ			
а) организационная работа с физкультурным активом			
1.	Выбрать физоргов по проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий.	до 05.09.	учитель физкультуры, классные руководители
2.	Провести выборы Советника по физической культуре.	до 15.09.	Самоуправление
3.	Оказывать методическую помощь органам самоуправления в работе /составлении плана работы, подготовке заседаний, проведении внеклассной работы в школе и по месту жительства обучающихся и др./	Постоянно	Учитель физкультуры.
4.	Назначить и провести подготовку судей по	сентябрь	учитель

	спорту для проведения внешкольных соревнований и инструкторов-общественников.		физкультуры
б) физкультурно-спортивная работа в классах и секциях			
1.	Организовать работу кружков и секций.	с 02.09	Васильева О.В.
2.	Составить расписание занятий кружков и спортивных секций.	с 02.09	Селиверстова Т.П., Васильева О.В.
3.	Направить сильнейших спортсменов заниматься в ДЮСШ, спортивные секции, Дома творчества юных. Постоянно поддерживать связь с тренерами и осуществлять контроль за посещением занятий.	с 02.09	Васильева О.В.
IV. ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫЕ СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
Провести дни здоровья и спорта			
1.	День здоровья.	сентябрь	Селиверстова Т.П., Васильева О.В.
2.	Олимпиада по физической культуре	октябрь	Васильева О.В. классные руководители
3.	Подвижная игра «перестрелки»	ноябрь	Учитель физкультуры
4.	Мини - волейбол	декабрь	Учитель физкультуры
5.	Чудо Шашки	январь	Ботало О.Б. Васильева О.В.
6.	Белая ладья	февраль	Ботало О.Б. Васильева О.В.
7.	Биатлон	март	Ботало О.Б. Васильева О.В. классные руководители
8.	Лыжные гонки	февраль	Селиверстова Т.П., Васильева О.В.
9.	Веселые старты	февраль	Селиверстова Т.П., Васильева О.В.
10.	Волейбол	Март	Учитель физкультуры
11.	Всемирный День здоровья.	апрель	Учитель физкультуры
12.	День здоровья	май	Учитель физкультуры.
14.	Участие в районных соревнованиях.	Согласно календарю	Учитель физкультуры
V. РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ, УЧАЩИМИСЯ. УЧАСТИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ШКОЛЬНИКОВ.			
а) работа с родителями:			
1.	Ознакомить родителей учащихся с	сентябрь	Учитель

	требованием программы по физическому воспитанию, требованиями к двигательному режиму школьников.		физкультуры.
2.	Провести беседы и лекции для родителей: о значении утренней гимнастики, физкультминуток во время приготовления домашних заданий, режима дня школьников, ЗОЖ; о правилах личной гигиены и осанке школьников; о необходимости обучения детей плаванию и мерах безопасности на воде	В течение года	Мед.работник, классные руководители, учитель физкультуры,
3.	Проводить консультации для родителей по вопросам физического воспитания школьников в семье, закаливанию детей и укреплению их здоровья.	В течение года	Мед.работник, Учитель физкультуры
4.	Приглашать родителей на открытые уроки физ. культуры, спортивные праздники и вечера; организовать для них кинолекторий на медицинские и спортивные темы.	В течение года	Селиверстов Т.П. классные руководители.
5.	Контроль родителей за выполнением обучающимися режима дня и домашних заданий по физкультуре.	Ежедневно	Родители обучающихся
б/ участие педагогического коллектива в организации физического воспитания учащихся			
1.	Применять ЗОЖ технологии на уроках: следить за осанкой обучающихся, проведением физкультминуток и гимнастики до занятий, гимнастики для глаз, проветриванием классов на переменах: выполнением обучающимися правил личной и общественной гигиены.	В течение года	Все учителя
2.	При прохождении отдельных тем по биологии, анатомии, физики, химии и др. предметов, тесно связывать их изучение с вопросами физического воспитания планировать социально – ориентированные уроки по пропаганде ЗОЖ и профилактике употребления ПАВ	В течение года	Все учителя
3.	Добиваться 100% охвата обучающихся физкультурными занятиями во внеурочное время.	В течение года	Классные руководители
VI. АГИТАЦИОННО-ПРОПАГАНДИСТСКАЯ РАБОТА			
1.	Оформить уголок физической культуры.	до 20.10.	Учитель физкультуры
2.	Организовать беседы по классам о гигиене школьника, правилах закаливания, воспитании правильной осанки, двигательном режиме уча-ся, физической культуре в жизни знаменитых людей и др.	В течение года	Мед.работник, учитель физкультуры, классные руководители
6.	Подготовить информационный материал для школьного веб сайта.	В течение года	Лекомцева И.М.
VII. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ			

1.	Провести углубленный мед. осмотр обучающихся. Результаты обсудить на совещании при директоре и на родительском собрании.	Сентябрь	Мед.работник,
2.	По результатам медосмотра распределить учащихся по специальной и подготовительной группам.	до 15.09.	Васильева О.В. Мед.работник,
3.	Вести постоянный контроль за состоянием здоровья детей СМГ, организации питания детей в школьной столовой, врачебно-педагогический контроль за проведением учебных и внеклассных занятий, гигиеническим состоянием мест занятий.	В течение года	Тронин И.В. Мед.работник,
4.	Провести уроки здоровья по пропаганде ЗОЖ и профилактике употребления ПАВ.	В течение года	Классные руководители
VIII. УКРЕПЛЕНИЕ СПОРТИВНОЙ БАЗЫ ШКОЛЫ			
1.	Подготовить спортивные сооружения к началу учебного года.	до 20.08	Учитель физкультуры
2.	Приобрести спортивный инвентарь	По заявке	Тронин И.В.
3.	Оборудовать спортплощадку	до 01.09	Васильева О.В.
4.	Проводить текущий ремонт спортивного и инвентаря.	Постоянно	Учитель физкультуры
5.	Пополнить методический кабинет учителя физической культуры дидактическим материалом (учебными карточками и плакатами, литературой и т.д.).	В течение года	Учитель физкультуры