

**ПЛАН**  
**организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы**  
**в ГБОУ ЛО «Лесобиржская школа-интернат»**  
**на 2023 -2024 учебный год**

**Цель физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе:**

- Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков и пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

- ✓ воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом;
- ✓ воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха;
- ✓ воспитание у обучающихся бережного отношения к своему здоровью;
- ✓ обучение нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;
- ✓ содействие физическому развитию школьников, укрепление здоровья, закаливание организма, профилактика наиболее распространенных заболеваний.

**Ожидаемые результаты:**

формирование отношения учащихся и родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на следующих этапах жизни.  
повышение уровня физического, умственного, психического, социального здоровья всех участников учебно-воспитательного процесса.

**Циклограмма физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе.**

| № | Мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Дата проведения                                                                                     | Ответственные за выполнение                                                  |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | <i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:</i><br>Обсудить на педсовете (или совещании при директоре) порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах.<br><br>Провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток.<br>Проводить подвижные игры и занятия физическими упражнениями на больших переменах.<br>Проводить физкультминутки на уроках и других занятиях.. | <i>Конец августа</i><br><br><i>Октябрь - ноябрь</i><br><br><i>Ежедневно</i><br><br><i>Ежедневно</i> | Зам. директора по ВР<br><br>Классные руководители<br><br>Учителя-предметники |
| 2 | <i>Спортивная работа в классах и секциях:</i><br>Составление расписания занятий кружков и секции<br>В классах назначить физоргов ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах и организующих команды для участия в соревнованиях.<br>Организация «часов здоровья».<br>Классные часы «здоровый образ жизни».                                                                                                                                                         | <i>Сентябрь</i><br><br><i>До 15 сентября</i><br><br><i>Еженедельно</i>                              | Зам. директора по ВР<br><br>Классные руководители                            |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                |                                                         |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------|
| 3 | <p><i>Внеурочная работа в школе:</i><br/> Соревнования по Мини-футболу<br/> Осенний кросс<br/> «Веселые старты» среди начальных классов<br/> Турнир по волейболу<br/> «Безопасное колесо»<br/> Весенняя эстафета<br/> Соревнования внутри классов и спортивной секции<br/> Дни здоровья</p>                                                                                                                                                                                                                  | В течение года | Учитель физкультуры                                     |
| 4 | <p><i>Участие в соревнованиях</i><br/> Соревнования по мини-футболу<br/> Легкоатлетический кросс<br/> Волейбол<br/> Лыжные гонки<br/> И многое другое</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | В течение года | Учитель физкультуры                                     |
| 5 | <p><i>Агитация и пропаганда:</i><br/> Организовать проведение бесед и лекций по классам на темы:<br/> «утренняя гимнастика школьника», «гигиена школьника», «отказ от вредных привычек».<br/> • выпуски информационных бюллетеней о спортивных событиях на сайте школы<br/> • проведение спортивных праздников и соревнований;<br/> • беседы о здоровом образе жизни; классные часы «здоровый образ жизни»<br/> • профилактика употребления психоактивных веществ</p>                                        | В течение года | <p>Классные руководители</p> <p>Учитель физкультуры</p> |
| 6 | <p><i>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:</i><br/> Всеобучи для родителей на темы: «личная гигиена школьника», «распорядок дня и двигательный режим школьника», «воспитание правильной осанки у детей».<br/> Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье, закаливания и укрепления их здоровья.<br/> Вовлечение учителей и родителей в участие в спортивных мероприятиях и занятием различным видом спорта.<br/> Посещение родительских собраний.</p> | В течение года | <p>Зам. директора по ВР</p> <p>Учитель физкультуры</p>  |
| 7 | <p><i>Подготовка физкультурного актива:</i><br/> Инструктаж физоргов, помощников судей, секретарей, инструкторов-общественников;<br/> Проведение семинаров и инструктажей судей накануне соревнований на первенство школы.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                               | В течение года |                                                         |

## Календарный план спортивных мероприятий на 2021 – 2022 учебный год

| <i>№</i> | <i>Спортивные мероприятия</i>                                    | <i>Класс</i>  | <i>Дата</i>     | <i>Место проведения</i>          | <i>Ответственные</i>              |
|----------|------------------------------------------------------------------|---------------|-----------------|----------------------------------|-----------------------------------|
| 1.       | Л/а кросс «Золотая осень»                                        | 1 – 11 кл.    | 21 сентября     | Школьный стадион                 | Сафронова Н.А.<br>Алексеев Ю.И.   |
| 2.       | «День здоровья» посвященный Всероссийскому «Дню туризма»         | 5 – 11 кл.    | 28 сентября     | Спортзал, «Карьеры»              | Сафронова Н.А.<br>Алексеев Ю.И.   |
| 3.       | Соревнования СОЛО «Спорт для всех» (дартс, бочче)                | Сборная школы | 6 октября       | Всеволожский район, г. Сертолово | Алексеев Ю.И.<br>Денисова Е.Э.    |
| 4.       | Неделя баскетбола                                                | 5 – 11 кл.    | 18-22 октября   | Спортзал,                        | Алексеев Ю.И.                     |
| 5.       | Неделя здоровья «Веселые старты»                                 | 3 – 11 кл.    | 15-19 ноября    | Спортзал школы                   | Сафронова Н.А.<br>Алексеев Ю.И.   |
| 6.       | Чемпионат школы по гимнастике                                    | 5 - 11 кл.    | 13 - 17 декабря | Спортзал                         | Сафронова Н. А.<br>Алексеев Ю.И.  |
| 7.       | Открытие лыжного сезона                                          | 1-11 кл.      | 1 февраля       | Стадион                          | Алексеев Ю.И.                     |
| 8.       | Армрестлинг                                                      | 5– 11 кл.     | 14-18 Февраля   | Спортзал                         | Алексеев Ю.И.                     |
| 9.       | «А ну-ка, парни!» посвященный дню Защитника Отечества            | 5– 11 кл.     | 18 февраля      | Спортзал                         | Сафронова Н. А.<br>Алексеев Ю.И.  |
| 10.      | «День здоровья» по зимним видам спорта                           | 1 - 11 кл.    | 1 марта         | Стадион                          | Алексеев Ю.И.                     |
| 11.      | Чемпионат школы по прыжкам в высоту                              | 5 – 11 кл.    | 14-18 марта     | Спортзал                         | Алексеев Ю.И.                     |
| 12.      | Чемпионат школы по волейболу и пионерболу                        | 6 - 11 кл.    | 18-24 апреля    | Спортзал                         | Сафронова Н. А.<br>Алексеев Ю.И.  |
| 13.      | Легкоатлетическая эстафета<br>Посвященная «Дню Победы».          | 5 – 11 кл.    | 6 мая           | Территория школы-интерната       | .Сафронова Н. А.<br>Алексеев Ю.И. |
| 14.      | Спартакиада по летним видам спорта                               | 5 – 11 кл.    | 20 мая          | Школьный стадион                 | Сафронова Н. А.<br>Алексеев Ю.И.  |
| 15.      | Торжественное награждение по подведению итогов спортивного года. | 5 -11 кл.     | 24 мая          | Спортзал                         | Сафронова Н. А.<br>Алексеев Ю.И.  |