

**Организация спортивно-массовой работы ШСК «Олимпия»  
за 2022-2023 учебный год**

**Цель работы** - содействие всестороннему развитию личности на основе овладения каждым учеником личной физической культурой, воспитание положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности как элемента здорового образа жизни учащихся.

**Задачи:**

- Формирование у школьников умения использовать средства физической культуры для отдыха и досуга, для укрепления здоровья, для противостояния стрессам. Формировать представления о престижности высокого уровня здоровья.
- Развитие координационных способностей путем освоения новых двигательных действий и применять их в различных условиях.
- Проводить работу по разностороннему развитию кондиционных (силы, выносливости, быстроты, гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения и согласования двигательных действий, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости), а также их сочетания.
- Формировать потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта, формировать адекватную самооценку, воспитывать такие нравственные и волевые качества личности, как коллективизм, целеустремленность, выдержка, самообладание.

**Основные направления работы:**

- использование новых педагогических технологий на уроках физической культуры для повышения качества двигательных умений, навыков и теоретических знаний учащихся; - технологии физического и эстетического развития детей;

- методы сохранения здоровья учащихся в школе и семье.

Уроки физической культуры проводились по 3 часа в неделю, в полном соответствии с требованиями учебной программы по физическому воспитанию. На уроке выбирались такие формы, методики и технологии проведения урока, которые были бы эффективны, посильны и интересны для детей.

Индивидуальный подход осуществляется следующим образом: подбор упражнения и дозировка нагрузки с учетом состояния здоровья, типа телосложения, развития двигательных качеств школьника (например, при выполнении упражнения в подтягивании на перекладине можно изменить вид хвата и высоту подтягивания).

Особенно интересно ребятам обучение на основе соревновательных и игровых технологий, которые попутно помогают решать проблемы здоровьесбережения и социализации. В игре и через игровое общение у растущего ребёнка проявляется и формируется адекватное мировоззрение, потребность воздействовать на мир, правильно воспринимать происходящее. Именно в игре, независимо от сознания ребенка, работают различные группы мышц, что также благотворно влияет на здоровье. Из огромного разнообразия игр выбираются те, которые помогают решить задачи конкретного урока.

**Занятость обучающихся физкультурно-спортивной направленности ОДОД**

	Всего учащихся в школе	Всего учащихся в ОДОД физкультурно-спортивной направленности
Начальная школа	419	60
Средняя школа	417	186
Старшая школа	105	6
Всего обучающихся	941	252

**Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия школы**

Цель: формирование сознательного отношения к здоровому образу жизни, вовлечение учащихся в систематический процесс занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

1. формирование у учащихся культуры здорового образа жизни, навыков сохранения собственного здоровья;
2. реализация дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ физкультурно-спортивной направленности;
3. организация различных форм активного спортивно-оздоровительного отдыха учащихся;
4. комплектование и подготовка команд учащихся по различным видам спорта для участия в муниципальных, районных и городских соревнованиях.

Ожидаемые результаты:

1. Рациональное использование внеурочного времени, укрепление здоровья и профилактика заболеваний, разностороннее физическое развитие учащихся;
2. Участие в спортивно-массовых мероприятиях;
3. Улучшение спортивных достижений учащихся.

№ п/п	Название соревнований	Участники	Сроки проведения	Ответственные	Примечание
1.	Президентские спортивные игры (школьный этап)	2006-2007 2008-2009 2010-2011 г.р.	Сентябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Киселёва А.Ю. Нечушкин О.А.	Лёгкая атлетика (Бег 30,60 м, бег 600/800 м, метание малого мяча на дальность)
2.	Президентские спортивные состязания(школьный этап)	5-11 классы	Сентябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Киселёва А.Ю. Нечушкин О.А.	Спортивное многоборье (Бег 30,60,100 м, бег 1000 м сгибание и разгибания рук в упоре «лёжа», подъем туловища из положения «лёжа на спине», подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения «сидя», легкоатлетическая эстафета.
3.	Спортивное многоборье	5-11 классы	Сентябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Киселёва А.Ю. Нечушкин О.А.	Сдача нормативов (в начале учебного года) на уроках (Лёгкая атлетика, силовой комплекс)
4.	Спортивное многоборье	1-4 классы	Сентябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Киселёва А.Ю. Нечушкин О.А.	Сдача нормативов (в начале учебного года) на уроках (Лёгкая атлетика, силовой комплекс)
5.	Проведение школьного этапа Олимпиады по физической культуре	5-11 классы	Октябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Нечушкин О.А.	Теоретический этап Практический этап
6.	Спортивный батл «Сильные, спортивные!»	1-4 классы	Октябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю.	Проведение на уроках, у каждого класса отдельно спортивных заданий на время.

				Нечушкин О.А.	По результатам соревнований будет выявлен самый спортивный класс.
7.	ОНЛАЙН-СОРЕВНОВАНИЯ по общей физической подготовке	9-11 классы	Ноябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Нечушкин О.А.	<p>Принципы проведения соревнований:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● выполнение участником спортивного задания (упражнений) в домашней обстановке с соответствующим документированием процесса (видео).</li> <li>● дистанционная судейская оценка выполнения спортивного задания на основании полученных по E-mail материалов от участников, выявление лучших и публикация результатов соревнований;</li> <li>● соблюдение участником требований, прописанных в Регламенте (регламент будет позже).</li> </ul>
8.	Баскетбол	5-8 классы	Ноябрь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Нечушкин О.А.	Проведение на уроках, у каждого класса отдельно. По результатам соревнований будет выявлен самый спортивный класс.
9.	Танцевальный спорт «Ритм жизни»	1-4 классы	Декабрь	Анциферова А. А.	Проведение флэшмоба у каждого класса в разное время. После проведения встреч с каждым классом создаётся общий видео ролик с танцевальной композицией.
10	Мама, папа, я – спортивная семья!	5-8 классы	Декабрь	Александрова Д.Ю. Нечушкин О.А. Попович А.И.	Снять фото или видео о том как вы занимаетесь спортом вместе с семьёй, предоставить пояснения. Присылать на почту: 1) <a href="mailto:anciferova@school-12.com">anciferova@school-12.com</a> 2) либо сдать своему учителю.
11	Чек - лист со спортивными заданиями	1-7 классы	Январь	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю.	Выполнение заданий на уроках ФК
12	Военные сборы «Служу Отечеству!»	8-11 классы	Февраль	Нечушкин О.А. Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Попович А.И.	Проведение экспресс теста на навыки военного.  Выполнить контрольные нормативы на уроках, каждый класс отдельно

13	Пионербол	5-6 классы	Февраль	Нечушкин О.А. Анциферова А. А. Александрова Д.Ю.	Проведение на уроках, у каждого класса отдельно. По результатам соревнований будет выявлен самый спортивный класс.
14	Конкурс «Поддержи нас!»	7-11 классы	Февраль- Март	Нечушкин О.А. Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Попович А.И.	Выявление лучшей группы поддержки на соревнованиях (каждый класс отдельно, предоставляет видео своего выступления) Приветствуются танцевальные связки, плакаты, кричалки, лозунги в честь поддержки своего класса.
15	Волейбол	7-11 классы	Март	Попович А.И. Нечушкин О.А. Анциферова А. А. Александрова Д.Ю.	Проведение на уроках, у каждого класса отдельно. По результатам соревнований будет выявлен самый спортивный класс.
16	Масленица	1-7 класс	Март	Попович А.И. Нечушкин О.А. Анциферова А. А. Александрова Д.Ю.	Проведение развлекательного мероприятия в игровом режиме по станциям.
17	Смотр строя и песни	1-6 класс	Апрель- Май	Попович А.И. Нечушкин О.А. Анциферова А. А. Александрова Д.Ю.	Подготовка и проведение военно-патриотического конкурса ко Дню Победы в ВОВ.
18	Спортивное многоборье	5-11 классы	Апрель	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Попович А.И. Нечушкин О.А.	Сдача нормативов (по итогам учебного года) на уроках (Лёгкая атлетика, силовой комплекс)
19	Спортивное многоборье	1-4 классы	Май	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Попович А.И. Нечушкин О.А.	Сдача нормативов (по итогам учебного года) на уроках (Лёгкая атлетика, силовой комплекс)
20	Фестиваль ЗОЖ «Я могу!»	1-11 классы, педагогич еский состав	Май	Анциферова А. А. Александрова Д.Ю. Попович А.И. Нечушкин О.А.	Проведение развлекательного мероприятия в игровом режиме по станциям.

#### Районные, городские соревнования:

- 1) Кожаный мяч (футбол) 2009-2010 г.р. (район)
- 2) Мини-футбол в школу (футбол) 2009-2010 г.р. (район)
- 3) «Весенняя эстафета» (7-11 классы), (район)

- 4) Президентские спортивные игры, (2010-2011, 2009-2008, 2007-2006), (район) вид спорта: Стритбол, легкоатлетическая эстафета, волейбол, настольный теннис, плавание.
- 5) Президентские спортивные состязания (5 а, 6 а, 7 в, 8 в, 9 а классы), (район) вид спорта: легкоатлетическая эстафета, многоборье.
- 6) Сдача нормативов ГТО 2-11 классы(район)
- 7) Олимпиада по ФК(5-11 классы), (школа, район)
- 8) Соревнования допризывной молодёжи 2022/2023 (9-11 классы) (район)
- 9) Военно-патриотический слёт – 2023 (10 классы) (район)

**Выводы:**

1. Все спортивные мероприятия, запланированные в течение 2022-2023 учебного года проведены согласно плана.
2. Продолжить работу с детьми, которые посещают группы дополнительного спортивного направления.
3. Массовые спортивные мероприятия, проведенные в течение учебного года, положительно влияли на формирования здорового образа жизни учащихся школы.