



Утверждаю:
Директор школы
С.Н.Рязанцева

План спортивно-оздоровительной работы

МБОУСОШ с. Тимирязево

Башмаковского района

2022 -2023 учебный год

Цель – создание системы пропаганды здорового образа жизни через расширение спектра физкультурно-массовой, спортивной, просветительской и оздоровительной деятельности для учащихся и педагогов школы, жителей микрорайона и других представителей социума.

Задачи:

1. Изучить потребности учащихся и жителей микрорайона в различных видах физкультурно-оздоровительной деятельности.
2. Оптимизировать использование спортивных сооружений школы.
3. Создать предпосылки для активного физического саморазвития и самоопределения.
4. Расширить охват учащихся и жителей микрорайона физкультурно-оздоровительной деятельностью.
5. Организовать систему пропаганды здорового образа жизни.

Содержание деятельности:

- Работа спортивных кружков: баскетбол, волейбол, настольный теннис, аэробика.
- Реализация традиционных спортивных дел и праздников: Школьные Олимпийские игры, «Школьная спартакиада», Дни здоровья.
- Походы выходного дня «Папа, мама, я – спортивная семья»
- Классные часы по темам:

- *По следам спортивной славы*
- *Спорт и здоровье*
- *Спортсмены России – посланцы мира*

- Дни здоровья
- Спортивные соревнования по видам спорта: баскетбол, футбол, легкая атлетика, настольный теннис, шахматы, шашки
- Участие в районных соревнованиях по видам спорта
- Спортивно-туристические эстафеты
- Родительская конференция «Роль и ответственность семьи в профилактике табакокурения и алкоголизации»
- Встреча родителей с врачами, специалистами, с инспектором по делам несовершеннолетних
- Проведение деловых игр «Здоровью - да! Курению-нет!»
- Проведение творческих конкурсов рисунков, плакатов, на лучшее сочинение о здоровом образе жизни
- Проведение конкурса по озеленению школьных кабинетов и коридоров

Содержание основной деятельности	Сроки	Ответственные
1. Создание комфортной пространственной среды		
Поддержание санитарно-гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т.д.); организация работы санитарных постов, дежурства.	В течение года	Директор школы
Эстетическое оформление интерьера классов и школы (разведение цветов, информационные центры и др.)	Постоянно	Директор школы, зав.кабинетами
Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок	Сентябрь, январь	Зам. директора школы по УВР
Осмотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям (санитарно-гигиеническим, психофизическим, эстетическим)	2 раза в год	Директор школы, зав.кабинетами
Работа школьной психологической службы: диагностика, организация психоэмоциональной разгрузки учителей и учащихся	Постоянно	Директор школы, соц. педагог
Ведение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни: ОБЖ, экология, Окружающий мир, физическая культура, биология, технология	В течение учебного года	Администрация школы
Проведение мероприятий по охране зрения учащихся	постоянно	Учителя - предметники
На уроках технологии, физкультуры, химии, физики, биологии, географии, производственной практики формировать у учащихся умения осознано пользоваться правилами ТБ.	В течение года	Учителя - предметники
Проверить состояние ТБ по охране труда в кабинетах, мастерских, спортзале.	Август	Директор школы
Осуществление дежурства по школе соответственно графику.	В течение года	Зам.директора школы по УВР
Выявление лидера в операции «Самый чистый класс»	Май	Старшая вожатая
2. Уровень здоровья учащихся, мероприятия по сохранности и укреплению здоровья детей		
Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного медицинского осмотра)	Начало учебного года	Администрация школы, медицинский работник
Улучшение качества медицинского обслуживания: -профилактическая работа через беседы, лекции, «Уголки здоровья», санбюллетени, полезные советы, экраны чистоты и т.д. -наблюдение врача - педиатра, закрепленного за школой	Постоянно Не реже 1 раза в месяц Постоянно	Администрация школы Медицинский работник

(организация диспансерного и амбулаторного лечения)		
Организация горячего питания (ежедневное одноразовое питание, витаминизация питания)	Постоянно	Администрация школы
Профилактическая работа во время эпидемий	Осень-зима	Администрация школы, медицинские работники
Оздоровительная работа с детьми в летний период	Июнь - август	Администрация школы, старшая вожатая
Проведение физкультминуток в обязательном режиме дня	Ежедневно	Учителя-предметники
Влажные уборки коридоров после 2-го урока и в конце учебного дня	Ежедневно	Администрация школы
Зарядка до начала уроков	Ежедневно	Администрация школы
3. Гигиеническое, санитарно-просветительное воспитание учащихся		
Выставка книг по здоровому образу жизни	В течение года	Библиотекарь
Организация бесед для учащихся, учителей и родителей по пропаганде здорового образа жизни	В течение года	Классные руководители
Организация работы кружков, факультативов по валеологической направленности	В течение года	Администрация школы
Включать в учебные планы занятия на санитарно-гигиенические темы в курсах природоведения, физики, химии, физической культуры. По антинаркотическому воспитанию вести работу в рамках учебных программ по литературе, ОБЖ, биологии, химии, обществознанию.	В течение года	Учителя-предметники
Проводить инструктаж по ТБ с учителями, учащимися, занятыми в ремонтной бригаде и на пришкольном участке.	Май-июнь	Директор школы
Привлечение учащихся к летней оздоровительной компании, трудоустройству.	Март - апрель	Администрация
Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом: Определение группы здоровья. 100% занятость обучающихся в системе дополнительного образования	Сентябрь	Зам. директора школы по УВР
4. Спортивно - массовая оздоровительная работа		
1 четверть		
Работа спортивных кружков и секций	По плану	Руководители кружков
День здоровья	До 10 сентября	Учитель ФК, кл.руководители
«Тесты Губернатора»	Середина	Учитель ФК

	сентября	
Участие в районной легкоатлетической эстафете на Приз Главы Администрации Башмаковского района	сентябрь	Учитель ФК
Легкоатлетический кросс «Золотая осень»	21 сентября	Учитель ФК, кл.руководители
Участие в районном легкоатлетическом кроссе «Золотая осень»	28 сентября	Учитель ФК
Дружеские встречи по футболу с обучающимися МБОУ СОШ с. Знаменка	сентябрь	Учитель ФК
Стритбол среди учащихся 7 – 11 классов	28 сентября	Учитель ФК
Турнир по настольному теннису среди учащихся 7 – 11 классов	До 10 октября	Руководитель теннисного кружка
«Веселые старты» в начальных классах	4 октября	Учитель ФК, кл.руководители
Участие в районном турнире по настольному теннису	октябрь	Руководитель теннисного кружка
Шахматно- шашечный турнир	12 октября	Учитель ФК
Мини-футбол среди учащихся 7-8 классов и 9- 11 классов.	19 октября	Учитель ФК
2 четверть		
Работа спортивных кружков и секций	По плану	Руководители кружков
День здоровья	19 ноября	Учитель ФК кл.руководители
Турнир по баскетболу. Первенство среди учащихся 9 – 11 классов	До 20 ноября	Учитель ФК
Зональные соревнования по баскетболу	ноябрь	Учитель ФК
Турнир по пионерболу среди учащихся 4 – 6 классов	10 ноября	Учитель ФК
Шахматно- шашечный турнир	15 ноября	Учитель ФК
Соревнования по мини-футболу	До 10 декабря	Учитель ФК
Районные соревнования по мини-футболу	До 10 декабря	Учитель ФК
Школьные соревнования «Мы – команда» среди старшеклассников	15 декабря	Учитель ФК
«Веселые старты» в 5-7 классах	24 декабря	Учитель ФК, кл.руководители
3 четверть		
Работа спортивных кружков и секций	По плану	Руководители кружков

День здоровья	24 января	Учитель ФК, кл.руководители
Пионербол среди учащихся 5 – 8 классов.	31 января	Учитель ФК
Школьные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья» в 5-8 классах	4 февраля	Учитель ФК, кл.руководители
Первенство школы по лыжным гонкам.	январь	Учитель ФК
Первенство района по лыжным гонкам.	февраль	Учитель ФК
Спортивное троеборье в честь 23 февраля.	21 февраля	Учитель ФК
Турнир по волейболу среди учащихся 9 – 11 классов.	3 -4 марта	Учитель ФК
Участие в районном турнире по волейболу	март	Учитель ФК
Шахматно- шашечный турнир	15 марта	Учитель ФК
Показательные выступления по аэробике	4 марта	Руководитель кружка
«Веселые старты» в начальных классах	17 марта	Учитель ФК, кл.руководители
Соревнования по волейболу между старшеклассниками и жителями села Тимирязево	24 марта	Учитель ФК, кл.руководители
Дружеская встреча по волейболу команд учителей и учащихся (Акция «Спорт против наркотиков»)	31 марта	Учитель ФК, кл.руководители
Выпуск газет «Мы – за здоровый образ жизни!»	Раз в месяц	Кл.руководители 5-11 классов
4 четверть		
Работа спортивных кружков и секций	По плану	Руководители кружков
День здоровья	16 апреля	Учитель ФК, кл.руководители
Мини-футбол среди учащихся 6-8 классов и 9-11 классов.	25апреля	Учителя ФК
Легкая атлетика, первенство школы.	5 мая	Учителя ФК
Спортивные соревнования в честь Дня Победы.	6мая	Учителя ФК
Тесты Губернатора.	Середина мая	Учителя ФК кл.руководители
Шахматно- шашечный турнир	16 мая	Учитель ФК
«Веселые старты» в 8 классе (совместно с родителями)	24 мая	Учитель ФК, кл.руководители
Летняя оздоровительная кампания:		
Работа спортивных кружков и секций	По плану	Руководители кружков
Работа школьного оздоровительного лагеря	Июль,	Администрация

	август	школы
Отдых детей в лагерях и санаториях Пензенской области.	Июнь-август	Администрация школы
Сбор лекарственных трав	Июнь-июль	Учитель биологии
Соревнование «Веселые старты», посвященное Дню защиты детей в оздоровительном лагере	1 июня	Учителя ФК
Комический футбол	4 июня	Нач. оздоровит.лагеря
Малые олимпийские игры	7 июня	Начальник оздоров. лагеря, учитель ФК
Диско – шоу «В здоровом теле здоровый дух»	15 июня	Начальник оздоровит.лагеря
Футбол на школьном стадионе	Ежедневно	Учитель ФК
Спортивный праздник «Неразлучные друзья – взрослые и дети»	20 июня	Учитель ФК
Спортивный праздник «Каникулы, каникулы – веселая пора»	1 июля	Учитель ФК
Игровая программа «От всех болезней спорт всего полезней»	15 июля	Учитель ФК
Товарищеская встреча по футболу среди юношей 9 - 11 классов с сельской молодежью на школьном стадионе	1 раз в месяц	Учитель ФК
Игра в лапту на школьном стадионе среди учащихся младших классов	Июнь-август	Учитель ФК
Спортивные игры на школьном стадионе	Ежедневно	Учитель ФК, кл. руководители
5. Профилактика вредных привычек		
Участие в проведении международного дня борьбы с курением	17ноября	Зам. директора школы по УВР, кл. руководители
Беседа: «Здоровье нации в опасности»	Ноябрь	Учитель биологии
Международный день борьбы со СПИДом	1декабря	Учитель биологии
«Путешествие на поезде Здоровья» в начальных классах	20 февраля	Учителя нач.классов
«Суд над вредными привычками» в 8- 9 классах	Ноябрь	Кл.руководители
Участие в районном конкурсе агитбригад « За здоровый образ жизни»	сентябрь	старшая вожатая
Суд над вредными привычками (в рамках Всемирного дня отказа от табачного дыма) в 6-8 классах	Май	Зам. Директора школы по УВР, кл. руководители
Мониторинг «Мое отношение к курению»	октябрь	Зам. директора школы по УВР
Педсовет: «Состояние спортивно – оздоровительной работы в школе»	март	Администрация школы

Беседа медработника «Профилактика и коррекция нарушения зрения»	в течение года	Медицинский работник
Беседа медработника «Профилактика и коррекция нарушения осанки»	в течение года	Медицинский работник
Инструктаж лечебной гимнастики по исправлению осанки»	в течение года	Медицинский работник
Подвижные игры на переменках	в течение года	Классные руководители
Родительское собрание « Воспитание потребности в здоровом образе жизни»	октябрь	Администрация школы
Иструктаж для родителей по формированию правильной осанки у детей, закаливанию и укреплению их здоровья	сентябрь	Медицинский работник
Проведение конкурса классов, свободных от курения «Здоровью – да!» Курению – нет!»	в течение года	5 – 9 классы
6. Агитация и пропаганда физкультуры и спорта		
Подведение итогов спортивных соревнований и доведение результатов до учащихся через школьные линейки, школьные газеты	В течение года	Учителя ФК, старшая вожатая
Определение «10 лучших спортсменов школы»	В течение года	Учителя ФК, кл. руководители
Проведение конкурса «Самый спортивный класс»	март	Учителя ФК, кл. руководители

Составила зам. директора по УВР

Буданова З. В.