

## Проект «Спорт любить – здоровым быть!»

Куратор проекта: В.В. Нечепуренко, к.п.н.

### Аннотация.

Перед современным обществом, а особенно перед школой стоит очень важная задача – подготовить ребенка к самостоятельной жизни, заложить в нем основы физического и духовного здоровья, научить его заботиться о своем здоровье, способствовать формированию у него осознанной потребности в здоровом образе жизни, как залого будущего благополучия и успешности в жизни.

Преподавание физической культуры в школе органически включено в общую систему образования и воспитания и действует по закономерностям образования и воспитания. Вместе с тем это единственный учебный предмет, который формирует у учащихся грамотное отношение к себе, к своему телу, содействует воспитанию новых волевых и моральных качеств, необходимости укрепления здоровья и самосовершенствования.

Важнейший элемент физической культуры - двигательная культура, включающая в себя основные способы перемещения в пространстве, преодоления препятствий, выполнения двигательных действий с предметами.

Основное направление физической культуры – вооружить детей знаниями о здоровом образе жизни, научить их самостоятельно выполнять физические упражнения и закаливающие процедуры, выполнять определенные правила поведения, прежде всего, по отношению к самому себе.

Актуальность данного проекта обусловлена снижением интереса обучающихся к урокам физической культуры и занятиям другими видами деятельности физкультурно – спортивной направленности, что не позволяет создавать предпосылки непрерывного физического совершенствования и овладевать обучающимися способами творческого применения полученных знаний в жизни. Данный проект осуществляется в рамках реализации дополнительных образовательных программ по физическому воспитанию обучающихся в ОУ. Основная идея проекта: здоровьесозидание через активное творчество и движение.

В приложении предлагается примерная тематика проектов по физической культуре для проведения собственной исследовательской деятельности по предмету. Предлагаемые темы исследовательских работ сгруппированы в алфавитном порядке и отражают все аспекты физкультурно-спортивной и оздоровительной направленности: здоровье и здоровый образ жизни, олимпийские и подвижные игры, гимнастика, футбол, баскетбол, плавание, единоборства и т.д. Разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов способствует формированию социально-личностной компетентности обучающихся, повышает уровень коммуникативной культуры в общении и сотрудничестве со сверстниками.

#### **Цель:**

Физическое развитие и оптимизация режима двигательной активности обучающихся путем усовершенствования организованных и самостоятельных форм физкультурно-спортивной направленности.

#### **Задачи:**

1. Повышать уровень физической подготовленности и формировать двигательный опыт обучающихся.
2. Формировать культуру общения и сотрудничества со сверстниками в условиях учебной, проектной, игровой и соревновательной деятельности.

3. Приобщать детей к здоровому образу жизни, воспитывать активность и самостоятельность в двигательной деятельности.

**Мероприятия на 2016-2020 гг.**

Задача проекта	Срок решения задачи	Мероприятия	Результат
Повышать уровень физической подготовленности и формировать двигательный опыт обучающихся	Постоянно, в течение учебного года	1. Использование ИКТ в организованных и самостоятельных формах физкультурно-спортивной направленности. 2. Участие в спортивных соревнованиях районного и городского уровней. 3. Участие в командных соревнованиях и конкурсах. 4. Проведение спортивно-оздоровительных мероприятий в дни школьных каникул. 5. Проведение школьной спартакиады для учащихся 2-11 классов по различным видам спорта: -легкая атлетика; -мини-футбол, -футбол; -шахматы; -баскетбол; -волейбол и др.	1. Обеспечение двигательной активности обучающихся в урочной и во внеурочной деятельности. 2. Формирование у обучающихся положительной учебной мотивации и развития двигательных умений. 3. Обеспечение повышения оптимального уровня физической подготовленности и развития физических качеств обучающихся.
Формировать культуру общения и сотрудничества со сверстниками в условиях учебной, проектной, игровой и соревновательной деятельности	2016-2020 гг.	1. Обеспечение психологической безопасности обучающихся в образовательном пространстве уроков физкультуры. 2. Разработка и реализация индивидуальных и групповых проектов по физической культуре. 3. Участие в массовых молодежных мероприятиях районного и городского уровней, направленных на физическое совершенствование и овладение обучающимися способами творческого применения полученных знаний в жизни. 1. Дискуссионные игры и	1. Формирование коммуникативной компетентности обучающихся через культуру общения и сотрудничества. 2. Развитие у обучающихся потребности в самоконтроле и критической самооценке себя и своих действий. 3. Овладение обучающимися способами творческого применения полученных знаний в жизни, мотивация на физическое совершенствование 4. Вовлечение в

		игровые упражнения по формированию коммуникативной культуры обучающихся. 2. Использование малых форм фольклора во всех организованных формах физического воспитания.	проектную деятельность родителей обучающихся.
Приобщать детей к здоровому образу жизни, воспитывать активность и самостоятельность в двигательной деятельности.	2016-2020 гг.	1. Расширение спектра мероприятий внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности. 2. Использование здоровьесберегающих технологий в условиях урочной и внеурочной деятельности. 3. Подвижные игры на свежем воздухе. 4. Работа спортивных секций. 5. Функционирование школьных спортивных клубов на базе ОУ.	1. Формирование системы ценностных ориентаций обучающихся на здоровый образ жизни, обеспечение мотивационной, функциональной и двигательной готовности к нему. 2. Повышение успешности детей и подростков в процессе обучения и овладения различными видами деятельности физкультурно-спортивной направленности.

#### **Ожидаемые результаты.**

1. Повышение мотивации к урокам физической культуры и занятиям другими видами деятельности физкультурно – спортивной направленности.
2. Вовлечение обучающихся в общешкольные спортивно-оздоровительные мероприятия, работу кружков и секций, общешкольные спартакиады и соревнования по различным видам спорта.
3. Улучшение психологического климата в подростковых сообществах.
4. Оптимизация режима двигательной активности обучающихся путем усовершенствования организованных и самостоятельных форм физкультурно-спортивной направленности.

#### **Показатели и индикаторы программы.**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование показателя</b>	<b>Целевой ориентир 2020</b>	<b>Базовый ориентир 2016</b>
1.	Доля повышения эффективности деятельности ГОУ в усовершенствовании организованных и самостоятельных форм физкультурно-спортивной направленности.	75%	50%
2.	Доля ГОУ, участвующих в массовых молодежных мероприятиях районного и городского уровней, направленных на физическое совершенствование	75%	50%

	детей и подростков.		
3.	Доля победителей конкурсов районного и городского уровней в спортивных соревнованиях к общему количеству победителей конкурсов.	50%	30%
4.	Доля учащихся ГОУ района, вовлеченных в общешкольные спортивно-оздоровительные мероприятия, работу кружков и секций, общешкольные спартакиады и соревнования по различным видам спорта.	100%	50%
5.	Доля повышение успешности детей и подростков в процессе обучения и овладения различными видами деятельности физкультурно-спортивной направленности.	100%	50%

## Приложение.

### Темы проектов по физкультуре

Актуальная зарядка — настоящая загадка!

Виды спорта.

Во славу скакалки.

Восстановление школьной спортивной площадки.

Где и как растут чемпионы.

Движение, ты — жизнь!

Допинг в спорте: всегда ли все средства хороши?

Зимние виды спорта.

Значение ведения самоконтроля при занятиях физическими упражнениями.

Информационные технологии в спорте.

Как самостоятельно построить спортивную площадку.

Комплекс упражнений «Гимнастика для мозга».

Метание на уроках в начальной школе.

Мир мячей.

Мир спорта моими глазами.

Мне нужны занятия физкультурой?!

Мой дневник достижений.

Мой любимый вид спорта.

Мой спортивный кумир.

Москва – спортивная.

Моя жизнь в спорте.

Моя спортивная семья.

Мяч: от игры до спорта.

О спорт, ты мир!

О, спорт, ты — мир!

От крепости физической к крепости духовной.

От чего зависит частота пульса?

Познай себя.

Практико-ориентированный проект "Музыкальная разминка".  
Практичность и экологичность спортивного инвентаря и одежды.  
Путь к Олимпу. Мой дневник достижений.  
Развитие гибкости.  
Развитие физических возможностей путем самостоятельной работы.  
С детства спортом занимаюсь и на дедушку равняюсь.  
Сам себе тренер.  
Сделай шаг навстречу спорту.  
Секреты красоты.  
Секреты школьного успеха.  
Семейное физическое воспитание как народная традиция.  
Семейные традиции: папа, мама, я — спортивная семья.  
Сила есть — ума не надо? Или спорт учебе не помеха.  
Скорость в спорте.  
Современный спорт: арена для спортивных достижений или битва за призовые места?  
«Со спортом не дружишь — не раз о том потужишь».  
Спорт в Великобритании.  
Спорт в жизни А.С. Пушкина.  
Спорт в жизни моей семьи.  
Спорт для души и тела.  
Спорт и американское образование.  
Спорт как один из факторов формирования лидерских способностей подростков.  
Спортивное генеалогическое древо моей семьи.  
Спортивные праздники в сельской школе.  
Спортивные семейные традиции.  
Спортивные суеверия.  
Спортивные традиции в семье как фактор физического воспитания личности.  
Спортивный досуг девятиклассников.  
Спортивный праздник "Нас не догонят".  
Спортивный уголок — в каждый дом, каждому ребенку.  
Спортом с детства занимаюсь, олимпийских вершин достичь стараюсь.  
Стадион будущего.  
"Супербутсы". Лучшие немецкие изобретения.  
Тестирование физической подготовленности обучающихся.  
Уровень физической активности населения.  
Утренняя гигиеническая гимнастика в моей жизни.  
Утренняя гимнастика для школьников — зарядка.  
Физика и спорт.  
Физическая культура — это урок или путевка в жизнь?  
Физические качества человека.  
Физические упражнения для круговой тренировки.  
Физическое воспитание в семье.  
Физкультура в школе: спорт или развлечение?  
Физкультура и спорт в нашей жизни.  
Физкультминутки на уроках.  
Формула успеха.  
Что должен знать юный спортсмен о допинге?  
Школьная физкультура — первая ступень к спорту.  
Я выбираю спорт.  
Я выбираю спорт как альтернативу вредным привычкам.