

Система фізкультурно – оздоровчих та спортивно – масових заходів в ЗЗСО



Сесь Марина Миколаївна
Учитель фізичної культури
спеціаліст вищої категорії

Система організації шкільної та позашкільної фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та позашкільних навчальних закладів спрямована на реалізацію основних напрямів Національної доктрини розвитку освіти України в XXI столітті, затвердженої Указом Президента України від 17.04.2002 N 347, та Цільової комплексної програми "Фізичне виховання - здоров'я нації", затвердженої Указом Президента України від 01.09.98 N 963, і впроваджується у зазначених навчальних закладах, незалежно від підпорядкування та форми власності.



Здоров'я дитини – це стан її повного фізичного, душевного та соціального благополуччя. Саме тому питання збереження і зміцнення здоров'я дитини належить до стратегічних завдань суспільства.

Система організації фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи включає:

- фізкультурно-оздоровчі та спортивно-масові заходи в навчальних закладах;**
- участь навчальних закладів у районних (міських), Кримських республіканських, обласних, Київських і Севастопольських міських та Всеукраїнських змаганнях.**



**Обов'язкові фізкультурно – оздоровчі заходи
Зміївського ліцею №1 им.З.К.Слюсаренка**



- 1. Урок з фізичної культури 1 – 11 класи**
- 2. Фізкультхвилини під час навчального процесу 1-9 класи**
- 3. Фізкультпаузи в групах подовженого дня 1 – 4 класи**
- 4. «День здоров'я і фізичної культури» 1 – 11 класи**



Уроки фізичної культури дуже часто називають уроками здоров'я. Це найефективніший спосіб загартування організму учнів, укріплення здоров'я, підвищення працездатності, вироблення вольових і фізичних якостей – всього, що так необхідно сьогодні учням, що якнайкраще сприяє підготовці їх до життя.

Перерви під час уроку (фізкультхвилинки, фізкультпаузи) сприяють поліпшенню функціонування мозку, відновлюють тонус м'язів, які підтримують правильну поставу, знімають напругу з органів зору і слуху, з утомлених від письма пальців.

Фізкультхвилинка (фізкультпауза) є обов'язковим елементом кожного уроку в початковій школі (крім тих уроків, на яких сам процес навчання передбачає достатню рухливість, наприклад, уроків музики, трудового навчання, ритміки, фізичного виховання)

Завдання фізкультурних хвилинок і пауз:

- повернути втомленій дитині працездатність, увагу;**
- зняти м'язове і розумове напруження;**
- попередити порушення постави;**



**План спортивно-масових заходів
серед учнів Зміївського ліцею №1 ім.З.К.Слюсаренка за програмою
обласних щорічних спортивних змагань «Спорт протягом життя»
на 2019 – 2020 навчальний рік**

№ з/п	Вид змагань	Шкільний етап змагань			Відповідальні
		Термін проведення	Місце проведення	Учасники	
1.	Всеукраїнський Олімпійський урок та Олімпійський тиждень	03.09.2019– 07.09.2019	Зміївський ліцей №1 ім.З.К.Слюсаренка	1. 11 класи-	Воеводіна Л.Г.,Сесь М.М., Федота А.М. , Класні керівники
2.	Спортивні змагання з легкої атлетики (з чотирьох видів)	25.09 -05.10.2019	м.Зміїв, стадіон «Авангард»		Воеводіна Л.Г.,Сесь М.М.
3.	Першість ліцею з футболу «Шкіряний м'яч»:				
	- вікова група U-11 (2008 р.н.)	10.10.2019	Футбольний майданчик Зміївського ліцею№1 ім.З.К.Слюсаренка	4- 7 –мі. класи	Федота А.М., Калантаєв Ю.Б.
	- вікова група U-12 (2006 р.н.)	12.10.2019			
	- вікова група U-13 (2007 р.н.)	17.10.2019			
	- -вікова група U-13 (2005 р.н.)	19.10.2019			
4.	Першість ліцею з настільного тенісу	протягом року	Зміївський ліцей № 1	8-11 класи	Федота А.М. ,Сесь М.М.
5.	Першість ліцею з волейболу -дівчата 2002 р.н. -юнаки 2002 р.н. -дівчата 2005 р.н. -хлопці 2005 р.н.	25.10.2019 05.11.2019 17.11.2019 24.11.2019	Спортивний зал	8 – 11 класи	Воеводіна Л.Г.,Федота А.М.,Сесь М.М.
6.	Першість ліцею з баскетболу 3х3(хлопці,дівчата)	листопад	Спортивний зал	8 – 11 класи	Сесь М.М.
7.	Змагання з шахів « Біла тура»	Січень 2020 р.	Зміївський ліцей №1 ім.З.К.Слюсаренка	6-8 класи	Сесь М.М.
8.	Першість ліцею «Старти надій»	Квітень 2020р.	Стадіон «Авангард»	7-мі класи	Воеводіна Л.Г.,Федота А.М.
9.	Всеукраїнський фізкультурно - оздоровчий патріотичний фестиваль школярів «Козацький гарт» Підготовка до змагань	До 15 квітня 2020р.	Стадіон «Авангард»	5 -10 класи-	Сесь М.М.,Федота А.М.
10.	Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура»)	Травень2020р.	Спортивний майданчик	8-10 класи	Калантаєв Ю.Б.

З 2018 року Зміївській ліцей №1 ім.З.К.Слюсаренка бере участь в спортивно – освітньому проекті «Всеукраїнська мережа шкіл олімпійської освіти»



Баскетбол



II місце в районних

Спортивні змагання та



“Олімпійський

тиждень”

