**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**Проект «Здоровье»**

(организация спортивно – массовой работы в ОУ)

**Введение**

Здоровье школьников – важный показатель благополучия общества и государства. По мнению ученых, наше здоровье зависит на 20% от наследственности, на 20% от окружающей среды, на 10% от медицины и ***50%*** от образа жизни. По данным Института возрастной физиологии около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье. Каковы же причины этих отклонений? Причин множество: это и чрезмерная интенсификация образовательного процесса, и низкий уровень культуры здоровья учащихся и их родителей и др. Но наиболее важным считаю недостаточный уровень физической активности учащихся, приводящий к гиподинамии и другим нарушениям здоровья.

Исходя из вышеперечисленных причин понятно, что учащимся необходима физическая активность и поэтому поставлена следующая цель для работы во внеурочное время: создание оптимальных условий для реализации комплексной системы по оздоровлению учащихся и формированию здорового образа жизни ***с помощью большого количества школьных спортивных мероприятий***, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

**Цели проекта**

Проект проводится с целью физического, нравственного и патриотического воспитания учащихся, воспитания чувства гражданственности и патриотизма, любви к родному городу.

**Задачи проекта**

- профилактика и предупреждение правонарушений, вредных привычек посредством пропаганды ЗОЖ, привлечения к активным занятиям физической культурой и спортом;

- развитие интереса к спорту, физической культуре;

- подготовка молодежи к службе в рядах Российской Армии;

- организация активного отдыха и занятости учащихся во внеурочное время; развитие дружбы между учащимися школы;

- смотр физической подготовленности учащихся и выявление сильнейших команд.

- развитие дружбы между учащимися школы

**Порядок проведения проекта**

Проект «Здоровье» проводится учебный год (с сентября по май) согласно календарю проведения соревнований по следующим видам: легкая атлетика, футбол, баскетбол, волейбол 7-11 классы (пионербол 3-6 классы), стритбол, многоборье, лыжные гонки, перестрелка, Олимпиада по физической культуре, лапта, конкурс рисунков на спортивную тематику.

**Руководство проекта**

1.Общее руководство, подготовка, судейство и непосредственное проведение спортивных мероприятий осуществляют учителя физической культуры.

2. Помощь в проведении, подготовке и судействе спортивных мероприятий возлагается на судей - учащихся старших классов, прошедших инструктаж.

**Участники проекта**

К участию в проекте «Здоровье» допускаются команды: 1-11 классов и учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть и от включенности всего педагогического коллектива в процесс реализации данного проекта, а также осознанного понимания каждым учителем и классным руководителем значимости стоящих перед ним задач.

**Порядок определения победителей**

Итоговое место определяется по наибольшей сумме баллов по всем видам соревнований. В случае равенства очков у команд учитывается наибольшее количество занятых первых мест.

* ***В номинации «Самый спортивный класс» победители и призеры–классы определяются в 2 возрастных группах:***
* Начальная школа (1 - 4 класс)
* Средняя и старшая школа (5 – 11 класс)
* ***В номинации «Самый спортивный учащийся школы» определяются в 4 группах:***
* Юноши (средняя и старшая школа)
* Девушки (средняя и старшая школа)
* Мальчики (начальная школа)
* Девочки (начальная школа)
* ***В номинации «Самый лучший физорг школы» определяются в 2 группах:***
  + Начальная школа (1 - 4 класс)
  + Средняя и старшая школа (5 – 11 класс)

**Таблица баллов**

Баллы начисляются согласно данной таблице (см. ниже). Отдельно баллы начисляются команде – классу и лично учащемуся. Все эти баллы заносятся учителем в таблицы Exell. Программа сама определит места в личном и командном зачете. На стр. 4 так выглядят таблицы командного и личного первенства на стенде (см. ниже).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид соревнований** | **1 место** | **2 место** | **3 место** | **Просто участие** |
| **Республиканские соревнования** | 20 баллов | 15 баллов | 10 баллов | 5 баллов |
| **Районные соревнования** | 10 баллов | 7 баллов | 5 балла | 2 балла |
| **Школьные соревнования** | 5 баллов | 3 балла | 2 балла | 1 балл |
| **Лучшие игроки команд** | 1 балл | | | |
| **Судейство школьных соревнований** | 1 игра = 1 балл или = 1 час судейства соревнований | | | |
| **Судейство районных соревнований** | 2 балла | | | |

**Награждение**

* Класс, занявший **1 место** в проекте школьников «Здоровье» награждается **переходящим КУБКОМ** победителя. А классы, занявшие 2 и 3 места, награждаются грамотами.
* ***Самый спортивный учащийся*** школы награждается индивидуальным **Кубком** победителя, а учащиеся, занявшие 2 и 3 место - грамотами.
* ***Самый лучший физорг класса*** награждается грамотой.

Отдельно по каждому виду программы победители награждаются грамотами.

Занятия физической культурой и спортом является важным условием профилактики заболеваемости учащихся, оптимизацией их умственной и физической работоспособности, содействия их развитию в целом.

**Таблица командного первенства**



**Таблица личного первенства**

