

# Комплексная программа «К здоровью через движение»

## Движение нового поколения «Мы – вместе!»

Региональный проект  
(2013 – 2015 гг.)



Поймай новую  
волну движения –  
пусть школьная жизнь  
играет яркими красками!



## **Цель проекта: совершенствование системы физического воспитания и развитие массового спорта в образовательных учреждениях Пензенской области**

### **□ Задачи проекта:**

- Увеличение уровня двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в систематические занятия физической культурой и спортом;
- Создание системы соревнований различных видов и форм, отвечающих разнообразным потребностям и интересам детей, подростков, юношей и девушек, родителей и жителей микрорайона;
- Создание материально-технических, научно-методических, организационных условий для совершенствования физического воспитания и развития массовых видов спорта в образовательном учреждении .

# Приоритетные направления совершенствования системы физического воспитания и развития массового спорта в образовательных учреждениях Пензенской области

- ▣ **Развитие игровых видов спорта**
- ▣ **Командообразование и воспитание лидеров.**
- ▣ **Развитие массового спорта.**
- ▣ **Спартианское движение.**



# Приоритетные направления совершенствования системы физического воспитания и развития массового спорта в образовательных учреждениях Пензенской области



# *Развитие игровых видов спорта*

*(массовые виды спорта, нетрадиционные виды)*

## **Массовые виды (мероприятия):**

- - комплексные соревнования и спортивно-оздоровительные мероприятия согласно планам работы Министерства образования Пензенской области и Комитета Пензенской области по физической культуре и спорту,
- - Всероссийские проекты «Школьная баскетбольная лига» и «Школьная футбольная лига»,
- - региональных соревнования Всероссийских состязаний школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры».



## Нетрадиционные виды спорта

В настоящее время известно более 50 нетрадиционных видов спорта.



Условно их можно разделить на следующие группы:

- - танцевальные виды спорта: черлидинг, аэробика, аква-аэробика, степ-аэробика, дабл-степ, ресист-бол, акробатический рок-н-ролл;
- - игровые виды спорта: регби, бадминтон, гольф, крикет, керлинг, сквош, софтбол, стритбол, футбольный фристайлинг;
- - единоборства и силовые виды спорта: армспорт, перетягивание каната, террабика, пауэрлифтинг, гиревой спорт;
- - другие виды: воркаут, паркур, катание на роликовых коньках, спортивный туризм, slackLine (разновидность канатохождения), гонки на радиоуправляемых машинах, танк, скипинг.



# Национальные подвижные игры, народные игры

Важным аспектом в этом направлении деятельности является духовно-нравственное и патриотическое воспитание.

## Мероприятия:

- ▣ - Чемпионат области по русской лапте;
- ▣ - Молодецкие забавы на русскую масленицу;
- ▣ - Сабантуй;
- ▣ - Фестиваль «Игры народов мира» и др.



# **Командообразование и воспитание лидеров** (*школьные спортивные клубы, тренинги на командообразование*)

**Школьный Клуб** должен иметь собственное название, эмблему, наградную атрибутику, спортивную форму.

Школьные спортивные клубы могут создаваться:

- по определённым видам спорта (дартс, черлидинг, мини-футбол, армреслинг, настольный теннис, сквош, аэробика, фитнес, шейпинг, туризм, воинское искусство, танцы, шахматы и шашки);
- для организации работы по совершенствованию физического воспитания в образовательном учреждении, по развитию олимпийского движения и т.д. (клуб волонтеров, клуб «На пути к Олимпу», клуб красоты и здоровья)



## **Мероприятия:**

- Областной конкурс презентаций и видеороликов «Наш школьный спортивный клуб»;
- Создание школьного клуба волонтеров.
- спортивный проект «Мы – команда!».
- эстафета «Шуточная олимпиада.»;
- флеш-моб в рамках Дня танца.

## Тренинги на командообразование. Командные игры.

Тимбилдинг (в переводе с англ.яз.— «построение команды»)

**Формы** командообразования: командные конкурсы, командные соревнования, командные эстафеты, командные игры (квесты, игра в «12 записок»), мозговой штурм, веревочные курсы, тренинги.

### **Мероприятия:**

- - телевизионный спортивный проект «Мы – команда!»;
- - игра-тренинг "Наш класс - команда!";
- - квест «Необычные приключения»;
- - школьная спартакиада «Самый спортивный класс»;
- - эстафета «Шуточная олимпиада»;
- - флеш-моб в рамках Дня танца;
- - фестиваль спортивных семейных команд.



# Развитие массового спорта

(инновационные формы спортивно-массовых мероприятий, система мероприятий «Движение для всех»)

## К инновационным формам

относятся квесты, флеш-мобы, фитнес-зарядка, игровые динамические переменны, переменка в ритме танца, шахматные переменны, автограф-шоу с профессиональными спортсменами, спортивное шоу в формате лайф-стайл, портфолио здоровья и др.



Мероприятия:- автограф-шоу,

- областной конкурс «Сто спортивных проектов»,
- Информационный проект «Мир спорта»,
- спортивно-образовательный форум.



# Система мероприятий «Движение для всех»

## Мероприятия

### Класс. Школа.

- - малые олимпийские игры и Спартакиада ш
- - эстафеты «Весёлые старты», « Спортивный калейдоскоп», фестивали и др.;
- - игровые перемены; спортивные соревнования, турниры.

### Семья.

- - «Спортивная суббота»;
- - спортивно-массовое мероприятие «Всей семьей на выходной», «Наши рекорды – Сурскому краю»;
- - семейный спортивный клуб,
- - акция «Мы - за здоровый образ жизни!».



### Микрорайон.

- спортивные акции, фестивали,
- праздники двора и др.



# **Спартианское движение.**

*(интеграция спорта, творчества и интеллекта;  
увеличение объема двигательной активности)*

- ❑ **Спартианское движение (SpArt)**, производно от трех англ. слов: “Spirituality” — духовность, “Sport” — спорт и “Art” — искусство.

Мероприятия:

- ❑ Спартианские игры (спарт-визитка, спартианское многоборье, спартианская атлетика, спартианское искусство, спартианский брейн-ринг, спартианская дуэль, спартианский мюзикл);
- ❑ Спартианский биатлон;
- ❑ Спартианская игротека;
- ❑ Спарт-шоу;
- ❑ Спартианская семья.



## Увеличение объема двигательной активности

- Утренняя гимнастика до учебных занятий (6-10 мин).
- Физкультминутки и физкультпаузы на уроках (2-3 мин).
- Динамические паузы, физкультурные мероприятия на переменах.
- Спортивные и физкультурно-массовые мероприятия.
- Спортивно-оздоровительные клубы.



## *Подведение итогов реализации проекта*

### **Эффективность проекта определяется:**

- массовостью участников проекта;
- уровнем двигательной активности обучающихся, степени их вовлеченности в систематические занятия физической культурой и спортом;
- уровнем достижений команд каждого класса (группы) образовательного учреждения (первенство классов-команд);
- уровнем материально-технических, информационных ресурсов, необходимых для реализации проекта.



- 1. Мониторинг и диагностика.*
- 2. Поэтапный отчет.*
- 3. Награждение победителей.*

# Комплексный план мероприятий по направлению «Движение нового поколения «Мы – вместе!» на 2013-2016 годы

- Научно-методическое сопровождение проекта.
- Организационное сопровождение проекта.
- Создание материально-технической базы для организации спортивно – оздоровительного досуга обучающихся, жителей микрорайона.
- Деятельность школьных спортивных клубов. Формирование команд классов.
- Развитие массовых, нетрадиционных видов спорта и национальных подвижных игр.
- Совершенствование физического воспитания в начальной школе.
- Деятельность по привлечению родителей и жителей микрорайона.
- Мониторинг.
- Информационное сопровождение проекта

# ЭКРАН ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ УЧЕНИКОВ \_\_\_\_ КЛАССА В НЕДЕЛЮ

№ п\п	ФИО ученика	пн					вт				ср						Итого часов в неделю			
		з а р я д к а	У р о к ф и з - р ы	ф из ку ль т и з м и ну т к и	Д и на м и че ск ая п а уз а	Кл уб, се кц ия , кр уж ок	з а р я д к а	ф и з и к у л ь т м и н у т к и	Д и н а м и ч е с к а я п а у з а	К л у б, с е кц ия , к р у ж о к	з а р я д к а	У р о к ф и з - р ы	ф и з и ч е с к и	Д и н а м и ч е с к а я п а у з а	К л у б, с е кц ия , к р у ж о к	м е р о п р и я т и е				
1	Иванов М.	+	+	+	+	Клуб «Новое поколение»	+	+	+	Секция по футболу	+	+	+	+	Кружок по скиппингу	Классный час «Тимбилдинг»				11 ч. 30 мин

## ЭКРАН ЛИЧНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ УЧЕНИКОВ \_\_\_\_ КЛАССА (сентябрь-декабрь 2013 г)

№ п/п	ФИО	кросс	Соревнование в параллели по футболу	Шахматные состязания	Лёгкоатлетическая эстафета			ИТОГО	Место в личном зачёте
1	Иванов М.	5 + 6 = 11	2 + 3 = 6	5	10 + 3 = 13			35 баллов	I
2	Петров О.	5	5 + 3 = 8	5	10 + 6 = 16			34 балла	II

### Примечание:

Не участвовал – 0 баллов

Активный болельщик – 2 балла

Игрок – 5 баллов

Призёр – 10 баллов

**Дополнительные баллы за участие родителей:**

Активный болельщик – 3 балла

Игрок – 6 баллов

Призёр – 11 баллов

## ПЕРВЕНСТВО ШКОЛЫ «САМЫЙ СПОРТИВНЫЙ КЛАСС»

№ п\п	Класс	кросс	Соревнование в параллели по футболу	Шахматные состязания	Лёгкоатлетическая эстафета			ИТОГО	Место в личном зачёте
1	5 «а»	28+5+5+10+10+0=58 баллов						35 баллов	I
2	5 «б»	30+10+10+10+5+0=65 баллов						34 балла	II

### Критерии:

Массовость (участвовали все – 30 баллов, за отсутствующих- 2 балла);

Активные болельщики (0-10 баллов);

Группа поддержки (черлидинг) (0-10 баллов);

Волонтёры (0-10 баллов);

Команда игроков (0-10 баллов);

Призёры, победители (0-10 баллов);

Участие родителей (дополнительно 2 балла)

**Спасибо за внимание!**

