

Инструкция

по организации ГТО для учителя физической культуры

С чего начать.

Прежде чем начать работу по комплексу ГТО студентами, необходимо по результатам диспансеризации составить списки студентов групп, которые не допускаются по состоянию здоровья к подготовке и сдаче норм комплекса и участию в соревнованиях. Целесообразно иметь отдельные списки по возрастным группам в соответствии со степенями комплекса.

К числу недопущенных относятся студенты, входящие в подготовительную и специальную медицинскую группы. Кроме этого по усмотрению медицинских работников от сдачи норм комплекса могут быть освобождены и те студенты, которые уже после диспансеризации перенесли продолжительные болезни. Списки заверяются врачом и утверждаются директором техникума.

Практически контингент студентов, допущенных к подготовке и сдаче норм, определяется только в октябре - ноябре.

Однако существенная часть осенних соревнований по программе комплекса ГТО проводится в школе уже в сентябре - октябре - ноябре (легкая атлетика, многоборье ГТО и др.) В этих соревнованиях обычно не участвуют студенты, освобожденные по данным диспансеризации прошлого года, а также студенты подготовительной и специальной медицинской групп по спискам, составленные в мае прошедшего года.

Учитель физической культуры в своем рабочем журнале должен иметь следующие сведения:

1. Общее количество студентов по состоянию на 1 сентября.
2. Количество освобожденных от участия в соревнованиях и сдачи норм комплекса ГТО по группам.
3. Количество студентов приступающих к сдаче норм комплекса в текущем году.
4. Количество студентов из числа допущенных к сдаче норм, не умеющих плавать, то есть, которые не могут проплыть дистанцию, соответствующих данной степени.

5. Количество студентов приступающих к подготовке сдачи норм новой для них ступени или на золотой значок освоенной ими ступени.

6. План работы по физическому воспитанию студентов на учебный год, включающий работу по комплексу ГТО.

7. Состав комиссии ГТО и план ее работы на учебный год.

Основным документом планирования работы по комплексу ГТО является общешкольный план работы по физическому воспитанию учащихся на учебный год. Дополняют его календарь спортивно – массовых мероприятий, график подготовки учащихся по теоретическим требованиям, учебные планы, в которых указаны, в частности, контрольные уроки по физической культуре, расписанию работы спортивных секций, положения о школьной спартакиаде и многоборья комплекса ГТО, а также некоторые другие документы, способствующие лучшей организации работы по комплексу ГТО. Особое внимание учителя должно быть направлено на организацию массовых внутришкольных соревнований «Старты надежд».

Ниже приводится примерный план работы по физическому воспитанию на учебный год, включающий работу по комплексу ГТО и организацию проведения детских спортивных игр «Старты надежд».

Примерный план

Работы по физическому воспитанию на учебный год.

.П.	Мероприятия	Срок и проведения	Ответст венные За выполнение	Кто контролирует
.	Учебная работа Составить и утвердить план учебной работы по семестрам с учетом работы по комплексу ГТО На 1-ю четверть На 2-ю четверть На 3-ю четверть На 4-ю четверть		Учитель физкультуры >> >> >>	Учебная часть >> >>

				>>
.	Проверить усвоение учащимися на серии контрольных уроков следующих разделов учебной программы: <i>Лёгкая атлетика</i> <i>Гимнастика</i> <i>Лыжная подготовка</i> <i>В бесснежных районах марш- бросок</i>		>> >> >> >>	>> >> >> >>
.	Организация занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе в том числе: Составить списки к приказу по организации занятий группы Провести подготовительную работу с учащимися и их родителями Составить поурочные планы для занятий группы Издать приказ по школе о начале занятий группы Обсудить итоги работы по физическому воспитанию		Учитель физкультуры >> >> >> Директор. Учитель физкультуры	Учебная часть >> >> >> Совещание при директоре. Учебная часть
Учебно – спортивная работа				
.	Организовать спортивные секции: составить списки занимающихся, расписание занятий, подготовить журналы учета работы секций. Утвердить расписание занятий спортивных секций,		>> >>	Организатор внеклассной и внешкольной работы >>

.	групп начальной подготовки ДЮСШ, групп продленного дня и групп ГТО Окончательно определить и утвердить загруженность спортивного зала с учетом всех групп		>>	>>
---	---	--	----	----

ЛП	Мероприятия	Срок и проведения	Ответственные За выполнение	Кто контролирует
Внеклассная спортивно - массовая и оздоровительная работа.				
.	Составить и утвердить положение о проведении спортивных игр «Старты надежд» на учебный год с включением соревнований по многоборья комплекса ГТО		Совет физкультуры , учитель физкультуры , организатор внеклассной работы	совет физкультуры Директор
.	Утвердить состав школьной комиссии ГТО		Врач, учитель физкультуры	>>
.	Составить план работы комиссии ГТО		Врач, учитель физкультуры	>>
.	Утвердить состав совета «Старты надежд»		>>	совет физкультуры
.	Рассмотреть и утвердить календарный план соревнований на первенство техникума		>>	Совещание при директоре
.	Наметить и утвердить маршруты походов студентов для выполнения норм и требований комплекса ГТО по туризму		Ответственный за турист -скую работу	>>
.	Разработать и обсудить план мероприятий по увеличению			

.	двигательного объема в режиме учебного дня и режим проветривания помещений Выполнить подготовительную работу по организации спортивно – трудового лагеря со студентами		Врач, медсестра, учитель физкультуры, классный руководитель Организатор внеклассной работы	>>
---	---	--	---	----

./П	Мероприятия	Срок и проведения	Ответственные За выполнение	Кто контролирует
Врачебный контроль				
.	Провести диспансеризацию учащихся I-VIII классов, отнесенных (по данным прошлого года) к подготовительной и специальной группам.		Врач	Профком
.	Закончить диспансеризацию учащихся всей школы		Врач >>	>> >>
.	Провести беседу с учителями и техническим персоналом о системе проветривания помещений		>>	>>
.	Проверить освещенность учебных помещений и спортивного зала, а также набор мебели в кабинетах и классах для студентов		Врач, учебная часть	>>
.	Составить (по согласованию) расписание занятий и приема зачетов по гражданской обороне в соответствии с требованиями комплекса ГТО (вне сетки учебных часов)			
.	По итогам диспансеризации записать ее		Врач, классный	>>

данные в журналы группы («Экран здоровья учащихся), дать рекомендации учителям классным руководителям по профилактике заболеваний и постоянному контролю за здоровьем школьника Провести беседы с родителями студентов основной и подготовительной медицинских групп Систематически контролировать режим питания школьников в учебное время, проветривание и чистоту помещений для занятий (особенно спортивного зала) Провести беседы (лекции) для родителей об организации и выполнении режима дня школьника, о контроле за выполнении заданий на дом по физической культуре и спорту, о рациональном питании		руководитель Врач, учитель физкультуры Врач, медсестра Учитель физкультуры	Профком >> Совещание при директоре
---	--	--	---

Организационная работа с физкультурным активом

./ П.	Мероприятия	Срок и проведени я	Ответс твенные За выполнение	Кто контролирует
. . . .	Выбрать актив Провести перевыборную конференцию членов коллектива физкультуры Согласовать со школьным ученическим самоуправлением положения о проведении спортивных игр «Старты надежд» и внеклассных соревнований по многоборьям ГТО и		Учитель физкультуры Актив физкультуры Комитет ВЛКСМ, совет дружины, совет физкультуры	Совет физкультуры >> >>

.	утвердить их на совместном заседании			>>
	Определить состав учащихся для проведения семинаров: физоргов, капитанов, команд, судей по спорту		Учитель физкультуры	
	инструкторов-общественников юных фотокорреспондентов		учитель физкультуры	Совет физкультуры Профком
	Организовать занятия с активом по проведению занятий с студентами по подготовке юношей к военной службе (для подготовки по особому плану)		учитель ОБЖ	
.	Выделить лучших спортсменов- активистов из числа студентов для подготовки команд к соревнования на первенство техникума по упражнениям и многоборьям комплекса ГТО		Учитель физкультуры	Совет физкультуры
.				

Участие педагогического коллектива в работе по физическому воспитанию студентов

./П .	Мероприятия	Срок и проведения	Ответственные За выполнение	Кто контролирует
.	Включить в повестку дня производственных совещаний и педагогических советов вопросы по организации и проведению общешкольных мероприятий по физической культуре, спорту и туризму с участием всего педагогического коллектива	В течение года	Организатор внеклассной работы, учитель физкультуры	Педсовет, производственное собрание

.	Проверить выполнение программы по физической культуре	В конце четверти	Учитель физкультуры	Учебная часть
	Контролировать результаты проведения спортивно-массовых мероприятий	>>	>>	Совещание при директоре
	Подвести итоги работы сдачи норм комплекса ГТО	Январь, март, май.	Комиссия ГТО	Заседание комиссии
	Включить планы воспитательной работы классных руководителей: наблюдение за осанкой; выполнение физкультминуток; строгий контроль и записи в дневниках о пропусках уроков физкультуры, связь по этим вопросам с родителями; контроль за чистотой и опрятным видом учащихся; посещение (в свободное время) уроков физкультуры в своей группе контроль за чистотой и проветриванием учебных помещений до занятий	В течение учебного года	Организатор внеклассной работы, учитель физкультуры, классные руководители	Педсовет, производственное собрание, совещание при директоре

Работа с родительским комитетом и шефской организацией

./П	Мероприятия	Срок и проведения	Ответственные За выполнение	Кто контролирует
.	Провести совещание с родительскими комитетами классов по основным вопросам физического воспитания в школе и семье		Учитель физкультуры	Совет физкультуры
.	Привлечь родителей шефствующей организации к помощи в организации и проведении спортивно-тренировочной работы с учащимися, организации походов и экскурсий, изготовлению и ремонту спортивного инвентаря.		>>	>>

--	--	--	--	--

Работа по дальнейшему улучшению материальной базы планируется учителем физической культуры в соответствии с требованиями учебной программы. Приобретение и изготовление спортивного оборудования и инвентаря на спортивную площадку и в зал согласовывается с директором и представителями шефствующей организации с таким расчетом, чтобы оно обеспечила высокую плотность занятий, как в учебное время, так и во время проведения Учебно-тренировочных занятий и массовых оздоровительных мероприятий.

В техникуме целесообразно иметь план оснащения спортивных сооружений на 5 лет с конкретным заданием на каждый год по спортивной площадке и залу.

Все виды соревнований планируются в соответствии с прохождением учебного материала программы, цикла Учебно-тренировочной работы и являются логическим завершением проверки физической подготовленности и спортивного мастерства студентов.

Для того чтобы спортивно-массовая работа действительно являлась логическим завершением определенного цикла Учебно-тренировочной работы, необходимы четкая эффективность уроков, систематическое проведение спортивно-массовых мероприятий.

Планомерно готовить студентов к соревнованиям по упражнениям ГТО можно не только на уроках физической культуры, но и на дополнительных занятиях во внеурочное время. Однако основным, наиболее эффективным средством разносторонней физической подготовки является урок физической культуры

В связи с этим большое значение имеет система домашних заданий, направленная на развитие физических качеств: силы, гибкости, быстроты и выносливости.

На дом следует давать такие задания, которые можно без особого труда проверить на уроке. В домашних заданиях нуждаются не все студенты, а определенная группа, поэтому целесообразно этим студентам завести дневник самоконтроля (обычная тетрадь), где они будут отмечать и

записывать задания и результаты развития физических качеств. Контроль со стороны учителя достаточен один раз в две недели.

Контрольные уроки, на которых проводится зачет знаний, умений и физической подготовленности являются, по существу, предварительности, являются, по существу, предварительной прикидкой перед основным соревнованием по данному виду. По результатам контрольных уроков физорги групп могут составить сборные команды для выступления на первенство техникума.

Примерный календарь

Спортивных мероприятий школы на учебный год

Месяцы	Мероприятия и соревнования	Даты соревнования		
		IV-V	VI-VII	VIII-IX
Сентябрь	Плавание Бег на коротких дистанции Прыжки в длину с разбега Метания Летнее многоборье ГТО			
Октябрь	Осенний кросс			
Ноябрь	Подвижные игры			
Декабрь	Гимнастические многоборье ГТО: Лазанья по канату, подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре, лежа (девушки 1-3 курсов), спортивно-гимнастические выступления			
Январь	Спортивные игры			
Февраль	Стрельба Лыжные гонки			
Март	Зимнее многоборье ГТО Прыжки в высоту с разбега «Веселые старты» для			

Апрель	студентов 1-3 курсов Спортивный вечер, посвященный окончанию учебного года и подведению итогов спортивных игр «Старты надежд» и работы по комплексу ГТО. Награждение победителей соревнований			
--------	---	--	--	--