**Министерство труда и социальной политики Приморского края краевое государственное казенное учреждение**

**«Центр содействия семейному устройству детей-сирот и детей,**

**оставшихся без попечения родителей г. Уссурийска»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДАЮ  Директор КГКУ «Центр содействия семейному  устройству детей-сирот и детей,  оставшихся без попечения родителей  г. Уссурийска»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.А. Жовниренко  «\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_\_ г. |

**ПЛАН**

**работы по физической культуре**

**на 2024 – 2025 учебный год**



Инструктор по физической культуре:

Морозов Александр Павлович

«Здоровье - это драгоценность, и притом единственная, ради которой действительно стоит не только не жалеть времени , сил, трудов и всяких благ, но и пожертвовать ради него частицей самой жизни, поскольку жизнь без него становится нестерпимой и унизительной. Здоровье необходимо каждому и не растерять его – очень важно, особенно в детском возрасте, когда ребенок сам еще не осознает в полной мере необходимость укрепления и сохранения здоровья. Сформировать эту потребность – наша задача.

План работы направлен на внедрение здоровьесберегающих технологий и валеологическое образование воспитанников.

**Цель:** поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья воспитанников детского дома, создание наиболее благоприятных условий для формирования у воспитанников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

**Задачи:**

* укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности;
* развитие двигательных способностей;
* популяризация преимуществ здорового образа жизни;
* приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта, туризма, краеведения;
* создать условия для обеспечения охраны здоровья воспитанников, их полноценного физического развития;
* воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
* прививать воспитанникам навыки самоконтроля;
* привлечение к работе по формированию здорового образа жизни сотрудников учреждения;
* укрепление материально- технической базы учреждения.

**Прогнозируемый результат:** здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни воспитанник учреждения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Мероприятие** | **Отметка о проведении** |
| **сентябрь** | «Если хочешь быть здоров»  (сдача норм ГТО) |  |
| Военно-патриотические игры «Зарница», «Орленок» |  |
| Всероссийская акция «Кросс-нации» |  |
| «Школа безопасности» Уссурийского городского округа |  |
| **октябрь** | Краевое легкоатлетическое многоборье «Динамо - детям» |  |
| Мини-футбол «Уличный красава» |  |
| Краевой фестиваль «Готов к труду и обороне» |  |
| **ноябрь** | «День Прыгуна» |  |
| «День Метателя» |  |
| **декабрь** | Мини-футбол «Футбол в школу» |  |
| Мини-футбол «Память» |  |
| **январь** | «Ура каникулы!!!» (спортивно-развлекательная программа) |  |
| Выезд на базу отдыха «Комета» (г. Владивосток) |  |
| **февраль** | Военно-спортивная игра «Зарница» |  |
| Мини-футбол УГО посвященного памяти война-интернационалиста В.А. Матюшина |  |
| Мини-футбол «Будущее зависит от тебя» |  |
| **март** | Спортивные конкурсы (проводы зимы) |  |
| «День Бегуна» |  |
| **апрель** | Краевое легкоатлетическое многоборье «Динамо - детям» |  |
| Военно-патриотические игры «Зарница» |  |
| Соревнование по пожарно-прикладным видам спорта |  |
| «Его величества футбол» |  |
| **май** | Военно-патриотические игры «Зарница» |  |
| Сдача комплекса «ГТО» |  |
| «День футболиста» |  |
| «День волейболиста» |  |
| **июнь** | Мини-футбол на приз главы округа |  |
| Товарищеские встречи по футболу |  |
| «Школа безопасности» |  |
| «День Силовика» |  |

**Направление работы:**

* футбол;
* ОФП (ГТО);
* плавание

**Расписание занятий**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **понед-к** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** | **суббота** |
| **футбол** | 11.00-13.00  13.00-15.00 |  | 11.00-13.00  13.00-15.00 |  | 11.00-13.00  13.00-15.00 |  |
| **ОФП**  **(ГТО)** |  | 11.00-13.00 |  | 11.00-13.00  13.00-15.00 |  | 11.00-13.00 |
| **плавание** |  | 13.00-15.00 |  |  |  | 13.00-15.00 |

**Список воспитанников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **футбол** | **ОФП (ГТО)** | **плавание** |
| 1. Ерин Геннадий 2. Зайцев Артём 3. Исаков Александр 4. Исаков Богдан 5. Кравченко Руслан 6. Косыгин Никита 7. Линник Александр 8. Линник Матвей 9. Линник Дмитрий 10. Мухатдинов Артемий 11. Семейкин Артур 12. Милькевич Максим 13. Стрижов Семен | 1. Федотов Игорь 2. Филин Захар 3. Черевко Сергей 4. Семейкин Артур 5. Милькевич Максим 6. Исаков Богдан 7. Косыгин Никита 8. Стрижов Семен | 1. Правдин Алексей 2. Правдин Виктор 3. Правдина Алёна 4. Креденцер Виктория 5. Суханов Роман 6. Трощенков Владимир 7. Исакова Лия 8. Черевко Сергей 9. Мухатдинов Артемий |