

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»



ПОРТФОЛИО

7 «Б» класс

Кураторы:

Классный руководитель - Белова Алла Владимировна

Учитель физической культуры - Кривошекова Ольга Васильевна



Ханты-Мансийск
2019

I.

«Будущие успехи России, ее динамичное развитие и конкурентоспособность во многом зависят от профессионального становления, физического и нравственного здоровья, жизненной закалки юных граждан страны ...»

В. В. Путин

«...Здоровье человека - важный показатель его личного успеха. Если у молодёжи появится привычка к занятиям спортом, будут решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм, детская безнадзорность»

Д.А.Медведев

Наш девиз:

«Хочешь быть здоров - будь им»

Наши принципы:

«Познай себя!

Утверди себя!

Прояви себя!»

Наш выбор:





Охват физической активности обучающихся 7 «Б» класса (20 участников)

№	Ф.И. обучающегося	Наименование спортивной секции, кружка, школы
1	Абакарова Канитат	МБОУ СОШ №2 - «Шашки»
2	Абдужаббарова Бахтигул	МБОУ СОШ №2 - «Волейбол»
3	Алтынбеков Рустам	ЮМС «Ледовый дворец» - «Самбо»
4	Ахмедова Сабина	МБОУ СОШ №2 - «Баскетбол», «Волейбол»
5	Аширбакиева Полина	МБОУ СОШ №2 - «Шашки»
6	Багаутдинов Денис	ЮМС «Ледовый дворец» - «Самбо»
7	Вельков Артем	ЮМС «Югра-Атлетикс» - «Футбол»
8	Горбунов Данил	ЮМС «Ледовый дворец» - «Плавание»
9	Кайгородов Никита	СК «Факел» - «Футбол»; «Баскетбол», «Волейбол», МБОУ СОШ №2 - «Шахматы»
10	Киндрук Полина	МБОУ СОШ №2 - «Шахматы»
11	Киреева Алёна	МБОУ СОШ №2 - «Шашки»
12	Козлов Александр	ЮМС «Ледовый дворец» - «Самбо»
13	Кунякова Илона	МБОУ СОШ №2 - «Волейбол»
14	Мадияров Марат	ЮМС «Ледовый дворец» - «Самбо»
15	Мирзеагаев Рахман	МБУ СК «Дружба» - «Плавание»
16	Немцов Дмитрий	МБОУ СОШ №2 - «Шахматы»
17	Олинов Алексей	МБУ СК «Дружба» - «Мини-футбол»; МБОУ СОШ №2 - «Волейбол», «Баскетбол», «Хоккей»
18	Польянов Вячеслав	МБОУ СОШ №2 - «Шахматы»
19	Рахмушев Руслан	МБУ СК «Дружба» - «Мини-футбол»
20	Фоминых Мария	МБУ КДЦ «Октябрь» - «Ривер-хореография»





II. Внутри классные мероприятия

08.11.2018 Медицинское обследование учащихся на первом этапе конкурса (антрометрия, смокелайзер)



14.11.2018 Классный час «Курение или здоровье – выбирай сам!»

- информировать учащихся об угрожающих и вредных для здоровья веществах, содержащихся в табаке;
- развивать у учащихся чувство ответственности за свое здоровье и поведение;
- расширять знания учащихся о вреде курения на организм человека;
- научиться заботиться о своем здоровье;
- пропагандировать преимущества здорового образа жизни.

(Приложение №1)



24.11 2018 Родительское собрание «Физическое развитие школьников»

- познакомить родителей с результатами посещения родительским комитетом уроков физкультуры в классе.
- проанализировать вместе с родителями результаты физической подготовки учащихся.

(Приложение №2)



04.12.2018 Тест-анкета «Что я знаю о своем здоровье?»

- определение самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья

Результаты тест-анкеты показали благополучные показатели самооценки обучающихся класса. Зона риска – отсутствует.

(Приложение №3)



14.12.2018 Классный час «Твоё здоровье»

- познакомить подростков с правилами здорового образа жизни;
- формировать убеждения о необходимости сохранения личного здоровья;
- закрепление знаний и умений подростков по соблюдению личной гигиены;
- раскрыть позитивные и негативные факторы, влияющие на здоровье человека.

(Приложение №4)



17.12.2018 прохождение обследования обучающихся (биопедансметрия)



22.12.2018 Родительское собрание «Первые проблемы подросткового возраста»

- помочь родителям понять значение в жизни ребенка физиологических и психологических изменений, обратить их внимание на собственное поведение в этот период;
- обсудить определенные правила поведения родителей в период полового взросления детей.

(Приложение №5)

22.12.2018
Тема собрания: Первые проблемы подросткового возраста.

*Я не верю, что жизнь человека предопределена его детством.
Я думаю, что существуют еще очень важные периоды: отрочество, юность...
Ж.-П. Сартр.*

Задачи собрания:
Помочь родителям понять значение в жизни ребенка физиологических и психологических изменений, обратить их внимание на собственное поведение в этот период.
Обсудить определенные правила поведения родителей в период полового взросления детей.



20.03.2019 прохождение дообследования обучающихся (определение жизненной емкости легких в покое с помощью спирографа, динамометрия кистей рук, электрокардиограмма)



21.03.2019 Медицинское обследование учащихся на заключительном этапе конкурса (антрометрия, смокелайзер, динамометрия кистей рук)
(Приложение №6)





III. Общешкольные мероприятия.

06.11.2018 Школьная лига по футболу

- выявление сильнейших команд;
- популяризация футбола;
- пропаганда здорового образа жизни.



24-23.11.2018 Олимпиада по физической культуре

- популяризация и повышение интереса к учебному предмету;

- выявление уровня физической подготовленности и умственной способности учащихся.



- 30.11.2018 Игра-квест «Мы за здоровый образ жизни!» для 5х классов**
- формирование культуры здорового образа жизни у подрастающего поколения;
- проявление ответственности;
- самостоятельности и командного взаимодействия;
- создание условий для интеллектуальной и творческой самореализации обучающихся;
- популяризацию физической активности.

(Приложение №7)



05.12.2018 Соревнования по баскетболу среди 5-7 классов

- выявление и отбора сильнейших команд;
- популяризация баскетбола;
- пропаганда здорового образа жизни.



03-04.12.2018 Школьный турнир по шашкам

- привлечения учащихся к здоровому образу жизни через занятия различными видами спорта;
- выявления сильнейших спортсменов для формирования школьной сборной команды;
- популяризации и пропаганды шашек среди учащихся школы;
- вовлечения учащихся в активное занятие физической культурой и спортом;
- развития аналитических и умственных способностей.



**26.01.2019 Месячник оборонно-массовой и спортивной работы
«Военная эстафета» (организация, участие в поведении мероприятия)**

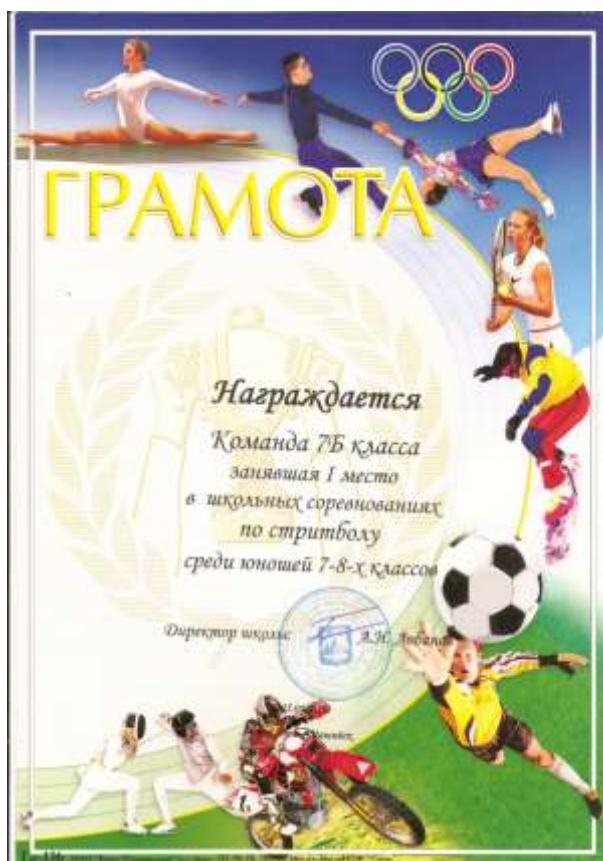
- формирования гражданственности и патриотизма среди подростков;
- повышения уровня физической и моральной подготовки молодёжи допризывного возраста.

(Приложение № 8)



**17-19.01.2019 Соревнования по волейболу среди 7-8 классов. Вид:
Стрит бол**

- выявление сильнейших команд;
- популяризация стрит бола;
- пропаганда здорового образа жизни.



14.01.2019 Проведение анкеты-опроса среди 7х классов «Полноценное питание. Пищевые привычки школьников»

(Приложение № 9)

- формирование навыков ЗОЖ;
- формирование культуры правильного питания

Социологическое исследование показало, что навыки и культура правильного питания у подростков 7х классов в понимании присутствует, но в применении этих пониманий имеются затруднения: в знаниях - правильном приобретении и применении навыков ЗОЖ.



В течение февраля и марта (динамическая перемена - ежедневно). Флэш-моб «Солнечная зарядка» 1-2 классы

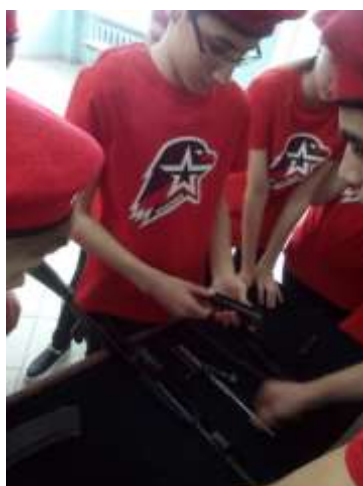
- пропаганда, профилактика и активизация здорового образа (физического, психологического, социального) жизни среди младших школьников;
- организация досуга на динамической перемене (20 минут)!

(Приложение №10)



16.02.2019 Месячник оборонно-массовой и спортивной работы 7-8 классы «Военно-спортивная игра «Пограничник» (организация и участие команды в поведении мероприятия)

- военно-патриотического воспитания обучающихся;
- пропаганда и популяризация среди обучающихся здорового образа жизни;
- приобщения учащихся к спорту и военному делу;
- проверка уровня и качества практической подготовки, обучающихся по программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- развития заинтересованности обучающихся в освоении защитника Отечества.



14.01.2019 ИГРА для 7х классов «Полноценное питание растущего организма»

- формирование навыков ЗОЖ, культуры правильного питания

На основе результатов проведённой анкеты-опроса среди 7х классов «Полноценное питание. Пищевые привычки школьников» для полноценного формирования навыков и понимания правильного питания подростков состоялась мини-игра среди 7х классов. По завершению игры командам вручены памятки «Пирамида продуктов» и «Рацион питания растущего организма».





IV. Муниципальные и Федеральные мероприятия

13-14.11.2018 Соревнования по волейболу среди муниципальных учреждений КСК «Дружба»

- выявление сильнейших команд;
- популяризация волейбола пропаганда здорового образа жизни.





01.11; 14.11.2018 Президентские спортивные игры. Вид: Стрит бол МБОУ СОШ №4

- выявление сильнейших команд;
- популяризация стрит бола, пропаганда здорового образа жизни.



25.11.2018 Квест-игра «Мой город» для 7х классов Парк им. Б. Лосева

- профилактическое воздействие на здоровое время препровождения путём организации творческой деятельности обучающихся;
- развитие самостоятельной исследовательской и творческой деятельности подростков на маршруте по парку;
- изучение истории своего города, региона, страны.

(Приложение №11)



06-07.12.2018 Олимпиада по физической культуре МБОУ СОШ №6

- популяризация и повышение интереса к учебному предмету;
- выявление уровня физической подготовленности и интеллектуальной способности учащихся



11.12.2018 Всероссийская онлайн-олимпиада для детей и подростков. Патриот <http://olimpiada-patriot.ru> «Зимние виды спорта»

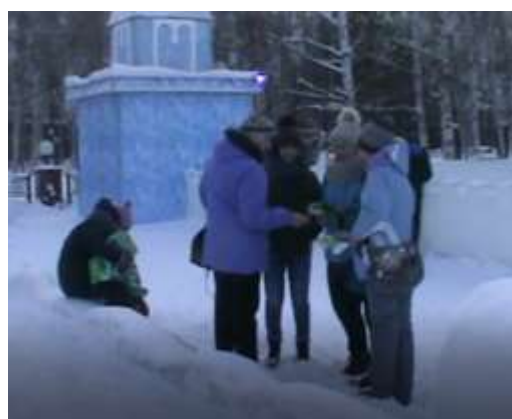
- закреплять представления о зимних видах спорта;
- научить различать и правильно называть зимние виды спорта;
- устанавливать взаимосвязи между видом спорта и его атрибутами;
- развивать логическое мышление, память, внимание.



20.01.2019 Распространение среди взрослого населения города флаеров «Принципы здорового питания», «К чему приводит ожирение», таблица вычисления ИМТ Центральная площадь города (Новогодний городок), ТДЦ «Гостиный двор»

- пропаганда здорового питания и здорового образа жизни среди взрослого населения города

(Приложение № 12)



20.02.2019 Слёт юнармии КДЦ «Октябрь»

- воспитание чувства любви к своей Отчизне, славной истории;
- уважение к старшему поколению;
- готовность стать защитником Родины, ее интересов, культурных и духовных традиций.



28.02.2019 Всероссийская онлайн викторина для учащихся «О, спорт, ты – Мир!» Первый интеллектуальный центр дистанционных технологий «Новое достижение» <http://newgi.ru/>.

- пропаганда знаний, выявление и развитие интереса к мировым достижениям в спорте у обучающихся



23.03.2019 Открытое конкурсное мероприятие «Закрытие зимних видов спорта» МБОУ СОШ №2

- приобщение к физической культуре и зимним видам спорта обучающихся 3-7 классов
- пропаганда ЗОЖ; профилактика простудных заболеваний; воспитание стремления к здоровому образу жизни.

(Приложение №13)





