



Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

ПОЛОЖЕНИЕ О СПОРТЗАЛЕ

УТВЕРЖДАЮ

Директор НОУ «Восточно – Сибирский лицей»

И.С. Цой

И.С. Цой



«31» января 2020 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О СПОРТЗАЛЕ

Якутск 2020

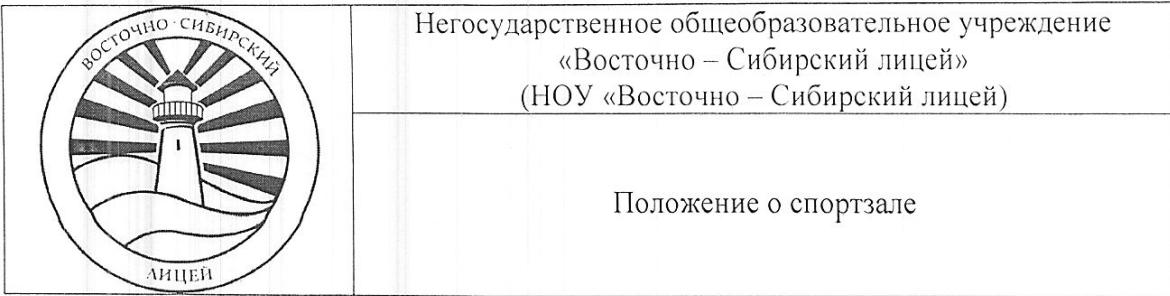


Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

Положение о спортзале

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения	3
2. Цели из задачи физического воспитания. Основные средства	3
3. Правила пользование спортзалом	5
4. Организация и проведение спортивных соревнований	6
5. Основные вопросы организации спортивных соревнований	6
6. Внесение изменений	8
7. Лист согласования.....	9



1. Общие положения

Современные темпы жизни и условия, в которых зачастую приходится работать многим сотрудникам, требуют от специалистов крепкого здоровья, выносливости, способности стойко переносить психологические и физиологические нагрузки, а также уверенно чувствовать себя в стрессовых ситуациях.

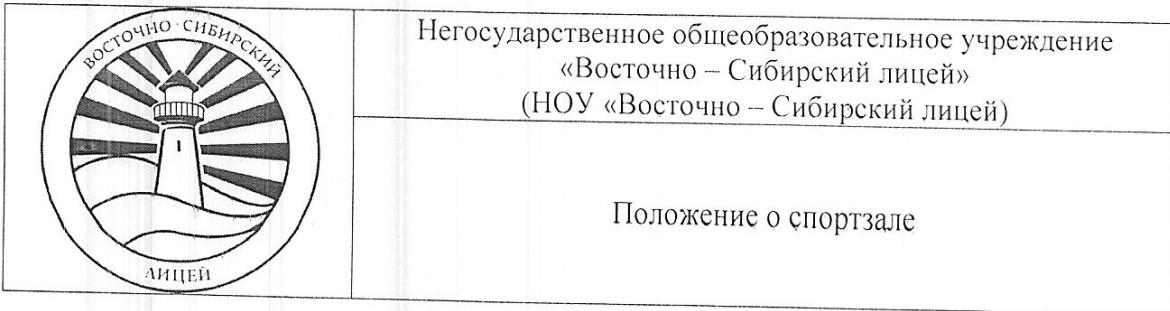
В настоящее время в современном российском обществе особую актуальность приобретает формирование новых ценностных мировоззренческих основ бережного отношения к своему здоровью, окружающих, воспитание культуры здорового образа жизни.

Поскольку здоровье сотрудника, его активная жизненная позиция непосредственно влияют на работоспособность, спорту на предприятиях и в организациях должно уделяться очень серьезное внимание, основная цель работы в этом направлении - вовлечение к регулярным занятиям спортом и здоровому образу жизни максимального числа работников предприятия.

Сегодня кооперативное посещение спортзалов рассматривается как несомненное преимущество работодателя и служит одним из способов социальной мотивации персонала. В ряде компаний есть даже личный спорт-менеджер, который курирует спортивные достижения сотрудников и занимается организацией корпоративного отдыха. Кроме того нужно отметить несомненную пользу занятиями спортом. Так регулярные тренировки на 15% снижают число дней нетрудоспособности сотрудников, по болезни на 30% повышают производительность труда. Совместные посещения спортзала не только способствуют созданию командного духа и дружеской атмосферы в коллективе, но и в условиях неформальной обстановки помогают рождению новых творческих идей и конструктивных предложений.

Реализация урока по физической культуре является оптимальной поддержкой ЗОЖ которая способствует укреплению здоровья, морального духа учащихся, снижению заболеваемости на предприятии, а также укреплению сердечной сосудистой системы, и отказа от вредных привычек.

2. Цели из задачи физического воспитания. Основные средства



Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

Положение о спортзале

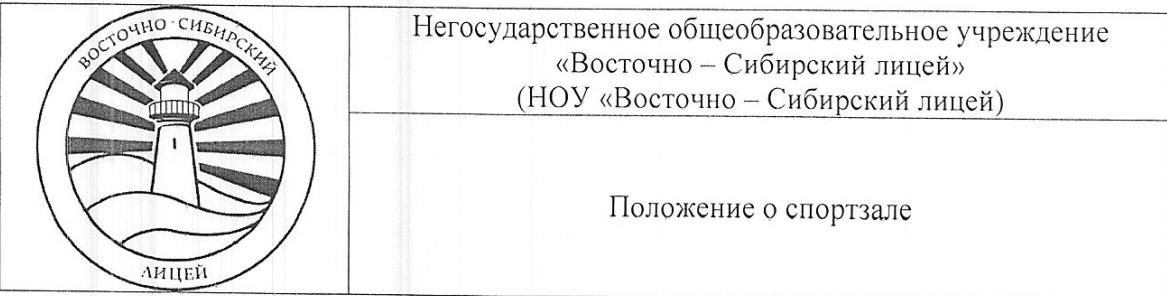
Работа по физическому воспитанию в профессиональных образовательных учреждениях среднего профессионального образования отличается большим многообразием форм, которые требует от учащихся проявления самостоятельности, инициативы, организованности, что способствует воспитанию у обучающихся организационных навыков, активности и находчивости.

Основными задачами физ. воспитания обучающихся являются:

- Укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию и закаливанию учащихся
- Сообщение студентам специальных знаний в области физической культуры и спорта, привитие гигиенических норм знаний и умений.
- Формирование и совершенствование двигательных умений и навыков, обучение новым видам движений и двигательным действиям.
- Развитие основных двигательных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости) в соответствии с возрастом.
- Воспитание смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма чувства дружбы и товарищества, навыков культурного поведения.
- Формирование навыков правильной осанки при статистических положениях и передвижениях.
- Осуществление постепенной подготовки студентов к овладению упражнений предусмотренных в физкультурном комплексе «Готов к труду и обороне»
- Воспитание у занимающихся устойчивого интереса и привычки к систематическим занятиям спорта.

Средством физ. воспитания людей любого возраста являются физические упражнения, соответствующий режим дня и использование естественных факторов природы.

Физические упражнения решают задачи, связанные с формированием двигательных умений и навыков у обучающихся, способствуют развитию двигательного аппарата, улучшает кровообращение и обмен веществ, благотворно влияют на дыхание. Движения , применяемые в практической



Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

Положение о спортзале

работе по физ. воспитанию развиваются быстроту, ловкость, гибкость, выносливость и укрепляют навыки правильного воспитания таких естественных движений человека как ходьба, бег, прыжки, равновесие. Распорядок дня оказывает существенное влияние на нервную систему и деятельность всего организма. Правильно организованный режим дня развивает, укрепляет и закаливает организм. Использование естественных факторов природы в физическом воспитании студентов проводится по правилам, в соответствии с которыми преподаватель организует разъяснительную работу.

3. Правила пользования спортзалом

- 3.1. На первом занятии урока физической культуры учащиеся знакомятся с инструкцией правила поведения на уроках физической культуры.
- 3.2. Учащиеся находятся в спортзале только в спортивной форме и в спортивной обуви.
- 3.3. Учащиеся находятся в спортзале только в присутствии преподавателя.
- 3.4. Учащиеся занимаются в спортзале строго по расписанию только по группам.
- 3.5. До начала занятий учащиеся переодеваются в спортивную форму и выходят на построение урока.
- 3.6. Учащиеся приступают к занятиям только после разрешения преподавателя.
- 3.7. В спортзале запрещено использовать посторонние предметы без разрешения преподавателя.
- 3.8. Во время занятий учащиеся не покидают занятия без разрешения преподавателя.
- 3.9. Учащиеся соблюдают чистоту и порядок в спортзале.
- 3.10. Во время каждой перемены учащиеся выходят из спортзала.
- 3.11 .После окончания урока (не последнего) занятий дежурные вместе с преподавателем проверяют тренажерный зал, раздевалку, расположение инвентаря и оборудования.

	<p>Негосударственное общеобразовательное учреждение «Восточно – Сибирский лицей» (НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)</p> <p>Положение о спортзале</p>
---	--

3.12. После окончания последнего урока учащиеся обязаны, в соответствии с правилами, убрать за собой инвентарь, оборудование, привести в порядок свое занимающее место.

3.13. После окончания последнего урока дежурные вместе с преподавателем проверяют состояние спортзала к следующему уроку.

4. Организация и проведение спортивных соревнований

Функции преподавателей физической культуры и спорта, организаторов соревнований, спортивных судей и спортивных врачей связанные с организацией и проведением соревнований различаются в зависимости от характера деятельности этих людей.

Одной из важнейших функций преподавателей физкультуры и спорта являются подготовка занимающихся к участию в спортивных соревнованиях. Прежде чем допускать учащихся к официальным соревнованиям, следует не только обучить их спортивной технике и тактике определенному кругу знаний, но и развить у них необходимые двигательные качества, и научить их соревноваться. Для этого им необходимо участвовать в прикатах, контрольных и учебных соревнованиях. К мерам организационно-методического характера, связанных с проведением спортивных соревнований, прежде всего, относится составление положения о соревнованиях по виду спорта, ежегодного календарного плана соревнований по видам спорта. В них указывается название соревнования, сроки и место их проведения, и ответственных за их организацию лица.

5. Основные вопросы организации спортивных соревнований

Центром организации массовых соревнований должен быть лицей. К участию в них привлекаются учащиеся всех классов. Соревнования в лицее могут быть как внутри класса, на первенство лицея, так и участие в различных турнирах по видам спорта. Соревнования на первенство лицея по видам спорта должны проходить организованно и в торжественной обстановке при максимальном количестве спортсменов и зрителей. Следует приглашать администрацию, преподавателей, мастеров и спонсоров. Все участники соревнований должны пройти соответствующую подготовку и иметь допуск врача. К проведению соревнований широко привлекаются



Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

Положение о спортзале

судьи из числа учащихся и тренеров – преподавателей, имеющих судейскую категорию. Перед началом соревнований от руководителей команд принимаются заявки с указанием Ф.И.О. спортсменов и класс, за который спортсмен выступает. После окончания соревнований судейская коллегия подводит итоги и торжественно награждает грамотами и призами победителей и призеров. Руководитель физвоспитания пишет заметку о результатах соревнований и отдает ее в местные органы информации



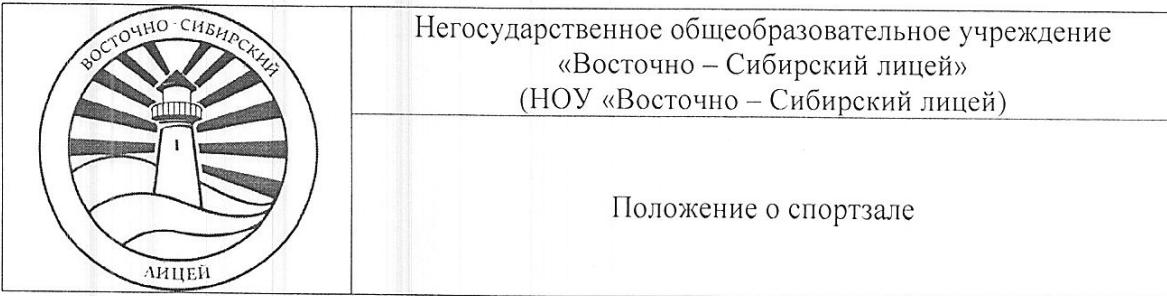
Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

Положение о спортзале

6. Внесение изменений

6.1. Лист регистрации изменений

№ измени я	Дата внесения изменения, дополнения и проведения ревизии	Номер а листов	Шифр докумен та	Краткое содержание изменения, отметка о ревизии	Ф. И. О., должность, подпись лица осуществившег о изменение документа
1	2	3	4	5	6



Негосударственное общеобразовательное учреждение
«Восточно – Сибирский лицей»
(НОУ «Восточно – Сибирский лицей»)

Положение о спортзале

7. Лист согласования

№ п/п	Наименование подразделения	Должность	Ф. И. О.	Подпись	Дата
1.	Дирекция	Заместитель директора по учебной работе	Гогенлох Е.Г.		31.01.18
2.	Отдел правового и кадрового обеспечения	Юрисконсульт	Зайцева Д.А.		31.01.18