

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

Администрация Верхнекамского муниципального округа

МКОУ СОШ п.Рудничный

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического
совета
МКОУ СОШ п.Рудничный
от 30 августа 2023г. протокол № 01

**Мищихина
Елена
Ивановна**

Подписано цифровой
подписью: Мищихина
Елена Ивановна
Дата: 2023.08.31 10:17:55
+03'00'

от «31» августа 2023 г №63-о/д

«УТВЕРЖДЕНО»
приказом директора
МКОУ СОШ п. Рудничный

**Программа внеурочной деятельности
«Школьный спортивный клуб»
Спортивно-оздоровительной направленности**

Программа рассчитана
на возраст-9-16 лет
Срок реализации программы 1 год

п. Рудничный, 2023

Пояснительная записка.

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. Программа ШСК «Олимп» разработана на основании документов, составляющих нормативно-правовую базу для создания и организации деятельности физкультурно - спортивных клубов:

Закон «Об образовании» РФ

- «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов в образовательных учреждениях», утверждённых приказом Министерством образования и науки РФ от 10.08.2011 г.
- Программа «Школа- территория здоровья»
- «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2025 года».
- Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ.
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов» от 13 сентября 2013 года № 1065.
- Методических рекомендаций Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации «По созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» от 10 августа 2011 г. № МД-1077/19 (НП-02-07/4568).

Программа имеет **спортивно-оздоровительную** направленность.

Уровень программы – базовый.

Возраст обучающихся: 9-16 лет.

Срок реализации программы: 1 год -34 часа.

В последние годы остро встал вопрос организации досуга детей школьного возраста. Вовлечение их в спортивные секции, клубы, позволит отвлечь подростков от вредных привычек: (курение, алкоголь, наркотики и т. д.). Здоровый образ жизни должен стать нормой для детей и подростков, занимающихся спортом.

Спорт, это способ продления активной жизни и профилактика заболеваний, через достижение душевного равновесия и поэтапного укрепления своего здоровья

Цель: приобщение подростков и родителей к здоровому образу жизни, через изучение и пропаганды ЗОЖ, через выполнение физических упражнений.

Для достижения цели определены следующие задачи:

- вовлечение молодёжи в активное занятие физической культурой и спортом, сдача норм ВФСК ГТО;
- развитие социально и личностно значимых качеств, создание условий для их проявления в спорте и жизнедеятельности через освоение совокупности правил, норм поведения, обязанностей к самому себе, к другим людям, обществу;
- организация соревнований по олимпийским видам спорта, олимпийских уроков, конкурсов знатоков олимпийского движения, турниров, создание информационного имиджа как школы здоровья, добра и радости.
- привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК, участие учащихся школы в поселковых, окружных, спортивно-массовых мероприятиях.
- вовлечение трудных детей школы в секции и мероприятия клуба;
- вовлечение родителей в физкультурно-массовые мероприятия школы;
- распространение опыта работы спортивного клуба через СМИ, педагогические сетевые сообщества, сайт школы, школьную газету;

Планируемые результаты освоения программы дополнительного образования.

Личностные результаты:

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной и физкультурно-спортивной деятельности;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

Предметные результаты:

- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
- владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Актуальность.

Ни одно другое социальное окружение нашего поселка не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьника, на развитие олимпийских видов спорта, какое может осуществить школа, которая является местом активной деятельности ребенка на протяжении 11 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья на дальнейшую жизнь, именно здесь появляются новые детские рекорды.

Приобщение подростков к ценности здорового образа жизни является одной из основных задач ШСК «Олимп». Именно поэтому наш педагогический коллектив выбрал её основным направлением работы с подрастающим поколением, которые впоследствии смогут показать пример здорового образа жизни в нашем поселке. Актуальность и педагогическая целесообразность программы заключаются в потребности современного общества на появление социально активной, физически и духовно развитой молодёжи, способных создавать вокруг себя атмосферу сотворчества и эмоционально-положительную среду общения, неприятия вредных привычек и асоциального поведения

Формированию здорового образа жизни, физическому развитию в последнее время уделяется большое внимание. Однако важно, чтобы обучающиеся не только сами росли физически развитыми и мотивированными на ведение здорового образа жизни, занятия физической культурой и спортом, но и становились активными проводниками данных установок среди сверстников и особенно среди младших подростков. Программа

будет способствовать развитию организаторских, физических, творческих и коммуникативных качеств обучающихся, содействовать повышению их социального статуса в классе и обществе. Здоровье надо не беречь, а укреплять и преумножать, а это возможно лишь при здоровом образе жизни и активном занятии физической культурой. В этом заключается **новизна** программы.

Условия реализации программы:

Программа рассчитана на 1 год реализации-34 часа.

Занятия объединения проводятся 1 раз в неделю.

Набор обучающихся проводится без предварительного отбора.

Состав группы постоянный 12-15 человек. В группу входят учащиеся разных возрастных категорий, являющиеся основным составом объединения.

Виды деятельности и формы.

№	Раздел.	Виды деятельности.	Формы.
1	Легкая атлетика.	Спортивно – оздоровительная, игровая, познавательная.	Соревнования, конкурсы, игра.
2	Футбол.	Спортивно – оздоровительная, игровая, познавательная.	Соревнования, конкурсы, игра, олимпиада.
3	Гимнастика.	Спортивно – оздоровительная, игровая, познавательная.	Соревнования, конкурсы, игра
4	Волейбол.	Спортивно – оздоровительная, игровая, познавательная.	Соревнования, конкурсы, игра
5	Баскетбол.	Спортивно – оздоровительная, игровая, познавательная.	Соревнования, конкурсы, игра
6	Легкая атлетика.	Спортивно – оздоровительная, игровая, познавательная.	Соревнования, конкурсы, игра, тесты, спортивные праздники.

Формы занятий – групповые занятия, индивидуально-групповые, индивидуальные занятия.

Для занятий созданы все условия: действуют современные спортивный и тренажерный залы, благоустроена пришкольная спортивная площадка, оборудованные согласно санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

Для спортивного инвентаря созданы снарядные комнаты. Спортивный зал предназначен не только для урочной и внеурочной деятельности, но и для проведения праздников и соревнований школьного и муниципального уровня.

Для достижения хороших спортивных результатов применяются и ресурсы тренажерного зала, который оснащен велотренажерами, силовыми и гребными спортивными установками, беговыми дорожками. Занятия в тренажерном зале способствуют формированию у детей и взрослых

положительного отношения к организации досуга, потребности в постоянных занятиях физкультурой и спортивными видами спорта. В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащих школы в спортивных секциях.

Деятельность совета ШСК и волонтеров из членов клуба позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, поможет узнать историю олимпийского достижения через связь со СМИ, выпуск буклетов, фотогазет, создание и обновление странички «ШСК «Олимп» на сайте школы.

Содержание программы.

Количество часов-34 часа.

1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. 1 час.

План работы ШСК «Олимп». Выбор символики и атрибутики клуба. Правила техники безопасности при проведении соревнований, спортивных игр.

2. Подготовка и составление плана работы ШСК «Олимп». 2 часа.

Кадровое и финансовое обеспечение. Наличие в клубе спортивного инвентаря, спортивного и тренажерного залов, спортивных площадок. Организация занятий по интересам, возрастам, уровню физической подготовленности.

3. Собрание физоргов и родителей по проведению спортивных праздников и соревнований. 2 часа.

Создание физкультурно – спортивного совета среди учащихся, родителей и общественности. Утверждение документов на управляющем совете школы. Планирование, организация и проведение мероприятий. Сбор предложений по организации физкультурно – массовых мероприятий.

4. Обсуждение плана проведения подвижных игр на переменах. 1 час. Анкетирование детей. Особенности и правила проведения физкультурно – массовых мероприятий.

5. Создание школьного спортивного стенда. 2 часа.

Агитационная работа в средствах массовой информации, по вовлечению обучающихся к занятиям спортом. Оформление стенда.

6. Организация физкультурно– массовых мероприятий. 23 часа.

Проведение физкультурно – массовых мероприятий: соревнования, праздники, часы здоровья, подвижные игры, веселые перемены. Занятость в клубе детей и взрослых («Веселые старты»). Подготовка и сдача норм ВФСК ГТО.

7. Выпуск информационного листка о спортивных событиях. 2 часа.

Публикации в СМИ, фото и видео материалы.

8 Собрание физоргов и родителей. Подведение итогов. 1 час.

Увеличение количества детей, ведущих здоровый образ жизни, занимающихся спортом; уменьшение количества детей, имеющих пагубные привычки; повышение уровня профилактической работы по предупреждению вредных привычек. Анкетирование. Тестирование.

Тематическое планирование

№ пп	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени	Плановые сроки	Дата по факту
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1		8.09
2	Подготовка и составление плана работы ШСК «Олимп».	1		15.09
3	Совещание физоргов и родителей по проведению спортивных праздников и соревнований.	1		22.09
4	Обсуждение плана проведения подвижных игр на переменах.	1		29.09
5	Соревнования на звание лучшего бегуна. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		6.10
6	Час здоровья «Я выбираю спорт».	1		13.10
7	Час здоровья «Я выбираю спорт».	1		20.10
8	Оформление стенда ШСК «Олимп».	1		27.10
9	Оформление стенда ШСК «Олимп».	1		10.11
10	Выпуск информационного листка о спортивных событиях.	1		17.11
11	Выпуск информационного листка о спортивных событиях.	1		24.11
12	Конкурс рисунков «Мы любим спорт».	1		1.12
13	Подготовка и проведение соревнований по баскетболу.	1		8.12
14	Подготовка и проведение соревнований по баскетболу.	1		8.12
15	Турнир по стритболу.	1		15.12
16	Подготовка к сдаче норм ГТО.	1		22.12
17	Спортивный праздник «Веселые эстафеты».	1		29.12
18	Подготовка и проведение соревнований по скипингу.	1		12.01
19	Подготовка и проведение соревнований по скипингу.	1		12.01
20	Подвижные игры «Чемпионы среди нас».	1		19.01
21	Подготовка и проведение соревнований по лыжным гонкам.	1		26.01
22	Подготовка и проведение соревнований по лыжным гонкам.	1		26.01
23	Спортивный праздник «Спорт против наркотиков».	1		2.02
24	Подготовка и проведение соревнований по шахматам.	1		9.02
25	Подготовка и проведение соревнований по шахматам.	1		9.02
26	Подготовка и проведение соревнований по пионерболу.	1		16.02
27	Подготовка и проведение соревнований по пионерболу.	1		16.02
28	Подготовка и проведение соревнований по армреслингу.	1		1.03
29	Подготовка и проведение соревнований по армреслингу.	1		1.03
30	Соревнование с элементами легкой атлетики.	1		15.03

31	Подготовка и проведение эстафеты к Дню Победы.	1	19.04
32	Подготовка к сдаче норм ГТО.	1	5.04
33	Совещание физоргов и родителей. Подведение итогов.	1	12.04
34	Спортивный праздник «Здравствуй, лето!»	1	17.05

Условия реализации программы.

Кадровое	Материально - техническое	Финансовое	Нормативно - правовое (локальные акты)
- В состав Совета ШСК входят: - куратор клуба (заместитель директора по учебно-воспитательной работе); - председатель совета ШСК; - учителя физической культуры; - представители общественности	Используются ресурсы: - тренажёрного зала; - спортивного зала; - пришкольные спортивные площадки; - спортивное оборудование; - площадка для проведения уроков на открытом воздухе;	- занятия в спортивном клубе осуществляются педагогами в пределах бюджетного финансирования;	1.Приказ №20-о/д от 25.04.2020 «Об открытии школьного клуба» 2.Приказ об утверждении положения 25.04.2020 3.Должностные обязанности руководителя ШСК, 4.Положение о школьном спортивном клубе МКОУ СОШ п.Рудничный 5.План работы ШСК на 2021-2022уч. год 6.Программа ШСК «Олимп» разработана на основе Программы МКОУ СОШ п. Рудничный.

Виды контроля: анкетирование, тестирование, проведение соревнований.

Результативность: участие в соревнованиях, олимпиадах, конкурсах; рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, района, сдача норм ВФСК ГТО; увеличение числа учащихся, посещающих спортивные секции.

Материально-техническое обеспечение.

- Дидактические материалы по основным разделам.
- Мультимедийный компьютер.
- Скамейка гимнастическая жесткая
- Мячи: футбольный, баскетбольный, волейбольный, малый мяч (мягкий), набивной.
- Скакалки гимнастические.

Методическое обеспечение программы

- «Стратегии развития физической культуры и спорта 2009-2020»
- «Национальная доктрина образования и дополнительного образования»
- Михайлов В.В.: Путь к физическому совершенству. - М.: Физкультура и спорт, 1989

- Осипов И.Т.: Ступень "Здоровье в движении". - М.: Физкультура и спорт, 1987

- Уваров В.А.: К стартам готов!. - М.: Физкультура и спорт, 1982

- Нормативы ВФСК ГТО.
- Журналы «Физкультура в школе»
- Настольная книга учителя физической культуры. Под. Ред. Л.Б. Кофмана, 1998г.
- «Организация и оценка здоровья сберегающей деятельности образовательного учреждения» Под. Ред. М.Л. Безруких и В.Д. Сонькина, 2004 г.