

Министерство образования Калужской области
Управление образования города Калуги
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №8» города Калуги

ПРИНЯТА

на заседании педагогического
совета МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №
8» г. Калуги
(протокол № 1 от 30 августа
2023)

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора МБОУ
«Средняя общеобразовательная
школа № 8»
г. Калуги
№ 44-об/от от 30 августа 2023 г)



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

Школьный спортивный клуб «Дружба»

Возраст обучающихся: 12-17 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: *Гришина В.С.*,
учитель физической культуры
соответствие занимаемой должности

Калуга, 2023 г

Содержание

1. Паспорт программы.
2. Пояснительная записка.
3. Особенности организации образовательного процесса.
4. Планируемые результаты.
5. Основное содержание программы.
6. Календарный учебный график
7. Условия реализации программы.
8. Формы аттестации (контроля).
9. Оценочные материалы.
10. Направление деятельности клуба.
11. Организация работы спортивного клуба школы.
12. Обязанности членов спортивного клуба школы.
13. Список литературы.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Государственный заказчик	
Основные разработчики программы	Руководитель ШСК, учителя физической культуры.
Основная цель программы	<u>Цель:</u> организация и проведение спортивно-массовой работы в школе во внеурочное время, приобщение подростков и родителей к здоровому образу жизни, через изучение ЗОЖ и пропаганды, через физические упражнения.
Основные задачи программы	<u>Для достижения цели определены следующие задачи:</u> 1. активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы 2. укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся общеобразовательных школ на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей; 3. закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств; 4. воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей; 5. профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.
Сроки реализации программы	2023-2024 г.г.
Исполнители программы	МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №8» г. Калуги, руководитель ШСК «Дружба», составлена для обучающихся 6-11 классов
Объем и источники дополнительного финансирования	Источником финансирования программы развития является бюджет образовательного учреждения
Система управления программой и контроль	Контроль за ходом реализации программы осуществляет директор школы Домме О.И., завуч по ВР Агеева И.В.
Ожидаемые конечные результаты	В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащимися школы в спортивных секциях. Социальный эффект.

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ в городских, спортивно-массовых мероприятиях примут участие свыше 150 учащихся нашей школы. ➤ вовлечение родителей в физкультурно – массовые мероприятия школы. <p>Образовательный эффект.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Освоение компонентов ключевых (универсальных) компетентностей: знаний умений и навыков; ➤ Развить у учащихся осознанное отношение к вопросам сохранения собственного здоровья; <p>Профессиональный эффект.</p> <p>Спортивные успехи – на основе устойчивой мотивации к занятиям избранным видом спорта в контексте учебно-тренировочного процесса:</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ победное участие в городских соревнованиях,; ➤ рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, города; <p>Деятельность членов клуба позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, обновление странички «ШСК «Факел» на сайте школы.</p>

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивного направления стартового уровня. Составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими задачи, содержание и формы организации педагогического процесса в дополнительном образовании:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р); Под физическим развитием человека понимают комплекс функционально-морфологических свойств организма, который определяет его физическую дееспособность. В это комплексное понятие входят такие факторы, как здоровье, физическое развитие, масса тела, уровень аэробной и анаэробной мощности, сила, мышечная выносливость, координация движений, мотивация и др.

На физическое развитие человека влияют наследственность, окружающая среда, социально-экономические факторы, условия труда и быта, питание, физическая активность, занятия спортом.

Программа направлена на формирование и поддержание физического развития обучающихся. Занятия ОФП общедоступны благодаря разнообразию видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься без специальной подготовки.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Новизна программы заключается в том, что составлена она в поддержку основной рабочей программы по физической культуре.

Адресат участниками программы являются учащиеся 6–11. Набор учащихся в клуб свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе, годные по состоянию здоровья. Каждый год создается актив клуба, которые являются организаторами соревнований, турниров, праздников и выполняют функции судей на соревнованиях.

Актуальность программы.

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. В настоящее время работа в данном направлении ведется с помощью реализации Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2006 – 2015 годы», целью которой является – создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта. Популяризации массового и профессионального спорта и приобщение различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Ни одно другое социальное окружение нашего города 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.

Педагогическая целесообразность программы по общей физической подготовке заключается в том, что занятия по ней дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, являются хорошей школой движений. Проводятся с целью укрепления здоровья занимающихся; достижения всестороннего развития, широкого овладения физической культурой; приобретения умения и навыков самостоятельно заниматься; развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости; обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических упражнений.

Программа ориентирована на свободный выбор занимающихся в видах спорта и форм физической активности.

Особенности организации образовательного процесса

Объем программы: программа рассчитана на 2 часа в неделю – всего 68 часов в год.

Сроки реализации программы: 1 год.

Формы обучения: очная.

Форма организации образовательной деятельности:

- индивидуальная (члену клуба дается самостоятельное задание по сбору команды и т.д.);
- групповая (члены клуба выполняют полученное задание сообща);
- коллективная (проведение и судейство всех видов школьных соревнований).

Формы занятий:

1. тренировка;
2. игра;
3. эстафета;
4. соревнование.

Система оценки результатов освоения программы:

Для оценки результативности реализации программы используются следующие формы контроля:

1. педагогическое наблюдение;
2. сдача контрольных нормативов ГТО;
3. участие во внутришкольных спортивных соревнованиях.
4. участие в городских спортивных соревнованиях.

Планируемые результаты

Предметные результаты

Учащийся должен знать:

1. Программные требования к знаниям (результаты теоретической подготовки);
2. Основы техники безопасности и правила поведения на занятиях физической культурой
3. Режим дня и личная гигиена

4. Связь занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья. Характеристика основных физических качеств силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений.

5. Способы закаливания организма.

Учащийся должен уметь:

1. Выполнять упражнения и технические действия из спортивных игр, самостоятельно проводить подвижные и спортивные игры;

Владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём.

Личностные результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности:

1. Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;

2. Проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;

3. Проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;

4. Оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья; широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района, округа;

5. Умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;

6. Конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;

7. Своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

Метапредметные результаты освоения обучающимися программы:

1. Осознание здоровья как социокультурного феномена в контексте физического, психологического и социального здоровья, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

2. Планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;

3. Анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;

4. Управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

Предметные результаты:

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Основное содержание программы.

Программа ШСК «Дружба» разработана на основании документов, составляющих нормативно-правовую базу для создания и организации деятельности физкультурно - спортивных клубов:

1. Закон «Об образовании» РФ
2. «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов в образовательных учреждениях», утверждённых приказом Министерством образования и науки РФ от 10.08.2011г.
3. Программа «Школа- территория здоровья»
4. «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».

Календарный учебный график

№ занятия	Наименование темы	Количество часов	Дата	
			план	факт
1.	Утверждение совета клуба.	1		
2.	Составление плана работы на учебный год, распределение обязанностей.	2		
3.	Обсуждение плана мероприятий на внутришкольную спартакиаду.	1		
4.	Организация мероприятия «Легкоатлетическая эстафета»	1		
5.	Проведение мероприятия «Легкоатлетическая эстафета» в начальной школе.	1		
6.	Проведение мероприятия «Легкоатлетическая эстафета» в средней и старшей школе	2		
7.	Собрание совета клуба.	1		
8.	Разработать мероприятие для начальной школы «Эстафета ГТО».	1		
9.	Участие в школьном этапе олимпиады по физкультуре.	1		
10.	Организация мероприятия «Эстафета ГТО» для средней и старшей школы.	2		
11.	Проведение мероприятия «Эстафета ГТО» для начальной школы.	1		,
12.	Проведение мероприятия "Олимпийские старты" в начальной школе.	1		
13.	Помощь в организации сдачи норм	1		

	ГТО.			
14.	Собрание совета клуба.	1		
15.	Разработать мероприятие по пионерболу/волейболу для средней и старшей школы.	1		
16.	Проведение мероприятия по пионерболу/волейболу в средней и старшей школе	2		
17.	Организация мероприятия «Мини-футбол» для начальной школы.	2		
18.	Утверждение списков на сдачу норм ГТО.	1		
19.	Проведение мероприятия «Мини-футбол» для начальной школы.	2		
20.	Помощь в организации сдачи норм ГТО.	1		
21.	Собрание совета клуба.	1		
22.	Разработать мероприятие «Настольный теннис»	2		
23.	Проведение мероприятия "Настольный теннис»	2		
24.	Подведение итогов первого полугодия.	1		
25.	Обсуждение проведенных мероприятий . Выявление ошибок и успехов.	1		
26.	Заседание совета клуба «Дружба».	1		
27.	обсуждение планов соревнований и мероприятий на будущее полугодие.	1		
28.	Разработать и организовать мероприятие для начальной, средней и старшей школы «Лыжные гонки».	1		
29.	Проведение мероприятия "Лыжные гонки в начальной школе"	1		
30.	Проведение мероприятия "Лыжные гонки в 5-8 классах "	1		
31.	Проведение мероприятия "Лыжные гонки в старшей школе"	1		
32.	Собрание совета клуба.	1		
33.	Разработать мероприятие для начальной школы «Шахматы».	1		
34.	Организация мероприятия «Мини-футбол» для средней и старшей школы.	2		
35.	Утверждение списков на сдачу норм	1		

	ГТО.			
36.	Помощь в организации сдачи норм ГТО.	2		
37.	Заседание совета клуба.	1		
38.	Разработать для начальной школы конкурс рисунков на тему: «Спорт и ЗОЖ».	1		
39.	Организация мероприятия «Шахматы» для средней и старшей школы.	1		
40.	Проведение конкурса рисунков в начальной школе.	2		
41.	Проведение мероприятия "Шахматы".	2		
42.	Заседание совета клуба.	1		
43.	Разработать и организовать первенство школы 1-11 классов по прыжкам в высоту.	2		
44.	Проведение мероприятия "Прыжки в высоту" в начальной школе.	1		
45.	Проведение мероприятия "Прыжки в высоту" в 5-7 классах .	1		
46.	Проведение мероприятия "Прыжки в высоту" в 8-11 классах .	1		
47.	Помощь в организации сдачи норм ГТО.	2		
48.	Заседание совета клуба.	1		
49.	. Разработать и организовать первенство школы 1-11 классов по легкой атлетике.	2		
50.	Проведение мероприятия по шашкам в начальной школе.	1		
51.	Проведение мероприятия по шашкам в 5-7 классах.	1		
52.	Проведение мероприятия по шашкам в 8-11 классах.	1		
53.	Утверждение списков на сдачу норм ГТО.	1		
54.	Итоговое заседание Спортивного клуба «Дружба».	1		

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

1. спортивные зал, стадион школы,

2. ракетки, шары для настольного тенниса,
3. мячи для баскетбола, волейбола, футбола.
4. шахматы, шашки, шахматные доски, часы,
5. маты, эстафетные палочки, фишки.
6. Волейбольная сетка.
7. Скамейки.
8. Обручи.
9. Тумба для наклонов на гибкость.
10. Рулетка.

Информационное обеспечение: сайт школы, странички в Телеграмм, ВКонтакте, Одноклассники, школьное радио.

Формы аттестации (контроля)

Формами аттестации школьного спортивного клуба «Дружба» являются результаты внутришкольных сортивных соревнований и результаты участия в городских спортивных соревнованиях., успешная сдача норм ГТО (получение знака отличия ГТО).

Оценочные материалы

Оценочными материалами являются материалы для сдачи норм ГТО, опросы, наблюдения.

Направление деятельности клуба

Основными функциями спортивного клуба являются:

- проведение внутришкольных соревнований, товарищеских спортивных встреч между классами и педагогами школы;
- организация участия в соревнованиях, проводимых органами управления образования;
- проведение спортивных праздников;
- проведение пропаганды физической культуры и спорта в школе;
- расширение и укрепление материально-технической базы школы (оборудование школьных спортивных сооружений и уход за ними, ремонт спортивного инвентаря);
- формирование сборных команд образовательного учреждения для участия в соревнованиях более высокого ранга (городские, районные и краевые соревнования);
- поощрение лучших спортсменов и активистов клуба.

Организация работы спортивного клуба школы

Общее руководство деятельностью спортивного клуба школы осуществляет учитель физкультуры.

Обязанности членов спортивного клуба школы

Члены спортивного клуба школы обязаны:

- посещать спортивные секции по избранному виду спорта;
- принимать активное участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы;
- ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;
- способствовать укреплению материально-спортивной базы школы;
- способствовать продвижению и популяризации комплекса ГТО в школе;
- активно участвовать в сдаче норм ГТО.

Члены спортивного клуба имеют право совмещать посещение секций по различным видам спорта в случае успешной учебы в школе.

Список литературы

1. Безруких М. М. Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении. Москва: Просвещение, 2016. 128 с.
2. Воронова Е. А. Здоровый образ жизни в современной школе. Программы, мероприятия, игры. Москва: Феникс, 2015. 179 с.
3. Дьяконов И.Ф. Основы здорового образа жизни для всех. СПб: Спецлит, 2018. 126 с.