

ПРОГРАММА
ШКОЛЬНОГО-СПОРТИВНОГО КЛУБА
«Здоровье»

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Основные разработчики Программы	Руководитель школьного-спортивного клуба, заместитель директора по воспитательной работе МКОУ «Иннокентьевская ООШ»
Основная цель программы	Широкое привлечение обучающихся, родителей, педагогических работников школы к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирования здорового образа жизни, организации активного отдыха, повышения уровня физического развития.
Основные задачи Программы	<u>Задачи:</u> <ul style="list-style-type: none">• создать оптимальные условия для активного отдыха детей и взрослых;• сформировать разновозрастные группы, группы по интересам, по уровню физической подготовленности;• организовать занятия в спортивных секциях;• проводить массовые физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия и праздники;• осуществлять профилактику асоциального поведения детей и подростков средствами физической культуры и спорта;• пропагандировать деятельность физкультурно-спортивного клуба, ЗОЖ через взаимодействие со средствами массовой информации;• создать условия для деятельности школьника, результат которой - самоопределение, самореализация, физическое самовоспитание, формирование ключевых компетенции школьника.
Сроки реализации Программы	2023 – 2027учебные года.
Исполнители Программы	МКОУ «Иннокентьевская ООШ», руководитель ШСК «Здоровье» В.А.Глазунова.
Система управления Программой и	Контроль над ходом реализации программы осуществляет Администрация МКОУ «Иннокентьевская ООШ» и

контроль	Управление образованием Партизанского района.
Ожидаемые конечные результаты	<ul style="list-style-type: none"> • В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащиеся школы в спортивных секциях. • Увеличится количество различных школьных спортивных соревнований, соответственно вырастет количество разновозрастных участников. • Деятельность совета ШСК из членов клуба, позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек через СМИ, выпуск буклетов, фотогазет, создания и обновления странички «Спортивная жизнь» на школьном сайте.

Обоснование:

В МКОУ «Иннокентьевская ООШ» существуют спортивные традиции:

- ежегодно осенью и весной проводятся «День Здоровья» целью которых является популяризация ЗОЖ, организация активного здорового отдыха;
- спортивно-массовые мероприятия, организованные совместно с родителями; соревнования по волейболу, баскетболу, «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- обучающиеся нашей школы активно участвуют в районной спартакиаде школьников «Школьная спортивная лига», а так же в других спортивных мероприятиях.
- организация плановой внеклассной работы по физической культуре через работу спортивных секций «общая физическая подготовка», « настольный теннис»

В ходе реализации программы в школе обязательными стали:

- физ. минутки на уроках и переменах;
- утренняя зарядка
- физкультурно-спортивные праздники;
- Дни здоровья;
- подвижные игры на свежем воздухе;
- тематические классные часы, беседы, лекции о здоровом образе жизни.

Основное содержание программы

Программа развития школьного-спортивного клуба «Здоровье» МКОУ «Иннокентьевская ООШ» разработана на основе Закона РФ «Об образовании», законом Российской Федерации «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Уставом ОУ, Положением о школьном спортивном клубе.

В программе определены цели и задачи, пути их достижения, ожидаемые результаты развитие ШСК на период до 2027 года. Программа ШСК разработана на основе принципов:

- целостности и системности предполагаемых изменений;

- открытости образовательной системы;

Направления деятельности ШСК

<i>Этапы деятельности</i>	<i>Виды деятельности</i>	<i>Индикаторы</i>
Информационно-агитационная		
Анализ исходной ситуации	Инвентаризация МТБ, кадровое и финансовое обеспечение. Наличие в клубе спортивного инвентаря.	Наличие спортивного инвентаря и оборудования-80% от желаемого количества.
Организационная деятельность		
Развитие школьного-спортивного клуба в ОУ	Создание актива среди учащихся. Методическое объединение классных руководителей. Изготовление рекламных стендов и другой наглядности (спорте, выпускниках-спортсменах).	Креативная группа единомышленников. Приказ о назначении руководителя клуба, должностные обязанности руководителя и педагогов, план работы ШСК, расписание спортивных секций, создание направления «Спорт» на школьном сайте.
Создание символики ШСК	Конкурс на название ШСК, эмблемы, сбор предложений по организации физкультурно-массовых мероприятий.	Атрибутика ШСК
Организация физкультурно-массовых мероприятий, как системы.	Проведение физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.	Не менее 80% от общего количества учащихся.
Организация деятельности по созданию дополнительных образовательных программ.	Наличие в ШСК дополнительных образовательных программ.	Программы по подвижным играм; программа по настольному теннису.
Организация детского (взрослого) управления.	Создание совета клуба, редколлегии. Планирование, организация и проведение мероприятий.	Протоколы заседаний совета клуба. Отчеты о проведении мероприятий. Оформление (газеты, буклеты).
Организация	Количество детей,	100% от числа учащихся

деятельности по интересам, возрастам, уровню физической подготовленности.	занимающихся постоянно в спортивных секциях ШСК.	школы.
Организация деятельности с учащимися, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.	Занятость в клубе детей с ОВЗ, детей из малообеспеченных и многодетных семей.	Уменьшение количества пропусков уроков по болезни.
Организация новых форм деятельности.	Разработка новых форм деятельности, внедрение их в ШСК, привлечение родителей и жителей села.	Соревнования среди жителей села.
Кадровое обеспечение	Соответствие профиля профессионального образования осуществляемой деятельности.	Документ об образовании.
Материально-техническое обеспечение.	Наличие в ОУ спортивного зала.	Спортивный зал
Финансовое обеспечение	Планирование в бюджете ОУ затрат на проведение спортивно-массовых мероприятий. Участие проектов клуба в различных конкурсах.	Школьный-спортивный клуб является структурным подразделением МКОУ «Иннокентьевская ООШ» и реализует общие цели и задачи, определенные уставом образовательного учреждения. МКОУ «Иннокентьевская ООШ» гарантирует клубу содействие в материально техническом обеспечении и оснащении образовательного процесса, оборудовании и оснащении клуба в соответствии с государственными и местными нормами и требованиями.
Соотношение затрат и результатов	Эффективность использования финансовых средств, выделенных на физкультурно-массовую работу клуба.	Соотношение затрат по статьям.

Перспективы развития клуба

Организация социально-педагогической деятельности	Организация внеурочной и досуговой деятельности	Организационно-информационная деятельность
<ul style="list-style-type: none"> • Составление банка данных учащихся подготовительной и специальной медицинских групп, детей-инвалидов, детей, состоящих на учете в ПДН и «группе риска». • Выпуск бюллетеней о профилактике нарушения осанки, плоскостопия. • Выявление социального статуса ребенка, изучение межличностных отношений среди ровесников. • Организация семинаров и тренингов с работниками ОУ по организации работы по укреплению здоровья и повышению работоспособности организма. 	<ul style="list-style-type: none"> • Выявление интересов и потребностей учащихся, вовлечение подростков в проекты, секции. • Создание и работа групп различной направленности, контроль за их деятельностью и посещением учащихся «группы риска» спортивных секций. • Разнообразные формы внеклассной работы: Дни здоровья, соревнования, фестивали, конкурсы, акции, беседы, смотры и т.д. • Разработка проектов по каникулярной занятости детей. 	<ul style="list-style-type: none"> • Информированность ученического и педагогического коллектива школы по вопросам организации работы ШСК. • Деятельность Совета клуба по организации управления. • Профилактика простудных заболеваний. • Встречи с представителями спортивной общественности, работниками здравоохранения.

Предполагаемый результат

Социальный эффект	Образовательный эффект
<ul style="list-style-type: none"> ✓ снижение курящих по школе; ✓ вовлечение трудных детей в секции и мероприятия клуба; ✓ привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК; ✓ организованный спортивный досуг в каникулярное время через краткосрочные спортивные модули; ✓ вовлечение родителей в физкультурно-массовые мероприятия школы. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ рост уровня физической подготовленности учащихся; ✓ разнообразие учебной и внеурочной деятельности; ✓ рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, района, края; ✓ снижение пропусков уроков по болезни в связи с закаливанием организма; ✓ профилактика простудных заболеваний.

План-сетка спортивных мероприятий

№	Наименование мероприятий	Сроки проведения	Место проведения	Ответственный за проведение
Внутри школьные соревнования				
1.	Осеннее и весеннее легкоатлетическое многоборье (1- 9 классы)	Сентябрь – апрель	Спортивная площадка	Учителя физкультуры
2.	Мини-футбол (5-9 классы)	Апрель	Спортивная площадка	Учителя физкультуры
3	"Президентские состязания" (1-9 классы)	Ноябрь	Спортивная площадка	Учителя физкультуры
4.	«Веселые старты» (1- 4 классы)	Раз в четверть	Спортивный зал	Учителя физкультуры
5.	«Веселые старты» (5- 9 классы)	Декабрь	Спортивный зал	Учителя физкультуры
6.	«День Здоровья» для 5-9 классов	ноябрь	Спортивный зал	Учителя физкультуры
7.	Баскетбол (5-9 классы)	Февраль	Спортивный зал	Учителя физкультуры
8.	Волейбол	Март	Спортивный	Учителя

	(5-9 классы)		зал	физкультуры
9.	Пионербол (5-9 классы)	Март	Спортивный зал	Учителя физкультуры
10.	Мини-футбол (5 – 9 классы)	Апрель	Спортивная площадка	Учителя физкультуры
11.	Легкая атлетика (1-9 классы)	Апрель	Спортивный зал	Учителя физкультуры
12.	Легкоатлетическое многоборье	Сентябрь	Спортивная площадка	Учителя физкультуры
13.	Муниципальный этап Всероссийской олимпиады школьников (теория/практика) (5-9 классы)	Ноябрь	Спортивный зал	Учителя физкультуры
14.	Спортивно-игровой конкурс «Вперед, мальчишки!» (1-4 классы)	Февраль	Спортивный зал	Учителя физкультуры
15.	Конкурсная программа «Тяжело в ученье – легко в бою» (ко Дню Защитника Отечества) (1-9 классы)	Февраль	Спортивная площадка	Учителя физкультуры

Пояснительная записка

Программа школьного спортивного клуба «Здоровье» по спортивно - оздоровительному направлению в 1-9 классах подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и концепцией физического воспитания.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья учащихся в школе, на заседании педагогического совета принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 1-9 классов.

Программа «Здоровье» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей. Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Рекомендована учителям физической культуры общеобразовательных учреждений.

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся в формах, отличных от урочной системы обучения.

Программа школьного спортивного клуба «Здоровье» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Нормативно-правовая база:

- 1.Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (ред. от 07.05.2013 с изменениями, вступившими в силу с 19 мая 2013 года) «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2.Федеральный Закон Российской Федерации от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- 3.ФГОС ООО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
- 3.Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (в редакции от 29.06.2011) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно

- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

5. Методические рекомендации 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 года № МД-1077/19 (НП-02-07/4568);

6. Приказ Министерства образования науки России №1065 от 13.09.2013г. «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов»;

7. Приказ министерства образования Нижегородской области №1642 от 28.04.2015г. «О создании школьных спортивных клубов и студенческих клубов»;

8. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;

9. Приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 №986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и учебных помещений»;

10. Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «Иннокентьевская ООШ»

11. Устав школьного спортивного клуба «Здоровье».

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Программа школьного спортивного клуба «Здоровье» по спортивно - оздоровительному направлению может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего

воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации учащихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортом;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Особенности реализации программы

Срок реализации программы: 5 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на проведение 1 час в неделю, всего 34 часов в год. Возраст учащихся 7-15 лет.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 45 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся. Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

Планируемые результаты: в процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

Личностные	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
Самоопределение Смыслообразование	Соотнесение известного и неизвестного Планирование Оценка Способность к волевому усилию	Формулирование цели Выделение необходимой информации Структурирование Выбор эффективных способов решения учебной задачи Рефлексия Анализ и синтез Сравнение Классификации Действия постановки и решения проблемы	Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Постановка вопросов Разрешение конфликтов

Оздоровительные результаты программы:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы:

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.

В ходе реализации программы школьного спортивного клуба «Здоровье» учащиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

смогут получить знания:

- значение видов спорта в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр;

могут научиться:

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях;

Ожидаемый результат:

Стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении года), результаты участия в соревнованиях.

Способы проверки результатов

- зачеты по теоретическим основам знаний (в течение года);
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (в течение года);
- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (в течение года);
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента;
- анализ уровня заболеваемости воспитанников.

Материально-техническое обеспечение

Оборудование спортзала:

- Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
- Палка гимнастическая.
- Скакалка детская.
- Мат гимнастический.
- Кегли.
- Обруч детский.
- Рулетка измерительная.
- Щит баскетбольный тренировочный.
- Сетка для переноса и хранения мячей.
- Сетка волейбольная.
- Аптечка.
- Гранаты для метания (500г,700г).
- Мячи для метания.
- Мелкий инвентарь.
- Спортивный зал.
- Мультимедийное оборудование.
- Учебно-методическое обеспечение.