

РЕКОМЕНДОВАНА  
Педагогическим советом  
Протокол № 3  
от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ «Новотроицкая  
СОШ»  
Ивановичева И.В..  
Приказ № 38/6 от 30.08.2021 г

**Программа**

**школьного спортивного клуба**

**«Лидер»**

2021 г.

## Структура программы

1. Пояснительная записка программы.....	3
2. Цели и задачи программы.....	5
3. Расписание работы клуба.....	7
4. План спортивно–массовых, физкультурно-спортивных и социально-значимых мероприятий .....	9
5. Планируемые результаты освоения программы.....	11
6. Методическое обеспечение программы.....	14
7. Материально-техническое обеспечение программы.....	15
8. Список литературы.....	16

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ШСК «Лидер» разработана и составлена в соответствии с федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», от 29.12.2012 № 273, приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письмом Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях дополнительного образования детей»

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.

Актуальность программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Понятие «здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому здоровье подростка представляет собой критерий качества современного образования.

Причинами ухудшения состояния здоровья детей являются:

- несоответствие системы обучения детей гигиеническим нормативам;
- перегрузка учебных программ;
- ухудшение экологической обстановки;
- недостаточное или несбалансированное питание;
- стрессовые воздействия;
- распространение нездоровых привычек.

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

**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 и закаливания 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 разработана для желающих заниматься в секции ОФП на основе современных научных данных и практического опыта педагога и является отображением единства теории и практики. Программа ориентирована на свободный выбор занимающихся в видах спорта и форм физической активности.

**2. Целью** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах. Достижение этой цели обеспечивается решением следующих задач:

Образовательных:

- Обучение правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом;
- Формирование знаний об основах физкультурной деятельности;
- Обучение основам техники различных видов двигательной деятельности (бег, прыжки и др.)
- Обучение игровой и соревновательной деятельности;
- Формирование навыков и умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, коррекцию телосложения, формирование правильной осанки и культуры движений;

Развивающих:

- Совершенствование всестороннего физического развития: развитие силовых и координационных способностей, выносливости, быстроты и ловкости;
- Формирование и совершенствование двигательной активности учащихся;
- Развитие быстроты реакции, в быстро изменяющихся игровых условиях;
- Развитие инициативы и творчества учащихся;
- Развитие умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;

- Овладение новыми движениями с повышенной координационной сложностью.

#### Воспитательных:

- Воспитать целеустремленность и ответственность за свои действия;
- Воспитать умение работать в группе, команде;
- Воспитать психологическую устойчивость;
- Воспитание и развитие силы воли, стремления к победе;
- Воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов.

Отличительной особенностью образовательной программы заключается в организации учебного процесса, который включает в себя не только занятия с педагогом в зале, но и активную самостоятельную тренировочную деятельность. Программа подходит для занимающихся различной степени физической подготовленности.

### 3. Расписание работы клуба

Класс	Ф.И.О.	Название объединения	Количество часов	Количество учеников в классе	Время проведения
1	Осипова Людмила Александровна	Кружок «Чемпион»	1	10	Вторник 13.35-14.20
4	Лобанова Надежда Александровна	Кружок «Быстрее, выше, сильнее»	1	6	Понедельник 13.35-14.20
2	Семченкова Галина Петровна	Кружок «Подвижные игры»	1	11	Четверг 13.20-14.05
5	Драгунов Владимир Дмитриевич	Кружок «Спортивные игры»	1	13	Пятница 14.25 -15.10
5	Горшков Николай Михайлович	Кружок «Шахматная страна»	1	10	Среда 15.10-15.55
6	Драгунов Владимир Дмитриевич	Кружок «Спортивные игры»	1	12	Понедельник 13.35-14.20
6	Горшков Николай Михайлович	Кружок «Шахматная страна»	1	12	Вторник 14.25 -15.10
7	Горшков Николай Михайлович	Кружок «Шахматная страна»	1	13	Вторник 15.10-15.55
8	Горшков Николай Михайлович	Кружок «Шахматная страна»	1	10	Понедельник 15.10-15.55
7,8,9,10,11	Драгунов Владимир Дмитриевич	Спортивная секция «Волейбол»	6	15	Понедельник Вторник Суббота

					17.00-18.30
7,8,9,10,11	Драгунов Владимир Дмитриевич	Спортивная секция «Техника волейбольного туризма»	6	15	Среда Четверг 17.00-19.35

#### 4. План спортивно–массовых, физкультурно-спортивных и социально-значимых мероприятий

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
<b>Организационно - педагогическая работа</b>			
1.	Принятие утверждение плана работы на 2020 - 2021 учебный год	Сентябрь	Зам. дир. по ВР Руководитель ШСК
2.	Составление расписания работы спортивных секций и кружков	сентябрь	Руководитель ШСК
3.	Подготовка спортивного зала и спортивного стадиона. Подготовка команд участников. Подбор судейских бригад. Обеспечение наградного фонда.	В течение года	Директор школы Зам. директора по ВР Руководитель ШСК
4.	Оформление стендов, сайта клуба. Оформление текущей документации	В течение года	Руководитель ШСК, Совет клуба
<b>Учебно – воспитательная работа</b>			
1.	Участие в общешкольных, классных родительских собраниях, консультации родителей. Привлечение родителей для участия в спортивно-массовых мероприятиях в качестве участников, судей и группы поддержки.	В течение года	Зам. директора по ВР Руководитель ШСК
2.	Вовлечение детей в спортивные секции и кружки	В течение года	Руководитель ШСК Классные руководители
3.	Организация культурно-массовых мероприятий (экскурсии, посещение спортивных соревнований, просмотр художественных фильмов по спортивной тематике).	В течение года	Руководитель ШСК Классные руководители
<b>Методическая работа</b>			
1.	Изучение нормативной документации, регламентирующей деятельность ШСК	В течение года	Администрация школы Руководитель ШСК
2.	Контроль работы спортивных секций и кружков	В течение года	Зам. дир. по ВР Руководитель ШСК

<b><i>Спортивно – массовая работа</i></b>			
1.	Организация и проведение внутриклубных соревнований и праздников	В течение года	Руководитель ШСК
2.	Обеспечение участия команд клуба в муниципальных, республиканских соревнованиях и соревнованиях среди ШСК	В течение года	Руководитель ШСК
<b><i>Профилактические мероприятия</i></b>			
1.	Классные часы о здоровом образе жизни	По плану классных руков.	Зам. по ВР, Классные руководители
2.	Родительские собрания	В течение года	Зам. по ВР, кл. рук.
3.	Лекция по профилактике вредных привычек	В течение года	Учитель ОБЖ, кл. рук
<b><i>Контроль и руководство</i></b>			
1.	Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий	В течение года	Зам. по ВР, Руководитель ШСК
2.	Корректировка работы клуба	В течение года	Руководитель ШСК

## 5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Воспитательные результаты программы распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьников социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, об основах разработки социальных проектов и организации коллективной деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на ответственности за других.

При достижении трех уровней результатов дополнительного образования возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации обучающихся.

Первая группа эффектов – социокультурная идентичность – осознание школьником и принятие себя как субъекта социокультурного взаимодействия, личности и индивидуальности.

Вторая группа эффектов – предполагает высокую степень эффективности самореализации школьника в социальном взаимодействии.

Третья группа – компетенции в сфере сохранения и укрепления здоровья, спортивной деятельности.

Программа предполагает проведение как регулярных еженедельных занятий со школьниками, так и организация занятий крупными блоками – «интенсивами» (Н.: соревнования, фестивали, проекты, праздники и т.п.). В ходе реализации программы дополнительного образования «ШСК «Триумф» предполагается формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **Регулятивные УУД:**

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на занятиях.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала. Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **Познавательные УУД:**

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре, в турнирной таблице, таблице результатов).

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник и другие печатные издания, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса, группы.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

#### **Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
  - Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
  - Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
  - умение не создавать конфликтов или находить выходы из конфликтной ситуации;
  - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях;
  - Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

## **6. Методическое обеспечение**

1. Программа дополнительного воспитания «Шахматная страна», утверждена педагогическим Советом МОУ «Новотроицкая СОШ»;
2. Авторская программа дополнительного воспитания «школа выживания. Экстрим», утверждена Методическим Советом ГУДОД «Республиканская станция юных туристов»
3. Авторская программа дополнительного воспитания «Техника пешеходного туризма и спортивного ориентирования», утверждена Педагогическим Советом МУДО ЦДТ Старошайговского муниципального района;
4. Программа внеурочного занятия «Быстрее, выше, сильнее», утверждена на педагогическом Совете МОУ «Новотроицкая СОШ»
5. Программа внеурочного занятия «Подвижные игры», утверждена на педагогическом Совете МОУ «Новотроицкая СОШ»
6. . Программа внеурочного занятия «Спортивные игры», утверждена на педагогическом Совете МОУ «Новотроицкая СОШ»

## 7. Материально-техническое обеспечение

Для успешной реализации данной программы необходимо иметь:

- спортивный и тренажёрный залы для тренировок, светлые и хорошо проветриваемые;
- площадка для проведения занятий по лёгкой атлетике;
- раздевалка;
- помещение для хранения лыж, инструмент для ремонта лыж и палок;
- лыжи спортивные с креплениями и с палками – на весь состав обучающихся;
- лыжные ботинки на весь состав обучающихся;
- смазочный (лыжная мазь, парафин, ускорители и т.д.) и расходный материал - 10-12 комплектов на сезон;
- эспандер резиновый - 10 шт;
- мячи набивные разного веса (1,2,3,5кг.) – по 8 шт.;
- мячи баскетбольные - 16 шт.;
- мячи волейбольные – 6 шт.;
- скакалки - 25 шт.;
- инвентарь для туризма;
- секундомер – 1 шт.;
- рулетка – 1 шт.;
- аптечка – 1 шт.

## 8. Список литературы

1. Развитие физических качеств и функциональных возможностей средствами волейбола. / учебное пособие Е.Ю. Коротаева. – М.; Проспект, 2018
2. Книжников А.Н. Волейбол. История развития, методика организации, проведения судейства соревнований / А.Н. Книжников, Н.Н. Книжников. – Нижневартовск. 1999.
3. Настольная книга учителя физической культуры/ Под ред. Л. Б. Кофмана.-М., 1998.
4. А.А. Гужаловский «Этапность развития физических(двигательных) качеств».- М.: 1979.
5. Г.П. Сальникова «Физическое развитие детей». – М.: Просвещение, 1968.