

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ЮГО - ЗАПАДНОЕ УПРАВЛЕНИЕ**

**ГБОУ ООШ с.Заволжье**

**РАССМОТРЕНО**  
Педагогическим советом  
Протокол №1  
от «30» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Ответственный за руководство  
и контроль УВР

Оленина Н.П.  
от «30» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
И.о. директора ГБОУ ООШ  
с.Заволжье

Прудников М.А.  
Приказ №132-од  
от «30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «Юниор»»**

для обучающихся 1- 9 классов

**ЗАВОЛЖЬЕ 2024**

*«Каждый молодой человек должен осознать,  
что здоровый образ жизни – это его личный успех»*

***В.В. Путин***

### **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. Ни одно другое социальное окружение нашего района 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 9 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья. В настоящее время решение проблемы сохранения здоровья детей в системе образования становится актуальным не только для родителей, но и для педагогического коллектива образовательного учреждения.

Многочисленные данные научных исследований и официальной статистики свидетельствуют о неблагоприятной динамике основных показателей здоровья детей. На здоровье детей оказывают влияние множество факторов: экологическое состояние, образ жизни, качество оказания медицинских услуг и, конечно, отсутствие системы сохранения и укрепления здоровья детей.

Поэтому и приходит осознание того, что именно школа должна стать важнейшим фактором сохранения и укрепления здоровья. Здоровье и успешность в обучении тесно связаны. Это и определило стратегию деятельности по данной проблеме нашего образовательного учреждения.

Учитывая, в школьном возрасте – происходит становление большинства физиологических функций, необходимо создавать условия, гарантирующие сохранение и укрепление здоровье детей. Педагогическому коллективу важно перестроить свою деятельность, чтобы проявлялась забота о здоровье учащихся. Изменить ситуацию возможно только координированной и взаимодополняющей деятельностью всех специалистов, связанных в своей работе с детьми. Педагоги, врачи, психологи, администраторы, родители и все, от кого зависит здоровье детей, должны приложить максимум усилий к тому, чтобы школа перестала быть фактором, наносящим вред здоровью. Но, может быть, не в традиционном понимании, когда обеспечивается соблюдение только гигиенических требований к организации образовательного процесса, а путем создания в образовательном учреждении условий, гарантирующих сохранение и укрепления здоровья. Это не должно пониматься и соблюдаться лишь в отношении «физического благополучия», но и в отношении психического и социального здоровья. Поэтому возникла необходимость в разработке и реализации программы Школьного спортивного клуба «Юниор».

## **Направления деятельности Школьного спортивного клуба**

Основными направлениями деятельности школьного спортивного клуба являются:

проведение внутришкольных спортивных соревнований (товарищеских встреч между классами, спортивными командами);

выявление лучших спортсменов класса, школы;

награждение грамотами и дипломами лучших спортсменов, команд – победителей в школьных соревнованиях;

поощрение лучших спортсменов и активистов клуба;

пропаганда физической культуры и спорта в школе;

участие учеников в спортивных конкурсах.

проведение дней здоровья в школе;

информационное обеспечение спортивной жизни школы через сменные информационные стенды, интернет и т.д.

### **Актуальность и новизна программы.**

**Актуальность** программы заключается в том, что школа создает оздоровительно-развивающие условия для организации урочной и внеурочной деятельности в школе. Содержание программы заключается в комплексном, индивидуальном подходе, в диагностике, мониторинге состояния здоровья и развития в образовательном процессе и создании базы для них.

Систематического посещения занятий физической культурой и спортом учащимися 1-9-х классов школы;

Организация спортивно-массовой работы с детьми школьного возраста;

**Приоритетное назначение** программы - забота о здоровье обучающихся, осуществляемое через создание условий, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

Программа составлена на основе общепедагогических **принципов**: системности, научности, доступности, гуманности, учета возрастных особенностей.

### **Целевая группа**

Программа **школьного спортивного клуба** разработана для обучающихся 1 – 9 классов.

### **Формы (очно-заочной) работы**

Организация работы по физическому воспитанию учащихся класса, школы.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа.

Медицинский контроль.

Совместная работа с общешкольным родительским комитетом и родительскими комитетами классов школы.

Работа по укреплению материально-технической базы спортивного клуба школы.

### **Этапы реализации программы деятельности школьного спортивного клуба**

#### **I ЭТАП (2024-25 год)**

- Подбор и изучение методической литературы.
- Изучение опыта работы других школьных спортивных клубов.
- Развитие материально-технической базы.
- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- Определение уровня физической подготовленности учащихся ОУ.

#### **II ЭТАП (2025 – 2026 учебный год)**

- Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- Увеличение количества спортивных учебных групп, секций.
- Увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий.

#### **III ЭТАП (2026-2027 учебный год)**

- Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой и спортом.
- Создание целостной системы физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы в школе.
- Сдача норм ГТО.
- Анализ результативности программы деятельности школьного спортивного клуба. Выявление проблем и определение путей их решения.

Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся с 1 по 9 классы.

### **Цели и задачи программы**

#### ***Цели программы:***

- организация и проведение спортивно-массовой работы в школе;
- формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и здоровому образу жизни.

Для достижения указанных целей решаются следующие **задачи:**

Привлечь учащихся школы, педагогов и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом для укрепления их здоровья и формирования здорового стиля жизни;

Обеспечить внеурочную занятость детей «группы риска»;

Развивать у школьников общественную активность и трудолюбие, творчество и организаторские способности;

Привлекать к спортивно-массовой работе в клубе педагогов, родителей учащихся школы.

Образовательные:

- Обучение простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

Воспитательные:

- Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

Оздоровительные:

- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями;
- Укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;
- Создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья;
- Обучение основам физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

**Личностные:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные** (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД)

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные:**

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

### **Ожидаемые конечные результаты:**

- увеличение количества учащихся, занимающихся в спортивных секциях;
- увеличение количества различных школьных спортивных соревнований для привлечения большего количества разновозрастных участников;
- увеличение % участников в региональных, муниципальных спортивно-массовых мероприятиях;
- повышение качества участия в различных конкурсах, соревнованиях и проектах, в результате которых появится спортивный инвентарь,

оборудование, туристское снаряжение для массовых занятий физической культурой и туризмом.

### **Организация работы** спортивного клуба школы

Общее руководство деятельностью спортивного клуба школы осуществляет учитель физической культуры Антонова Н.Г.. Медицинский контроль осуществляет медицинская сестра ФАП с.Заволжье.

### **Организация работы Клуба**

Общее руководство по организации и созданию школьного спортивного клуба осуществляет директор школы или его заместитель по учебно-воспитательной работе;

Членами школьного спортивного клуба могут быть учащиеся 1-9 классов;

Количество членов Клуба, секций, команд не ограничивается;

Председатель Совета Клуба, его заместитель, выбираются из состава членов Клуба.

Судьи (арбитры) назначаются из числа наиболее подготовленных учащихся школы, капитанов команд.

### **Права и 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;
- соблюдать рекомендации школьного врача по вопросам самоконтроля и соблюдения правил личной гигиены;
- ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;
- способствовать укреплению материально-спортивной базы школы;

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

### **Учёт и отчётность**

В спортивном клубе школы ведется следующая документация:

- календарь спортивно-массовых мероприятий на учебный год;
- журнал учета занятий в спортивных секциях и группах общефизической подготовки;
- журнал по технике безопасности;
- журнал наградений.

На основании спортивных побед присваиваются награды. Все спортивные грамоты, завоеванные спортсменами, выдаются им на руки, а ксерокопии вывешиваются на стенде клуба.

### **Расписание работы клуба**

Дни недели	Время	Перерыв
Понедельник	08.30-17.30	

Вторник	08.30-15.30	
Среда	08.30-17.30	
Четверг	08.30-15.30	
Пятница	08.30-15.30	
Суббота	Выходной	
Воскресенье	Выходной	

### Содержание учебного плана

<b>Направления</b>
ВФСК ГТО
Лёгкая атлетика
Волейбол (пионербол)
Баскетбол
Футбол
Лыжи
Гимнастика

### Планирование работы клуба

Внеклассная физкультурно-спортивная работа в школе планируется на учебный год.

Программой клуба предусмотрена организация спортивных секций по различным видам спорта.

План утверждает директор и доводит до сведения педагогического коллектива школы.

### План работы ШСК «Юниор»

№ п\п	Мероприятия	Сроки	Ответственные
<b>1.</b>	<b><i>Участие в районных мероприятиях:</i></b>		
	Взаимодействие с СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №2 с.Приволжье;	По плану ДЮСШ	Рук. ШСК
	Проведение спортивных мероприятий на первенство района	По плану спорт. комит.	Рук. ШСК
	Взаимодействие с отделом по делам молодежи	По плану	Рук. ШСК



	тематике: - рисунков, стихотворений, сочинений.		Классные руководители
3.	Проведение мониторинга «Особенности развития мотивации к занятиям физической культурой в школе» (Спорт в твоей жизни)	1, 4 четверти	Рук. ШСК Совет клуба
4.	Оформление стенда спортивных достижений	один раз в четверть	Рук. ШСК Совет клуба
<b>Организация работы спортивных секций</b>			
1	Командные спортивные игры	в течение года по графику работы секций	Педагог доп.образования СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №2 с.Приволжье
2	Гимнастика	в течение года по графику работы секций	Рук. ШСК Совет клуба
3	Шахматы	в течение года по графику работы кружка	Учитель нач.классов
<b>Работа по укреплению спортивной базы школы</b>			
1	Помощь в ремонте спортивного инвентаря	в течение года	Рук. ШСК Совет клуба, родительская общественность
2	Дооборудование спортивной площадки	в течение года	Рук. ШСК, Совет клуба, Управляющий совет
3	Помощь в ремонте спортивного зала, спортивных сооружений и уход за ними	в течение года	Рук. ШСК Совет клуба, Управляющий совет, родительская общественность

**Календарно-тематическое планирование работы  
Школьного спортивного клуба «Юниор»  
для 1-4 классов**

№ п/п	Наименование мероприятия	Кол-во часов	Дата	
			По плану	Факти- ческая
1	Подготовка к осеннему ЛА кроссу	1		
2	Подготовка к осеннему ЛА кроссу	1		
3	Легкоатлетический кросс	1		
4	Подготовка к школьным соревнованиям по футболу	1		
5	Подготовка к школьным соревнованиям по футболу	1		

6	Школьные соревнования по футболу	1		
7	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
8	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
9	Проведение комплекса «Готов к труду и обороне», 1 этап	1		
10	Подготовка к школьным соревнованиям по пионерболу	1		
11	Подготовка к школьным соревнованиям по пионерболу	1		
12	Школьные соревнования по пионерболу	1		
13	Подготовка к школьным соревнованиям по шашкам	1		
14	Подготовка к школьным соревнованиям по шашкам	1		
15	Школьные соревнования по шашкам	1		
16	Подготовка к школьным спортивным соревнованиям «Веселые старты»	1		
17	Подготовка к школьным спортивным соревнованиям «Веселые старты»	1		
18	Школьные спортивные соревнования «Веселые старты»	1		
19	Подготовка к школьной военизированной игре «Зарница»	1		
20	Подготовка к школьной военизированной игре «Зарница»	1		
21	Школьная военизированная игра «Зарница»	1		
22	Президентские игры	1		
23	Президентские игры	1		
24	Президентские игры	1		
25	Школьная лыжня «Снежинка»	1		
26	Президентские состязания	1		
27	Президентские состязания	1		
28	Президентские состязания	1		
29	Школьные соревнования по баскетболу	1		
30	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
31	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
32	Проведение комплекса «Готов к труду и обороне», 2 этап	1		
33	Подготовка к школьным соревнованиям по ЛА	1		
34	Школьные соревнования по ЛА	1		
Итого за год:		34		

**Календарно-тематическое планирование работы  
Школьного спортивного клуба «Юниор»  
для 5-9 классов**

№ п/п	Наименование мероприятия	Кол-во часов	Дата	
			По плану	Фактическая
1	Подготовка к осеннему ЛА кроссу	1		
2	Подготовка к осеннему ЛА кроссу	1		

3	Легкоатлетический кросс	1		
4	Подготовка к школьным соревнованиям по футболу	1		
5	Подготовка к школьным соревнованиям по футболу	1		
6	Школьные соревнования по футболу	1		
7	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
8	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
9	Проведение комплекса «Готов к труду и обороне», 1 этап	1		
10	Подготовка к школьным соревнованиям по волейболу	1		
11	Подготовка к школьным соревнованиям по волейболу	1		
12	Школьные соревнования по волейболу	1		
13	Подготовка к школьным соревнованиям по шахматам	1		
14	Подготовка к школьным соревнованиям по шахматам	1		
15	Школьные соревнования по шахматам	1		
16	Подготовка к районным спортивным соревнованиям «Веселые старты»	1		
17	Подготовка к районным спортивным соревнованиям «Веселые старты»	1		
18	Районные спортивные соревнования «Веселые старты»	1		
19	Подготовка к школьной военизированной игре «Зарница»	1		
20	Подготовка к школьной военизированной игре «Зарница»	1		
21	Школьная военизированная игра «Зарница»	1		
22	Президентские игры	1		
23	Президентские игры	1		
24	Президентские игры	1		
25	Школьная лыжня «Снежинка»	1		
26	Президентские состязания	1		
27	Президентские состязания	1		
28	Президентские состязания	1		
29	Школьные соревнования по баскетболу	1		
30	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
31	Подготовка к состязаниям ГТО	1		
32	Проведение комплекса «Готов к труду и обороне», 2 этап	1		
33	Подготовка к школьным соревнованиям по ЛА	1		
34	Школьные соревнования по ЛА	1		
Итого за год:		34		

## Учебно-методическая литература

1. Баскетбол : Секреты мастера : 1000 баскетбол. упражнений : [Все для тренеров, игроков, судей] / А. Я. Гомельский. - Москва : Изд.-торговый дом "Гранд" : Агентство "ФАИР", 1997.
2. Спортивные игры. Техника. Тактика. Методы обучения. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лесаков А.В.. 2004.
3. Виталий Барышников: Подготовка школьников к сдаче норм ГТО. Методическое пособие. – Русское слово, 2018.