

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Полдарская средняя общеобразовательная школа»

ПРИНЯТА  
педагогическим советом  
МБОУ «Полдарская СОШ»  
Протокол № 1 то 29 августа 2023 года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«Полдарская СОШ» Н.Г.Рожина

Приказ № 26 – ОД от 31.08.2023 года.



**Программа**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«Школьный спортивный клуб»**

Разработчик:  
учитель физической культуры

Рожин А.Н.

2023 год.

## **Пояснительная записка**

Данная программа рассчитана на учащихся 5 – 11 классов. Программа позволяет решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всего срока обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, привлечение школьников к систематическому участию в спортивно – массовых мероприятиях, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Цель данной программы** – повысить уровень общей физической подготовки, привить любовь к занятиям физической культурой и спортом, через участие в спортивно – массовых мероприятиях и акциях.

### **Задачи:**

1. содействовать воспитанию у школьников преданности Родине, общественной активности, трудолюбия, развитию инициативы, творчества и организаторских способностей;
2. вовлечь всех школьников в систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом;
3. осуществлять внеурочные мероприятия по укреплению здоровья и совершенствованию всестороннего физического развития учащихся, навыков и умений в занятиях спортом и туризмом, воспитанию стойкой привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдать правила личной и общественной гигиены;
4. участвовать в планомерной и систематической подготовке школьников к сдаче норм требований государственных тестов, ПСИ, ПС, норм ГТО;
5. организовывать физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы, после уроков, активно участвовать в соревнованиях и оздоровительных акциях;
6. участвовать в организации массовой спортивно-оздоровительной работы среди детей и подростков;
7. принимать активное участие в укреплении и благоустройстве школьной учебной спортивной базы;
8. готовить из числа учащихся физкультурный актив в помощь учителям для проведения массовой физкультурной и спортивной работы в школе;
9. вести пропаганду физической культуры и спорта среди учащихся как неперенных средств укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности.

**В своём предметном содержании программа направлена на:**

Организацию физического воспитания школьников через:

- уроки по физической культуре;
- внеклассные спортивно-массовые мероприятия;

Оздоровительно-профилактические акции.

Действенность системы физического воспитания обеспечивается высокой эффективностью уроков физической культуры, их инструктивной направленностью, рациональным содержанием, количеством и объемом массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, широким вовлечением учащихся в различные формы внеклассной и внешкольной работы по физической культуре, спорту и туризму, регулярным врачебно-педагогическим контролем за здоровьем учащихся, за учебно-воспитательным процессом.

**Основным** организационно-педагогическим **принципом** осуществления физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является дифференцированное применение средств физической культуры в занятиях со школьниками разного пола и возраста с учетом состояния их здоровья, степени физического развития и уровня подготовленности.

### **Содержание деятельности Школьного спортивного клуба**

Деятельность ШСК реализуется по 5 направлениям; соответственно участники делятся на группы по видам деятельности

#### **Группа 1. Инструкторы по организации ФК**

Инструкторы помогают руководству школы, классным руководителям и учителю физической культуры в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня (гимнастика до учебных занятий, подвижные перемены) , в проведении ежедневных физкультурных занятий в режиме продленного дня, в пришкольном оздоровительном лагере, выделяя в помощь воспитателям физкультурный актив, в организации общешкольного Дня здоровья. Организуют совместно с педагогическим коллективом подготовку и сдачу норм государственных тестов, ПСИ и ПС, а так же норм ГТО.

#### **Группа 2. Организаторы спортивных мероприятий**

Организаторы проводят внутришкольные соревнования, помогают учителям физической культуры проводить занятия в спортивных секциях , вместе с ними комплектуют команды классов и школы для участия в районных (городских) соревнованиях.

#### **Группа 3. Инструкторы по подготовке физкультурного актива**

Инструкторы помогают учителям физической культуры готовить и направлять общественных инструкторов, судей и физоргов для организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий в школе.

#### **Группа 4. Пропагандисты физической культуры, спорта, туризма**

Организуют свою работу через стенную печать, школьную прессу, школьное радио, спортивные праздники, показательные выступления спортсменов. Создают уголок физической культуры, помещая в нем иллюстративные и другие материалы. Организуют беседы на темы о значении физической культуры, правилах гигиены, режима питания, двигательной активности, привлекая для этого педагогов, родителей, представителей медицинского персонала.

#### **Группа 5. Группа по благоустройству спортивных сооружений**

Содействуют руководству школы в благоустройстве спортивных сооружений, обеспечении сохранности спортивного оборудования и инвентаря.

Руководство группами возлагается на учащихся из числа членов совета спортивного клуба.

Основными **формами** организации в реализации данной программы являются физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями, акции.

При всей значимости физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня ведущей формой организации внеклассной спортивно-массовой работы является деятельность коллектива спортклуба. Он является самостоятельной организацией, призванной всемерно развивать массовую физическую культуру, спорт, туризм среди учащихся.

#### **Учитель физической культуры:**

- планирует работу по физическому воспитанию школьников и разрабатывает совместно с директором перспективы и направления развития физической культуры и спорта в школе на каждом этапе;
- направляет работу школьного спортклуба;
- несет ответственность за выполнение учебной программы;
- обеспечивает санитарно-гигиенические условия и меры безопасности на всех видах занятий физическими упражнениями;
- осуществляет мероприятия по внедрению физической культуры в быт учеников и педколлектива;

- организует внеклассную физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в школе, стремиться к вовлечению всех учащихся в различные формы занятий и соревнований;
- оказывает организационную и методическую помощь воспитателям групп продленного дня, классным руководителям, учителям-предметникам;
- принимает участие в проведении мероприятий по физическому воспитанию;
- обеспечивает подготовку учащихся к выполнению норм и требований государственных тестов, ПСИ и ПС, норм ГТО.
- организует внутришкольные соревнования и обеспечивает участие команд школы в районных (городских) соревнованиях; организует на базе школы сдачу норм ГТО;
- поддерживает контакт со спортивными обществами и внешкольными учреждениями, занимающимися физическим воспитанием школьников;

Для успешного выполнения своих обязанностей учитель ФК использует методы, приемы и формы организации, отвечающие современным требованиям теории и методики физического воспитания школьников.

**План спортивно – массовых мероприятий на 2023 – 2024 учебный год**  
**МБОУ «Полдарская СОШ»**

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный	Отметка о выполнении
<i>Внутришкольные спортивные мероприятия</i>				
1.	<b>Матчевая встреча</b> (1-11 классы)	9 сентября	Учитель ФК	
2.	<b>Осенний кросс</b> (1-11 классы)	20-24 сентября	Учитель ФК	
3.	<b>Походы. День туриста.</b>	27 сентября	Председатель спортклуба	
4.	<b>Береги здоровье смолоду. Профилактическая беседа.</b>	28 сентября	Зав.больничей. Чучина Н.К.	
5.	<b>Весёлые старты</b>	сентябрь	Учитель	

	(1 раз в четверть)	ноябрь февраль апрель	ФК, классные руководит ели, педагог- организа тор	
6.	<b>Оздоровительная акция «Установи свой здоровый рекорд»</b>	октябрь	Председат ель спортклуб а	
7.	<b>Соревнования по пионерболу ( 5 -8 классы)</b>	Ноябрь	Учитель ФК	
8.	<b>Оздоровительно- профилактическая акция «Открой глаза курящему» (5-11 классы)</b>	ноябрь	Председат ель спортклуб а	
9.	<b>Кубок школы по баскетболу» (6-11 классы)</b>	Ноябрь	Учителя ФК	
10.	<b>Оздоровительная акция по профилактике интернет- зависимости «Бросай смартфон, вставай на лыжи!» (3-11 классы)</b>	Декабрь	Совет ШСК	
11.	<b>Игра «Зимние гонки» (1-4 классы)</b>	январь	Учителя ФК, классные руководит ели	
12.	<b>Спортивный конкурс «Кто – кого!» (команда родителей против детей)</b>	февраль	Председат ель спортклуб а	
13.	<b>Чемпионат школы по волейболу (8-11 классы)</b>	Март	Учитель ФК	
14.	<b>День здоровья (1-11 классы)</b>	май	Совет ШСК, Совет дела школы	

15.	<b>Оздоровительная акция «Мы выбираем здоровый образ жизни!»</b> профилактика курения и спайсов (8-11 классы)	Апрель	Председатель спортклуба	
16.	<b>Походы классами с родителями.</b>	Май	Совет ШСК, совет дела школы	
17.	<b>Итоговое мероприятие «Спортивный класс года»</b> (5-11 классы)	Май	Председатель спортклуба	
<i>Районные спортивные мероприятия</i>				
1.	<b>Туристический слет</b> (7 классы)	сентябрь	Организаторы районных соревнований	
2.	<b>Районный легкоатлетический кросс</b> (команда)	сентябрь	Организаторы районных соревнований	
3.	<b>Районное Первенство по баскетболу</b> (команда)	ноябрь	Организаторы районных соревнований	
4.	<b>Открытие лыжного сезона «Новогодняя гонка»</b> (команда)	декабрь	Организаторы районных соревнований	
5.	<b>Участие в Спартакиаде школ города и района</b>	Сентябрь -май	Организаторы районных соревнований	
6.	<b>Участие в соревнованиях по плану работы Великоустюгской ДЮСШ</b>	январь	Организаторы районных соревнований	
7.	Участие в традиционных соревнованиях по спортивному туризму.	февраль	Организаторы районных соревнований	
8.	<b>Заккрытие лыжного сезона</b> (команда)	март	Организаторы районных соревнований	
9.	<b>Сдача норм ГТО</b>	март	Организаторы районных соревнований	
10.	<b>Районное Первенство по</b>	апрель	Организаторы	

	<b>волейболу</b> (команда)		районных соревнований	
11.	<b>Легкоатлетический пробег на 9 мая</b> (команда)	май	Организаторы районных соревнований	
12.	<b>Соревнования по легкой атлетике «Июньские старты»</b> (команда)	июнь	Организаторы районных соревнований	

### **Методическое обеспечение реализации программы.**

Предлагаемая программа может успешно реализовываться при условии обеспечения научно-методического сопровождения:

- 1) Методического Совета, состоящего из числа опытных педагогов МБОУ «Полдарская СОШ», педагогов дополнительного образования;
- 2) Через изучение опыта работы детских общественных организаций области, России;
- 3) Через изучение и использование соответствующей учебно-методической литературы, фильмов учебно-методического комплекса школы.

### **Нормативно-правовая база.**

1. Конституция Российской Федерации;
2. Федеральный Закон «Об образовании» в РФ;
3. Закон РФ «Об общественных объединениях»;
4. Международная конвенция «О правах ребенка»;
5. Положение о спортивном клубе;
6. Устав школы;
7. Программа развития МБОУ «Полдарская СОШ»;