

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

МБОУ «Гимназия 25» города Курска

РАССМОТРЕНО

на методическом объединении  
учителей физической культуры и  
ОБЖ МБОУ «Гимназия №25

Протокол № 1 от «28» 08.2023г

Руководитель МО

 Бредихина С.А.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Назарова О.В.

УТВЕРЖДЕНО приказом МБОУ

«Гимназия №25» города Курска

от «01» 09.2023г № 26

Директор гимназии



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

курса внеурочной деятельности

**ШКОЛЬНЫЙ СПОРИВНЫЙ КЛУБ «МЕДВЕДЬ»**

(физкультурно-оздоровительная и физкультурно- массовая направление)

Уровень образования НОО(1-4кл) ООО(5-9кл)СОО(9-11 кл)

Срок реализации :1год

**Составитель:** Бредихина Светлана Анатольевна, учитель физической культуры МБОУ «Гимназия» №25 г. Курска

**Программа разработана в соответствии с приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021г. N 287» Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования»**

Курск ,2023г.

## Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «школьный спортивный клуб «МЕДВЕДЬ» разработана в соответствии с требованиями:

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);

Программа направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в общеобразовательной организации традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта; формирование у обучающихся здорового образа жизни.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Программа предназначена для занятий с обучающимися на ступени начальной основной и старшей школы и рассчитана на обучающихся:

- проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту;
- пропаганда и активное внедрение физической культуры, здорового образа жизни в повседневную жизнь обучающихся и членов их семей.

Виды деятельности обучающихся в рамках программы: **игровая, познавательная, досугово - развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; спортивно-оздоровительная деятельность.**

Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности и широкой вариативности направлений обучения

школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению. С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в школе. Они включаются в проектную деятельность в роли консультантов, помощников, организаторов внеурочных мероприятий, и самое главное родители тесно взаимодействуют со своими детьми, что способствует налаживанию между ними доверительных отношений и положительно влияет на результативность освоения данной программы и процесса обучения в целом. Основным направлением деятельности школьного спортивного клуба является - спортивно-массовое направление.

## **1. Цели и задачи Клуба**

1.1 *Цель:* привлечение обучающихся образовательной организации к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие традиционных и популярных в регионе видов спорта, формирование здорового образа жизни.

### *1.1 Задачи:*

- вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья;
- организацию и проведение физкультурных и спортивных мероприятий, а также подготовку обучающихся к выполнению испытаний (тестов) Всероссийского комплекса "Готов к труду и обороне";
- подготовку и формирование сборных команд школы по видам спорта и обеспечение их участия в соревнованиях различных уровней;
- поощрение обучающихся, добившихся высоких показателей в физкультурно-спортивной работе
  - развитие потенциала физкультурно-спортивной деятельности для профилактики вредных привычек, асоциального поведения;
  - расширение воспитательных возможностей информационных ресурсов, средств массовой информации, направленных на пропаганду занятий физической культурой и спортом;
  - воспитание активности школьного сообщества, включая меры по популяризации социально значимых мероприятий: Всероссийских спортивных соревнований (игр спортивных клубов) , "Президентские

соревнования", "Президентские спортивные игры", фестивали, ВФСК ГТО, КЭС-БАСКЕТ, "Кожаный мяч" и другие акции и спортивные мероприятия.

## **2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

Освоения учащимися содержания программы секции являются следующие умения:

- 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;
- 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;
- 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.
- 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;

### **3.Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Программа состоит из 3 -х разделов

#### **Раздел 1. Информационный**

Цель: Работа ШСК «Медведь» (организационные мероприятия в режиме учебного дня, досуговая деятельность уч-ся, заседания совета школьного спортивного клуба по вопросам, проектная деятельность, посещение классных часов» «Разговоры о важном», досуговое общение»

Форма проведения мероприятий: Индивидуальные и групповые занятия.

**Раздел 2. «Спортивный калейдоскоп»** (физкультурно-оздоровительная и спортивно- массовая деятельность): спортивно-массовые мероприятия по плану Первой городской Спартакиады «Сборная школы» Движение Первых, спартакиады среди учащихся ЦО города Курска.

Цель: 1.Проведение городских спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;  
2.комплектование и подготовка команд учащихся для участия соревнованиях

Форма проведения мероприятий: соревнования

**Раздел 3. «Окно спорта»** (праздники, досуги, развлечения) по плану гимназии

Цель: 1.Проведение школьных мероприятий (Дни здоровья, соревнования по классам, товарищеские встречи, игры- эстафеты, соревнования по видам спорта).

3.Подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне.

Форма проведения мероприятий: соревнования

**План работы школьного спортивного клуба «МЕДВЕДЬ»  
на 2023-2024 учебный год**

Цель работы ШСК:

Повышение массовости занятий учащимися физической культурой и спортом для вовлечения их в систематический процесс физического и спортивного совершенствования.

Задачи:

1. Реализация образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности;
2. Вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
3. Проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
4. Комплектование и подготовка команд, учащихся для участия в муниципальных, региональных соревнованиях;
5. Пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
6. Создание нормативно-правовой базы;
7. Создание условий для подготовки учащихся к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Направление деятельности	Содержание деятельности	Срок	Ответственные за исполнение
<b>Организационная – методическая деятельность</b>			
Выбор лидеров ШСК	подбор состава ШСК	Сентябрь 2023г	Руководитель ШСК Бредихина С.А
Планирование и организация деятельности ШСК	- составление и утверждение планов работы ШСК на 2023-2024 уч. год (план работы ШСК, план спортивно массовых мероприятий); - составление расписания работы ШСК (общее расписание, индивидуальное расписание педагогов ДО ШСК)	Сентябрь 2023г	Руководитель ШСК Бредихина С.А
Создание Совета клуба  Выборы в классах физоргов	- разъяснительная работа с ученическими коллективами школы, коллективами спортивных секций;	Сентябрь 2023г	Руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК Классные руководители
Разработка, согласование программ дополнительного	- анализ имеющихся программ ДО; - выявление круга интересов учащихся ОУ;	В течение года	Руководитель ШСК, педагоги ДО

образования детей физкультурно-спортивной направленности	- написание программ ДО.		
Проведение методических мероприятий с целью обмена опытом	- участие в методических объединениях педагогов ДО, в семинарах, круглых столах и других формах обмена опытом.	В течение учебного года по плану	Руководитель ШСК, педагоги ДО
Проведение заседаний совета ШСК	- обсуждение хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий; - поиск интересных вариантов конкурсной деятельности; - подготовка к соревнованиям, состязаниям; - организация учебы общественного актива (физорги) по физической культуре и спорту.	Один раз в четверть по плану	Руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК, актив клуба
Осуществление контроля над работой ШСК	Проверка документации	В течение учебного года	Зам. дир по УВР Назарова О.В
Контроль ведения отчетной документации специалистами, работающими в ШСК	- проверка планов специалистов; - проверка ведения журналов педагогами ДО.	В течение учебного года по плану контроля	Руководитель ШСК.
<b><i>Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая деятельность</i></b>			
Проведение соревнований, спортивных праздников, спортивных акций, смотров.	- подготовка спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий (разработка сценариев и плана подготовки); - обеспечение участия учащихся в мероприятиях; - проведение мероприятий; - анализ мероприятий.	В течение учебного года	Руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК, члены клуба
Участие в соревнованиях организованных муниципальными и региональными органами власти.	- обеспечение участия учащихся в спортивно-массовых мероприятиях; - проведение мероприятий; - анализ мероприятий.	В течение учебного года по плану	Руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК, члены клуба

Набор и комплектование спортивных секций:	- организация систематической тренировочной работы спортивных секций и команд	В течение учебного года	Руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК
Организация подготовки детей к выполнению норм ВФСК ГТО.	- обеспечение подготовки учащихся к успешному выполнению норм ВФСК ГТО.	В течение учебного года	Руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК
<b>Информационно-пропагандистская деятельность</b>			
Обновление информационного стенда по ВФСК ГТО	- информирование всех участников образовательного процесса о мероприятиях по ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) - формирование списков - издание приказа по сдаче норм ГТО	октябрь  В течение учебного года	Панфилова Г.М. ответственная за ВФСК ГТО
Обновление информационного стенда о деятельности ШСК. Оформление текущей документации (таблицы соревнований, поздравления, объявления)	- информирование всех участников образовательного процесса о мероприятиях, деятельности клуба	В течение года	Руководитель ШСК, актив клуба
Обновление на сайте школы специального раздела, содержащего информацию по деятельности ШСК, страницы ВК.	- нормативные документы - фотоматериалы; - информирование всех участников образовательного процесса о мероприятиях; - съемки сюжетов о жизни обучающихся школьного спортивного клуба (занятия, физкультурно-спортивные и досуговые мероприятия)	Сентябрь- май	отв. за сайт, члены клуба
<b>Хозяйственная деятельность</b>			
Приобретение спортивного оборудования и инвентаря, Приобретение призов, наградных материалов.		В течение года	Администрация школы, руководитель ШСК
Ремонт спортивного зала и инвентаря,		Июнь-август	Администрация школы,



обустройство лыжной базы, школьного стадиона.			руководитель ШСК, педагоги ДО ШСК
--	--	--	---

Формы реализации	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Организация и проведение школьных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий, согласно плана мероприятий комплекса ВФСК (ГТО);</li><li>2. Мероприятия консультативно-разъяснительного характера направленные на вовлечение обучающихся, родителей и педагогов, желающих подготовиться к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО: «Урок ГТО», «Флешмобы», «Дни здоровья»;</li><li>4. Мониторинг материально-технической и учебно-методической базы необходимой для обеспечения реализации мероприятий, направленных на подготовку обучающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО;</li><li>5. Мониторинг физической подготовленности обучающихся, анализ полученных данных, коррекция при необходимости методов подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО</li><li>6. Совместно с центром тестирования реализация графика участия (сопровождения для участия) обучающихся в мероприятиях по выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО</li><li>7. Совместно с медицинским работником школы мониторинг состояния здоровья обучающихся для определения допуска к выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО</li><li>8. Мониторинг результативности выполнения плана мероприятий комплекса ГТО;</li><li>9. Организация и проведение школьных этапов Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры»;</li><li>10. Формирование сборных команд по видам спорта и обеспечение их участие в соревнованиях разного уровня (межшкольных, муниципальных и</li></ol>
------------------	---

	<p>региональных), в том числе в городской Спартакиаде школьников;</p> <p>11. Участие в летнем и зимнем фестивале ГТО (муниципального регионального и всероссийского уровня);</p> <p>12. Поощрение обучающихся, добившихся высоких показателей в физкультурно-спортивной работе, сдаче норм ВФСК (ГТО);</p> <p>13. Включение в исследовательскую и проектную деятельность: НПК «Ступень в будущее»;</p> <p>14. Вовлечение в действующие на базе школы и в городе спортивные кружки и секции, привлечение к взаимодействию социальных партнеров:</p>
	<p>Положительная качественная динамика мониторинговых исследований уровня здоровья и физической подготовленности обучающихся школы, рост личных достижений учащихся и как результат увеличение количества обучающихся успешно сдавших нормы комплекса ВФСК (ГТО).</p>
Литература	<p>Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы, В.И. Лях, А.А. Зданевич»; «Концепция комплекса ГТО» <a href="http://niro.nnov.ru?id=21221">niro.nnov.ru?id=21221</a>, Нормы ГТО <a href="http://www.gto-normy.ru/">http://www.gto-normy.ru/</a></p>