

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Любинская средняя общеобразовательная школа №2 имени Г.П. Яковенко»
Любинского муниципального района Омской области

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по ВР

_____ Н.А.Трифонова

Протокол №1 от «28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «Любинская СОШ №2»

_____ Н.А. Некрасова

Приказ №160 от «30» августа 2024 г.

**дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Школьный спортивный клуб «Чемпион»»
физкультурно - спортивной направленности
(стартовый уровень)**

Целевая группа: 11- 15 лет

Сроки реализации: 1 год

Общая трудоемкость программы: 60 часов

Форма реализации: очная

Автор-составитель: А.Х.Махамбетов
учитель физической культуры

р.п. Любинский, 2024 г.

Содержание программы

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебно-тематическое планирование.....	5
3. Содержание программы.....	6
4. Контрольно-оценочные средства.....	9
5. Условия реализации программы.....	12
6. Список литературы.....	13

Пояснительная записка

Программа направлена на освоение теоретических и практических знаний учащимися, формирование двигательных умений и навыков в процессе изучения техники легкоатлетических видов, а также коррекции ошибок и неточностей в процессе выполнения технических элементов.

Актуальность программы. Данная дополнительная общеобразовательная программа опирается на поэтапное освоение учащимися, предлагаемого курса, даёт возможность воспитанникам с разным уровнем восприятия учебного материала и освоить те этапы сложности, которые соответствуют их возрастным способностям. В своей методике я использую индивидуальный подход к каждому воспитаннику при помощи подбора упражнений и заданий разного уровня сложности.

Индивидуальный подход базируется на личностно ориентированном подходе к ребёнку, при помощи создания педагогом «ситуации успеха» для каждого учащегося, таким образом данная методика повышает эффективность и результативность образовательного процесса. Подбор упражнений и заданий осуществляется на основе метода наблюдения педагогом за практической деятельностью воспитанника на занятии.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в сформированных группах; состав группы – постоянный; занятия групповые; виды занятий по программе определяются содержанием программы и предусматривает лекции, беседы, практические занятия, мастер-классы, выездные занятия и соревнования.

Программа рассчитана на 1 год. Срок реализации программы один год – 60 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу на базе МБОУ «Любинская СОШ№2». Продолжительность занятия – 40 минут.

Форма организации деятельности обучающихся: предпочтение отдаётся групповым и индивидуальным формам работы, позволяющим подросткам проявлять активность, наиболее полно реализовывать свои умения и навыки в теоретической и практической деятельности

Формы организации образовательного процесса:

Форма организации деятельности группы - детское физкультурно-спортивное объединение.

Форма занятий: очная, основные формы работы теоретические, практические занятия, групповые занятия, соревнования, спортивные праздники.

Цель программы — формирование основ здорового образа жизни, устойчивых мотивов к занятиям физической культурой, развитие творческой самостоятельности посредством деятельности детского общественного объединения.

Задачи программы:

1. формировать знания и умения в области ЗОЖ
2. расширять навыки и умения в физкультурно-спортивной деятельности
3. способствовать воспитанию нравственных и волевых качеств личности учащихся

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 и метапредметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты:

- 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;
- знать особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- уметь оказывать первую медицинскую помощь;
- способствовать сохранению и укреплению здоровья;
- уметь составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- уметь выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- уметь адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- уметь отвечать за свои поступки;
- уметь отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

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.

Учебно – тематический план

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Заседание совета клуба (утверждение состава Совета ШСК, составление плана работы, распределение обязанностей)	2 часа
2	Веселый старты «Звонкий мяч»	2 часа
3	Правила и судейство соревнований по баскетболу	2 часа
4	Соревнования по баскетболу «Оранжевый мяч»	2 часа
5	Правила и судейства соревнований по шахматам и шашкам	2 часа
6	Шахматно-шашечный турнир «Белая ладья»	2 часа
7	Организация подготовки детей к успешному выполнению норм ВФСК ГТО.	2 часа
8	Музыкально-художественная конкурс	2 часа
9	Классные часы по вопросам ЗОЖ	2 часа
10	Соревнования по дартсу	2 часа

11	Презентация деятельности клуба на классных часах, родительских собраниях, для потенциальных спонсоров	2 часа
12	Соревнования по баскетболу 3*3	2 часа
13	Правила судейства соревнований по волейболу и пионерболу	2 часа
14	Соревнования по волейболу «Серебряный мяч»	2 часа
15	Планирование встреч с известными спортсменами.	2 часа
16	Соревнования по пионерболу «Серебряный мяч»	2 часа
17	Правила и судейство соревнований по лыжным гонкам	2 часа
18	Соревнования по лыжным гонкам	2 часа
19	Правила и судейство соревнований по настольному теннису	2 часа
20	Соревнования по настольному теннису	2 часа
21	Проведение утренней зарядки, флэш-моба	2 часа
22	Подвижная игра «Перестрелка»	2 часа
23	Правила и судейство соревнований по легкой атлетике	2 часа
24	Соревнования по легкой атлетике. Эстафетный бег	2 часа
25	Правила и судейство соревнований по футболу	2 часа
26	Соревнования по футболу «Кожаный мяч»	2 часа
27	Классные часы по вопросам ЗОЖ	2 часа
28	Первенство школы по легкоатлетическому кроссу «Весенний кросс»	2 часа
29	организация и проведение пробного тестирования норм ГТО	2 часа
30	Соревнования по легкой атлетике «Шиповка юных»	2 часа

Содержание программы

№	Тема	Дидактические единицы	Теоретические понятия и термины	Форма организации	Виды деятельности
1	Информационно-организационная работа	<ul style="list-style-type: none"> - анализ педагогического состава ШСК, обеспечение ШСК педагогическими кадрами; - составление и утверждение плана работы ШСК на текущий год; - составление расписания работы ШСК; - планирование встреч с известными спортсменами; - оформление информационного стенда клуба; - размещение информации о деятельности клуба на сайте школы; - презентация деятельности клуба на классных часах, родительских собраниях, для потенциальных спонсоров; - принятие новых членов клуба. 	<ul style="list-style-type: none"> Анализ План Подбор информации на стенд планирование 	<ul style="list-style-type: none"> Беседа Групповые консультации дискуссии, круглые столы, конференции 	<ul style="list-style-type: none"> Познавательная рефлексивно-оценочная
2	Физкультурно-оздоровительная и спортивно-	<ul style="list-style-type: none"> - Информационно-просветительская кампания «Здоровье-путь к успеху»; - Общешкольная Спартакиада «Быстрее, 	<ul style="list-style-type: none"> Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника 	<ul style="list-style-type: none"> Соревнования Беседа Викторина 	<ul style="list-style-type: none"> Физкультурно-спортивная, проектная,

	<p>массовая работа</p>	<p>выше, сильнее»:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Общешкольные соревнования по плану спортивно- массовых мероприятий; - Классные часы по вопросам ЗОЖ; - Проведение утренней зарядки, флэш-моба; - Участие во всех этапах ВОШ по физической культуре; - подготовка спортивных команд для участия в соревнованиях различного уровня, в муниципальные спартакиады школьников; - участие в соревнованиях; - анализ выступления команд; - ОФП членов клуба; - организация и проведение пробного тестирования норм ГТО; - организация сдачи норм ГТО членами клуба в специализированных центрах; - подготовка спортивно-массовых мероприятий ШСК; - обеспечение участия учащихся в спортивно-массовых мероприятиях, 	<p>безопасности.</p> <p>Правила поведения в зале, техника безопасности во время соревнований, выбор инвентаря формы одежды.</p> <p>Правила организации соревнований, судейство, ведение протокола.</p> <p>Правила выполнения норм ГТО, виды испытаний, ступени, количество нормативов на знак</p>	<p>фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная.</p> <p>военно-спортивные игры</p> <p>Интеллектуальные игры</p>	<p>встречи с известными спортсменами, учебно-тренировочные занятия, спортивные соревнования различных уровней, игровая Досугово-развлекательная Спортивно-оздоровительная</p>
--	------------------------	--	---	---	---

		<p>комплектование команд для участия в спортивных соревнованиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - проведение соревнований; - анализ, подведение итогов. 			
3	<p>Научно-исследовательская работа</p>	<ul style="list-style-type: none"> - изучение влияния занятий физической культурой и спортом на организм человека; - изучение истории развития физической культуры и спорта; - разработка проектов, исследовательских материалов и участие в научно-практических конференциях, фестивалях, конкурсах физкультурно-спортивной направленности. 	<p>влияния занятий физической культурой и спортом на организм человека истории развития физической культуры и спорта</p>	<p>Социально значимые проекты</p> <p>Групповые консультации дискуссии, круглые столы, конференции</p>	<p>научно-практические конференции, фестивали, исследовательская,</p>

Контрольно – оценочные средства

Система оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы являются уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост.

- Участие в муниципальных физкультурно – спортивных и спортивно – массовых мероприятиях.
- Участие в областных и всероссийских физкультурно – спортивных и спортивно – массовых мероприятиях.
- Участие в творческих конкурсах разного уровня для пропаганды спортивных игры;
- Матчевые встречи и товарищеские игры с командами аналогичного возраста;
- Освещение итогов на официальном сайте и группе в Вконтакте

Уровень владения способами

и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Высокий	Средний	Низкий
Учащийся: – самостоятельно организовать место занятий; – подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; – контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги; - оказывать помощь в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий; - занимается самостоятельно в спортивной секции школы, района или города, имеет спортивные разряды или спортивные успехи на	Учащийся: – организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; – допускает незначительные ошибки в подборе средств; – контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов

соревнованиях любого ранга.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение	Спортивные залы, школьный стадион, лыжная база. Аптечка медицинская в упаковке. Секундомер-1 шт Кольца для баскетбола – 2 шт Мячи баскетбольные – 15 шт Сетки баскетбольные – 2 шт, Маты – 4 шт Скакалки – 15 шт Гимнастические скамейки – 3 шт Волейбольная сетка – 1 шт Волейбольные мячи – 8 шт Комплекты лыж – 15 пар Насос ручной Рулетка – 2 шт Футбольные ворота – 2 шт Футбольные мячи – 4 шт
Информационно-образовательные ресурсы	Ноутбук Иллюстрированная литература по направлению Видеоматериалы по спортивным играм Подборки иллюстраций, открыток, рисунков по темам программы. Перечень интернет - ресурсов 1. ВФСК «ГТО» https://www.gto.ru/norms 2. Министерство физической культуры и спорта https://www.dmps-kuzbass.ru/ 3. Российская электронная школа «Физическая культура» https://resh.edu.ru/ 4. Газета «1 сентября» https://zdd.1september.ru
Учебно – методическое обеспечение	1. Положения о соревнованиях, праздниках, турнирах. 2. Правила игры: баскетбол, волейбол, настольный

	теннис, футбол. 3. Правила соревнования Настольные игры по физической культуре
Кадровое обеспечение	Костюнова Надежда Викторовна – учитель физической культуры, образование высшее.

Список литературы

Нормативно – правовые документы

1. Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
6. Приказ Минобрнауки России «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов» от 13 сентября 2013 г. № 1065// Зарегистрировано в Минюсте России 22.10.2013 N 30235;
7. Распоряжение правительства Российской Федерации «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» от 7 августа 2009 г. № 1101-р// Собрание законодательства Российской Федерации от 17 августа 2009 г. N 33 ст. 4110

Основная и дополнительная литература

1. Безруких М. М. Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении. Москва: Просвещение, 2016. 128 с.

2. Дьяконов И.Ф. Основы здорового образа жизни для всех. СПб: Спецлит, 2018. 126 с.

Литература, рекомендуемая для детей и родителей

1. Пронищева К.В. Формирование здорового образа жизни у подростков. Москва: Олимпус, 2020. 88 с.
2. Романов Н. Бегайте быстрее, дольше и без травм. Москва: Миф, 2017. 100 с.