

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №23 села Первомайское
Красноармейского района Саратовской области»**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2023г

Согласовано:

Заместитель директора по ВР

 О.А.Курная

От «29» 08 2023г

Утверждаю:

Директор школы
 Н.Ю.Филимонова

приказ № 69 от 30.08.2023г



Рабочая программа деятельности школьного
спортивного клуба
« Чемпион »
5-11 классы

Составитель :Смолянская Екатерина Васильевна

2023 – 2024 учебный год

Целью физкультурно – спортивного клуба является создание организации и проведение спортивно-массовой работы в школе во внеурочное время.

2. Задачи спортивного клуба

Задачами спортивного клуба являются:

- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы;
- укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся общеобразовательных школ на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей;
- закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;
- воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;
- привлечение к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей учащихся школы;
- профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.

Актуальность программы с учетом содержания Программы воспитания и социализации ООП

Основными направлениями в работе ШСК являются:

- привлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- открытие спортивных секций;
- воспитание у детей и подростков устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой, спортом, туризмом, к здоровому образу жизни;
- укрепление и сохранение здоровья при помощи регулярных занятий в спортивных кружках и секциях, участие в оздоровительных мероприятиях;
- организация здорового досуга обучающихся;
- организация и проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий в школе;

Занятия в спортивных секциях проводятся в соответствии с образовательными программами и учебными планами.

Комплектование групп осуществляется с учетом пола, возраста, состояния здоровья и уровня физической подготовленности, спортивной направленности, по желанию детей.

Медицинский контроль за всеми занимающимися в спортивных секциях осуществляется руководителем (председателем) клуба, педагогом дополнительного образования (тренером) в взаимодействии с медицинским персоналом школы или физкультурно-спортивным диспансером и поликлиникой.

Планируемые личностные и метапредметные результаты обучающихся.

В результате освоения содержания программного материала спортивного клуба обучающиеся должны достигнуть предусмотренного образовательным минимумом уровня развития физической культуры.

Занимающийся научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Обучающийся научится:

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций; подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

Физическое совершенствование

Обучающийся научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его рано и способности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);

выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Обучающийся получит возможность научиться:

1. преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;

2. выполнять тестовые нормативы по физической подготовке

Содержание программы

Для достижения указанных целей ШСК осуществляет следующие виды деятельности:

- создание сети физкультурного актива во всех классах школы;

- содействие открытию спортивных секций;

- агитационная работа в области физкультуры и спорта, информирование общественности о развитии спортивного движения;

- проведение спортивно-массовых мероприятий, соревнований среди членов клуба, обучающихся школы и с воспитанниками других клубов;

- создание и подготовка команд воспитанников ШСК по различным видам спорта, для участия в соревнованиях различного уровня;
- внедрение физической культуры в быт обучающихся, проведение спортивно-массовой и оздоровительной работы в школе;
- организация активного спортивно-оздоровительного отдыха (байдарочные походы, туризм и т.п.).

Помимо перечисленных видов деятельности ШСК может осуществлять иную, не противоречащую уставу, деятельность.

В своей деятельности ШСК активно взаимодействует с профсоюзной организацией школы, а также с иными общественными организациями, молодежными объединениями, активно участвует в спортивной жизни района.

График проведения мероприятий физкультурно-спортивного клуба «Чемпион» на 2023– 2024 уч. год.

№	Мероприятие	Сроки	Кол-во участников
Внутришкольные мероприятия			
1	Выборы состава Совета спортивного клуба	До 15 октября	5-11 классы + учителя
2	«День здоровья» «С рюкзаком по сентябрю»	Сентябрь (от погодных условий)	5-11 классы + учителя
3	«День бегуна», кросс «Золотая осень»	13 октября	5-11 классы
4	Первенство школы по пионерболу «Стремительный мяч»	Осенние каникулы	5 – 7 классы
5	Первенство школы по игре «Перестрелка»	Осенние каникулы	
6	Соревнование на личное первенство школы по настольному теннису «Белая молния»	Осенние каникулы	Желающие 5-11 классы
7	Первенство школы по баскетболу «Оранжевый мяч»	15 – 26 ноября	8 - 11классы
8	Первенство школы по лыжным гонкам «Открытие лыжного сезона»	10-11 декабря	5-11 классы
9	Соревнования «Веселые старты»	Зимние каникулы	
10	Соревнования по строевой подготовке «Парад песни и строя» Дню Защитника Отечества	22 февраля	5 – 7, 8 - 11 классы
11	Соревнования «Вперед, мальчишки!»	20 февраля	
12	Спортивное мероприятие «Зимние забавы»	Весенние каникулы	5-11 классы +
13	Первенство школы по прыжкам в высоту «День прыгуна»	21 -22 апреля	5 – 7, 8-11 классы
Организационно - педагогическая работа			
1	Обсуждение и утверждение плана работы на 2023 - 2024 учебный год	Сентябрь	Руководитель ШСК Директор школы
2	Составление режима работы спортивных секций. Составление	октябрь	Руководитель ШСК, Зам.директора по ВР

	плана спортивно-массовых мероприятий на 2023-24 учебный год.		
3	Подготовка спортивного зала и площадок. Подготовка команд участников. Подбор судейских бригад. Обеспечение наградного фонда.	В течение года	Руководитель ШСК
4	Оформление стенда клуба: · Оформление текущей документации (таблицы соревнований, поздравления, объявления); · Обновление необходимой информации; · Оформление стенда «Надежды спорта».	В течение года	Руководитель ШСК
Учебно – воспитательная работа			
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	Руководитель ШСК
2	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий и праздников (согласно плану)	В течение года	Руководитель ШСК
Методическая работа			
1	Посещение семинаров для руководителей ФСК	В течение года	Руководитель ШСК
2	Изучение нормативной документации, регламентирующей деятельность ФСК	В течение года	Руководитель ШСК
3	Посещение занятий спортивных секций	В течение года	Руководитель ШСК
Спортивно – массовая работа			
1	Составление и утверждение плана спортивно-массовых мероприятий.	Октябрь	Руководитель ШСК
2	Организация и проведение внутриклубных соревнований и праздников	В течение года	Руководитель ШСК
3	Обеспечение участия команд клуба в районных соревнованиях и соревнованиях среди ФСК	В течение года	Руководитель ШСК
Контроль и руководство			
1	Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий	В течение года	Руководитель ШСК
2	Корректировка работы клуба	В течение года	Руководитель ШСК
3	Составление и утверждение календарно-тематических планов тренировочных занятий на учебный год.	Октябрь	Руководитель ШСК, зам по ВР

Финансово – хозяйственная деятельность			
1	Приобретение призов, наградных материалов.	В течение года	Руководитель ШСК
2	Подготовка школьной спортивной площадки	Апрель-май	Руководитель ШСК

Формы подведения итогов и социальные эффекты реализации программы

К концу года обучения учащийся:

- овладеет понятиями о физической культуре и предназначении спортивного клуба;
- сформирует характер и силу воли;
- будет стремиться к лидерству;
- получит навыки организаторские, спортивные, лидерские и самодисциплины;
- будут воспитаны морально-волевые и нравственные качества;
- развита устойчивая потребность к самообразованию;
- сформирует активную жизненную позицию;
- будут развиты творческие способности.

Список литературы:

1. Железняк, Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Юрий Дмитриевич Железняк, Павел Карпович Петров. – Москва: Академия, 2005. – 272с. – (Высшее профессиональное образование) УДК 796 ББК 75.1 Кх-2.
2. Лукьяненко, В.П. Физическая культура: основы знаний / Виктор Павлович Лукьяненко. – Москва: Совет.спорт, 2003. – 224с. УДК 796 ББК 75 Кх-5.
3. Макарова, Г.А. Спортивная медицина / Галина Александровна Макарова. – Москва: Советский спорт, 2003. – 480с. УДК 796 ББК 75.0 Кх-2.
4. Теория и методика физической культуры / под ред. Ю.Ф. Курмашина. – Москва: Советский спорт, 2003. – 464с. УДК 796 ББК 75.10я73 Кх-3.
5. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура / Александр Григорьевич Фурманов, Михаил Борисович Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528с. УДК 796 ББК 75.1я73 Кх-10.

**Календарно-тематическое планирование
на 2023-2024 учебный год**

№ занятия	Содержание 34 часа	Дата план	Дата Факт
1	Низкий старт. Ускорение.		08.09
2	Техника прыжка в высоту.		15.09
3	Бег на 100 метров на результат.		22.09
4	Прыжки в длину с разбега, «согнув ноги».		29.09
5	Кувырок вперед – назад стойка на лопатках.		06.10
6	Мост из положения стоя с помощью и без(д). Стойка на руках (м).		13.10
7	Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.		20.10
8	Совершенствование техники перемещений в волейбольной стойке, остановки, ускорения.		27.10
9	Передача мяча в прыжке через сетку, сверху, стоя спиной к цели.		03.11
10	Закрепление прямой нижней подачи, прием подачи, подача в заднюю часть площадки.		10.11
11	Игра в волейбол с упрощенными правилами.		17.11
12	ОРУ с предметами. Эстафеты в колоннах. Игра (пионербол).		24.11
13	ОРУ с предметами. Эстафеты встречные. Игра (летающий мяч).		01.12
14	ОРУ с предметами. Эстафеты парами. Игра (выбивало).		
15	ОРУ с предметами. Эстафеты с мячами. Игра (кузнечики).		
16	ОРУ с предметами. Эстафеты со скакалкой. Игра (резвый мяч).		
17	Правила игры. Техника передвижения игрока. Подвижная игра.		
18	Удар внутренней стороной стопы. Подвижная игра.		
19	Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. Подвижная игра.		
20	Ведение мяча. Подвижная игра.		
21	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Подвижная игра.		
22	Удар носком. Подвижная игра.		
23	Удар серединой лба на месте. Подвижная игра.		
24	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Подвижная игра.		
25	Ведение мяча в различных направлениях с сопротивлением защитника. Подвижная игра.		
26	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Подвижная игра.		
27	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Подвижная игра.		
28	Обманные движения (финты). Подвижная игра.		
29	Подвижная игра «Пустое место». ОРУ		
30	Подвижная игра «Третий лишний». ОРУ		
31	Подвижная игра «Пятнашки». ОРУ		
32	Подвижная игра «Горелки». ОРУ		
33	Подвижная игра «Коршун». ОРУ		

**но-тематическое планирование
на 2023-2024 учебный год**

Содержание
от 23



Пронумеровано и пронумеровано

8 (восьмь)

) листов

Директор

Школы:

Машкина

Н.О.Ф. ИЛИМОНОВА

