

ПРОГРАММА
деятельности школьного спортивного клуба
«Импульс» МАОУ гимназии «Мариинская»

Составитель программы:
учитель физической культуры
МАОУ гимназии «Мариинская»
Дмитриева И.Э.

г. Таганрог 2022г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Разработчик программы	Заместитель директора по ВР, учитель физической культуры МАОУ гимназии «Мариинская» Дмитриева И.Э
Основная цель программы	<p><u>Стратегическая цель.</u> Привлечение учащихся, педагогов, родителей и жителей микрорайона к регулярным занятиям физической культурой и спортом; формирование здорового образа жизни, организация спортивно-массового отдыха, повышение уровня физического развития учащихся.</p> <p><u>Тактическая цель.</u> Создание образовательного пространства, способствующего образованию референтных спортивно - массовых групп для профилактики вредных привычек и борьбы с ними, организации совместной деятельности подростков, развитию у них коммуникативных качеств.</p>
Основные задачи программы	<p><u>Для достижения цели определены следующие задачи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - создать оптимальные условия для вовлечения молодёжи в активные занятия физической культурой и спортом; - организовать занятия в спортивных секциях и группах оздоровительной направленности; - проводить массовые физкультурно-оздоровительные, спортивные мероприятия и праздники, заложенные в плане внеурочной деятельности Гимназии; - осуществлять профилактику асоциального поведения детей и подростков средствами физической культуры и спорта; - создать условия для развития всех видов и форм спортивнооздоровительной деятельности учащихся Гимназии, и внедрения ВФСК «Готов к труду и обороне»; - вовлекать детей и взрослых к поддержанию порядка на спортивных площадках, проведению необходимых ремонтных работ; - пропагандировать деятельность ШСК через взаимодействие со СМИ, педагогические сетевые сообщества, сайт Гимназии, выступления на родительских собраниях, проведение массовых спортивных мероприятий. - создать условия для деятельности школьника, результат которой - самоопределение, самореализация, физическое самовоспитание; формирование ключевых направлений развития каждого учащегося Гимназии. - осуществлять взаимодействие с другими образовательными учреждениями, учреждениями физической культуры и спорта, общественными организациями для вовлечения молодёжи в активные занятия физической культурой и спортом.

Сроки реализации программы	2022-2027 г.г.
Исполнители программы	МАОУ гимназия «Мариинская»
Объем и источники дополнительного финансирования	Источником финансирования программы развития является бюджет образовательного учреждения, внебюджетные средства (спонсорская помощь)
Система управления программой и контроль	Контроль за ходом реализации программы осуществляет администрация МАОУ гимназии «Мариинская»

<p>Ожидаемые результаты</p>	<p>В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащихя Гимназии в объединениях дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности.</p> <p><u>Социальный эффект.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК, к участию в городских спортивно-массовых мероприятиях и мероприятиях Гимназии; ➤ вовлечение детей, находящихся в трудной жизненной ситуации в объединения дополнительного образования клуба и внеурочные мероприятия; ➤ увеличение количества различных школьных спортивных соревнований и физкультурно-оздоровительных мероприятий. <p><u>Образовательный эффект.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ освоение компонентов ключевых (универсальных) компетентностей: знаний умений и навыков; ➤ осознание учащимися ценности здорового образа жизни и применение полученных знаний в области физической культуры на практике; ➤ выпуск бюллетеней на темы Олимпийского образования и ВФСК «Готов к труду и обороне»; ➤ разработка проектов по каникулярной занятости детей и летнему оздоровительному отдыху; ➤ снижение пропуска уроков по болезни в связи с закаливанием организма; ➤ профилактика простудных заболеваний. <p><u>Профессиональный эффект.</u></p> <p>Спортивные успехи – на основе устойчивой мотивации к занятиям избранным видом спорта в контексте учебно-тренировочного процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ подготовка учащихся с сдаче норм комплекса ГТО; ➤ рост показателей спортивных достижений учащихся на соревнованиях различного уровня; ➤ профориентация старшеклассников (выбор педагогических вузов спортивной направленности); <p>Деятельность совета ШСК и волонтеров из членов клуба позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, поможет узнать историю олимпийские достижения через связь со СМИ, выпуск буклетов, фотогазет, создание и обновление странички ШСК «Импульс» на сайте.</p>
-----------------------------	---

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. В настоящее время работа в данном направлении ведется с помощью реализации стратегии «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 г.», целью которой является – создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта, популяризация массового и профессионального спорта, приобщение различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Государство возлагает большие надежды на систему образования в вопросах формирования здорового образа жизни и сохранения здоровья нации. Сегодня, очевидно, что каждая школа должна стать «школой здоровья», а сохранение и укрепление здоровья обучающихся и педагогов должно стать важной функцией образовательного учреждения. Ни одно другое социальное окружение нашего города 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 11 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья на дальнейшую жизнь, именно здесь появляются новые детские рекорды.

ШСК «Импульс» создан в виде общественного объединения и функционирует в соответствии с Уставом ШСК, утвержденным директором Гимназии.

Нормативно-правовую базу ШСК составляют следующие документы:

- Приказ Минобрнауки России от 13.09.2013 № 1065 «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов»;
- Федеральный закон «Об общественных объединениях» (№ 82-ФЗ от 19.05.1995);
- Приказ Министерством образования и науки РФ от 10.08.2011г. «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов в образовательных учреждениях»
- «Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».

Обоснование.

Приобщение подростков к ценности здорового образа жизни является одной из основных задач ШСК «Импульс». Именно поэтому наш педагогический коллектив выбрал её основным направлением работы с подрастающим поколением, которые впоследствии смогут показать пример здорового образа жизни.

Здоровье надо не просто беречь, а укреплять и преумножать, а это возможно лишь при здоровом образе жизни и активном занятии физической культурой.

Для занятий в Гимназии созданы все условия: действуют большой и малый спортивные залы и пришкольная спортивная площадка, которые предназначены не только для урочной и внеурочной деятельности, но и для проведения праздников и соревнований муниципального уровня.

1. В Гимназии богаты спортивные традиции:

- ежегодно проводятся Дни Здоровья, целью которых является популяризация ЗОЖ, организация активного здорового отдыха;

- спортивно-массовые мероприятия и праздники; командные соревнования по волейболу и баскетболу, «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Сильные, ловкие, смелые», «Служу Отечеству», «Малые Олимпийские игры» и др.;
- на протяжении многих лет, Гимназия является победителем и призером городской Спартакиады школьников, соревнований по отдельным видам спорта, Президентских спортивных игр и состязаний;
- организация плановой внеклассной работы по физической культуре через работу объединений дополнительного образования двигательной, спортивно-оздоровительной направленности («Волейбол», «Баскетбол», «Фитбол – весёлый мяч здоровья», «Шахматы», «Рэгби»);
- участие в городских и областных военно-патриотических мероприятиях в рамках проекта «Школа безопасности»;
- участие в городских соревнованиях.

2. Опыт работы по организации спортивных мероприятий муниципального и регионального уровней.

Организация и проведение соревнований разного уровня по различным видам спорта.

С учётом данных обстоятельств, администрация Гимназии считает идею создания школьного спортивного клуба на базе Гимназии наиболее соответствующей современным требованиям к развитию физической культуры, массового детского и юношеского спорта в стране.

Программа ШСК разработана на основе принципов:

- целостности и системности предполагаемых изменений;
- открытости образовательной системы.

Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность совместно с родительским комитетом и педагогическим советом Гимназии.

Ресурсное обеспечение ШСК «Импульс»

Кадровое	Материально - техническое	Финансовое	Нормативно - правовое (локальные акты)
----------	------------------------------	------------	---

Учителя ФК –3 чел.	1. Большой спортивный зал 2. Малый спортивный зал 3. Актовый зал 4. Спортивное оборудование и инвентарь	1. Занятия в спортивном клубе осуществляются педагогами в пределах бюджетного финансирования. 2. Целевые спонсорские средства. 3. Благотворительные пожертвования юридических и физических лиц.	1. Приказ «Об открытии школьного спортивного клуба». 2. Приказ об утверждении устава о ШСК. 3. Должностные обязанности руководителя ШСК. 4. Положение о школьном спортивном клубе. 5. Устав ШСК. 6. План работы ШСК 7. Программа деятельности
--------------------	--	---	---

Этапы реализации программы

Реализация программы строится на основе 3-х этапов:

I этап – подготовительный, «ШСК «Импульс» – открывает двери».

Задачи: Подбор и изучение методической литературы.

- Изучение опыта работы других школьных спортивных клубов.
- Развитие материально-технической базы.
- Определение уровня физической подготовленности учащихся с 1 по 11 класс.

II этап – системообразующий - 2023 год, «На старт, внимание, марш!».

Задачи:

- Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы.
- Увеличение количества спортивных секций.

III этап – заключительный – до 2027, «Только вперед!».

Задачи:

- Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- Анализ программы действия школьного спортивного клуба. Проблемы и их решения.
- Обработка данных, составление организационно-методических указаний при использовании программы.

Приоритетные направления деятельности

Этапы деятельности	Виды деятельности.	Индикаторы
I этап – подготовительный - 2015 год; «ШСК «Импульс – открывает двери»		
Информационно – агитационная деятельность		
Анализ исходной ситуации.	Кадровое и финансовое обеспечение. Наличие в клубе спортивного оборудования и инвентаря, спортивных залов и спортивных площадок.	Наличие спортивного инвентаря и оборудования
Анкетирование детей	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Мониторинг физического развития по основным физическим параметрам; ✓ психолого-педагогический мониторинг самочувствия и утомляемости учащихся (психофизиологический тест); ✓ тест «Я выбираю здоровье» 	Диаграммы, информационные карты
Агитационная работа	Агитационная работа в средствах массовой информации, по вовлечению учащихся к занятиям спортом. Оформление буклетов по олимпийской тематике и тематике ВФСК ГТО. Оформление стенда «От значка ГТО к Олимпийским медалям»	новости сайт, ВК
Организационная деятельность:		
Организация детско-взрослого самоуправления заседаний совета ШСК)	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Создание физкультурно – спортивного совета среди учащихся, родителей и общественности; Утверждение документов. ✓ Создание отряда спортивного резерва, школьной спортивной «Радиоволны». 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Работа творческой группы по созданию клуба. ✓ Создание нормативной базы. ✓ Выборы руководителя
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Изготовление наглядной агитации и рекламных стендов. ✓ Составление дополнительных образовательных программ ✓ Планирование, организация и проведение мероприятий 	<ul style="list-style-type: none"> клуба, утверждение плана работы, Положения, расписания спортивных секций. ✓ создание направления ШСК «Импульс» на сайте Гимназии. ✓ Протоколы заседаний Совета клуба. ✓ Отчеты о проведении мероприятий.
Создание символики ШСК.	Конкурс на название ШСК, эмблемы и девиза. Сбор предложений по организации физкультурно – массовых мероприятий. Приобретение спортивной формы с логотипом ШСК	Атрибутика ШСК, наличие единой спортивной формы и плана работы

II этап – системообразующий , «На старт, внимание, марш!»

Социально - значимая физкультурно – оздоровительная деятельность:

Торжественное открытие школьного спортивного клуба «Импульс»	Праздник здоровья.	План проведения, приказ
Организация физкультурно – массовых мероприятий	Проведение физкультурно – массовых мероприятий: Спартакиады, предметные недели, дни открытых дверей, Дни Спорта и здоровья, турниры, акции, соревнования по видам спорта	публикации в ВК
Организация занятий по интересам, возрастам, уровню физической подготовленности.	Вовлечение учащихся Гимназии в объединение дополнительного образования спортивно-оздоровительной направленности.	Не менее 30% от числа учащихся Гимназии.
Реализация проектов: «Сентябрь - день знаний и здоровья», «Наши рекорды», «ВФСК ГТО»	Занятость в клубе детей и взрослых (семейные старты, соревнования по волейболу, футболу и тд.)	Фото, видеоролики, публикации в СМИ
Летняя спортивно-оздоровительная компания	Проведение физкультурно – массовых мероприятий.	Фото и видео альбомы, видеоролики, публикации в ВК
Сетевое взаимодействие с учреждениями физкультуры и спорта в городе	Деятельность педагогов доп. образования и учителей на базе Гимназии. Организация совместных мероприятий.	Договора и должностные обязанности педагогов. План совместных мероприятий.

III этап – заключительный. «Финиш золотой!»

<ul style="list-style-type: none"> ✓ Увеличение количества детей, ведущих здоровый образ жизни, занимающихся спортом; ✓ уменьшение количества детей, имеющих пагубные привычки; ✓ повышение уровня профилактической работы по предупреждению вредных привычек. 	Мониторинги, анкетирования	Результаты анкетирования, информация и диагностические карты
---	----------------------------	--

Накопление и обобщение накопленного опыта по деятельности клуба	Выступление на заседаниях ШМО и ГМО.	Протоколы, тексты выступлений.
Участие в проектах и конкурсах	«Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры», городская Спартакиада школьников.	Дипломы, публикации в СМИ, фото и видео материалы.

Основные формы организации и виды деятельности

- работа с большой аудиторией – соревновательная деятельность различного содержания и уровня; беседы; встречи с ветеранами спорта, именитыми спортсменами города; спортивные мероприятия;
- работа в классах (малых – до 5 участников, средних – до 12 участников) – творческие конкурсы (рисунков, плакатов, кроссвордов, выпуск «горячих листовок», стихи и др.); игры (коммуникативные, сюжетно-ролевые,);
- командная деятельность – соревнования и состязания в рамках содержания программы.
- учебная деятельность: учебные занятия в объединениях дополнительного образования Гимназии.

Перспективы развития ШСК

Аналитическая работа по сопровождению учащихся	Организация деятельности во внеурочное время	Организационноинформационная деятельность
<ul style="list-style-type: none"> • Составление банка данных учащихся подготовительной и специальной медицинских групп, детей – инвалидов. • Выпуск газеты о профилактике нарушения осанки, плоскостопия. • Выявление личных качеств учащихся. • Выявление социального статуса ребенка, изучение межличностных отношений среди ровесников. • Организация семинаров и тренингов с работниками по осуществлению работы, направленной на укрепление здоровья и повышение 	<ul style="list-style-type: none"> • Выявление интересов и потребностей учащихся, вовлечение подростков в проекты, секции. • Создание и работа групп различной направленности, контроль за их деятельностью и посещением занятий учащимися “группы риска” и различных медицинских групп. • Информирование учащихся о работе ШСК. • Разнообразные формы внеклассной работы: Дни Здоровья, соревнования, фестивали, конкурсы, акции, беседы, смотры и т. д. • Разработка проектов по каникулярной занятости детей. 	<ul style="list-style-type: none"> • Деятельность Совета клуба по организации самоуправления, профилактика простудных заболеваний и правонарушений в школе. • Встречи с представителями спортивной общественности, работниками здравоохранения.

работоспособности организма детей.		
------------------------------------	--	--

План спортивно – оздоровительной деятельности

№	Мероприятия	Классы	Сроки	Ответственный
1.	День Здоровья и Спорта	2-11 классы	сентябрь	Школьный спортивный клуб
2.	Кубок школы по волейболу	8-11 классы	октябрь	Школьный спортивный клуб
3.	Первенство школы по баскетболу	6-11 классы	ноябрь	Школьный спортивный клуб
4.	Кубок школы по настольному теннису, шахматам	7- 11 классы	ноябрь	Школьный спортивный клуб
5.	Кубок школы по мини-футболу	2-11 классы	декабрь	Школьный спортивный клуб
6.	Веселые старты	1-11 классы	декабрь	Школьный спортивный клуб
7.	Соревнования «Сильные, ловкие, смелые»	5-11 классы	январь	Школьный спортивный клуб
8.	Соревнования «23 февраля»	1-11 классы	Февраль	Школьный спортивный клуб
9.	Спортивное многоборье	5-11 классы	Март	Школьный спортивный клуб
10.	«Папа, мама, я – спортивная семья»	2-4 классы	Март	Школьный спортивный клуб
11.	Военно-спортивная игра		февраль	Школьный спортивный клуб
12.	Дни Здоровья	8 – 11 класс	По плану	Школьный спортивный клуб
13.	Малые Олимпийские игры	5 –11 класс	май	Школьный спортивный клуб

14.	Спортивно-массовые мероприятия в рамках школьного оздоровительного лагеря	1-5 классы	июнь	Школьный спортивный клуб
-----	---	------------	------	--------------------------

Разработка модулей по олимпийской тематике

1. Герои российского спорта.
2. Олимпийские талисманы.
3. Олимпийские столицы.
4. Развитие олимпийского движения в России.
5. Олимпийские виды спорта

Включение олимпийской тематики в содержание урока физкультуры:

- «Легенды и мифы Греции о зарождении олимпийских игр»
- «Олимпийские и неолимпийские виды спорта»
- «Олимпийская азбука. Необычные истории с обычными прыжками»
- «Олимпийские игры: прошлое, настоящее, будущее»
- «Олимпийские символы»
- «Паралимпийское движение»
- «Бег вчера и сегодня»
- «Знаменитые олимпийские чемпионы и их спортивные достижения в различных видах спорта»

Примерная тематика классных часов по ЗОЖ

1 класс

- Режим дня
- Уход за зубами
- Забота о глазах
- В гостях у Мойдодыра ➤ Один дома
- Игры и игрушки.
- Жадность и жадины.
- Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.

2 класс

- Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.
- Правильное питание
- О витаминах
- Правильная осанка
- Пожарная безопасность в школе и дома
- Безопасность в доме
- Падение с высоты. Опасность открытого окна, катания на перилах и т.д.
- Правила безопасности при катании на велосипеде
- Что делать если не хочется идти в школу.
- Мы пришли во владения природы

4 класс

- Утомление и переутомление. Учимся отдыхать
- Как сделать сон полезным.
- Движение – это жизнь
- Как организовать свой отдых после уроков. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами
- Укусы зверей, змей, насекомых
- Оказание первой помощи при простых травмах

- Мой компьютер – плюсы и минусы.

3 класс

- Как предостеречь себя от вредных привычек.
- Кто нас лечит?
- Прививки от болезней.
- Что нужно знать о лекарствах
- Осторожно - электричество
- Правила поведения на воде
- Осторожно – лед. Правила поведения на льду
- Почему мы часто говорим неправду? ➤ Надо уметь сдерживать себя.
- Правила поведения за столом
-
- Почему мы часто не слушаем родителей?
- Как следует относиться к наказаниям.
- Культура поведения

5 класс

- Принципы рационального питания.
- Здоровые привычки - здоровый образ жизни ➤ Тренировка памяти.
- Память и обучение.
- Чем заняться после школы.
- Как выбирать себе друзей.
- Памятные даты моей семьи.
- Газеты и журналы моей семьи.
- Профессии милосердия и добра.

условие профилактики возникновения вредных привычек

- Портрет друга, которого я хотел бы иметь
- Люди, на которых хотелось бы быть похожим.
- Что меня радует и огорчает в школе.

- Страна, в которой мне хотелось бы жить.
- Нет терроризму

6 класс

- От чего зависит рост и развитие организма.
- Физические особенности развития мальчика и девочки.
- Твоя нервная система
- Утомление и переутомление.
- Я - дома, я - в школе, я - среди друзей.
- Иметь своё мнение – это важно?!
- Нехорошие слова.
- Обычаи и традиции народов мира.
 - Мир энциклопедий.

8 класс

- Мальчик или мужчина ➤ Великий женский секрет ➤ Эмоции и двигательная активность. ➤ Как развивать свой интеллект?
- Здоровый образ жизни - главное

7 класс

- Питание и восстановление.
- Пищевые добавки и витамины ➤ Стрессы и их влияние на здоровье.
 - Правильное дыхание. ➤ Привычки и здоровье
- Токсичные вещества и ПАВ ➤ Умение управлять собой
- Ответственность и безответственность.
 - Что прячется за этими словами?
- Компьютер в жизни человека.

9 класс

- ➤ Профилактика вредных привычек.

- Питание и здоровье. ➤ Кризисные состояния у подростков ➤ "Экзамены без стресса".
- Чувство взрослости. Что такое?
- Я имею право на ...
- Пивной алкоголизм – беда молодых
- Выбор дальнейшего пути: «За» и «Против».

10 класс

- Профилактика и преодоление вредных привычек.
- Гипертония.
- "Внимание, СПИД!".
- Влюбленность.
- Компания в жизни старшеклассника.
- Прекрасное и безобразное в нашей жизни

11 класс

- Лекарственные вещества и рекомендации по их приему.
- Пивной алкоголизм - беда молодых
- Как подготовиться себя к будущим экзаменам?
- Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?
- Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона»