Пояснительная записка

Данная программа рассчитана для учащихся 7 – 12 лет. Программа позволяет решать задачи физического воспитания школьников, 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.

Здоровье детей – важный показатель качества жизни общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и формирующий ее развитие в будущем. Сегодня безопасность страны, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной связи с потенциалом здоровья подрастающего поколения. По мнению большинства исследователей данной проблемы, ситуация в современной России вызывает большую тревогу. Стратегические направления государственной политики в области сохранения здоровья детей и молодежи регламентируются следующими нормативными документами: ФЗ «Об образовании», Семейным кодексом РФ, «Основами законодательства РФ об охране здоровья граждан». В жизни современного общества наблюдаются негативные явления: распространение алкоголизма, наркомании, табакокурения в среде взрослого населения, снижается возраст приобщения детей и подростков к вредным привычкам. Малоподвижный образ жизни и детей и родителей, игнорирование элементарных правил гигиены, низкий процент детей, находящихся на грудном вскармливании, неправильное питание, неумение организовать свой режим дня, недостаток положительных эмоций – все это не способствует укреплению здоровья учащихся.

Цель работы ШСК:

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

Задачи:

1. реализации 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 школьных и районных соревнованиях;
5. пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;

Сроки реализации программы: 2024-2027 гг.

Ожидаемые результаты

Личностные:

- 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;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД)

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- 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;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- 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.

Предметные:

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- 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;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

Расписание работы школьного спортивного клуба «Юниор»

Направление	Возраст	Дата и время	Место проведения	Ф,И,О, руководителя
Подвижные игры на основе волейбола, футбола, баскетбола	1-6 классы	Четверг 15.00-17.00	Спортивный зал, спортивная площадка	Артемьева Т.В.

Направления
Подвижные игры на основе волейбола, футбола, баскетбола

Содержание учебного плана

№ п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственный
1.	Спортивные соревнования, спортивные праздники	В течении года Один раз в четверть по плану	Совет клуба, учитель физической культуры
2.	Участие в соревнованиях	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
Организационно - педагогическая работа			
1.	Создание Совета клуба. Подготовка спортивного зала и спортивной площадки;	Сентябрь	Совет клуба, учитель физической культуры Классные руководители
2.	Проведение заседаний совета ШСК	Один раз в четверть по плану	Совет клуба, учитель физической культуры
3.	Обновление информационного стенда по ВФСК ГТО	Октябрь	Совет клуба, учитель физической культуры
4.	Обновление на сайте школы специального раздела, содержащего информацию по деятельности ШСК, страницы ВК.	Сентябрь - май	Зам.дир по УВР, отв. за сайт, члены клуба
5.	Подготовка спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий (разработка сценариев и плана подготовки);	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
6.	Обеспечение участия учащихся в мероприятиях; Проведение мероприятий; Анализ мероприятий.	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры,
Учебно-воспитательная работа			
1.	Участие в общешкольных и классных родительских собраниях;	В течении года	Зам. директора по УВР
2.	Привлечение родителей для участия в спортивно-массовых мероприятиях в качестве участников , судей и группы поддержки.	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
3.	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий.	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
Спортивно-массовая работа			
1.	Разработка и утверждение положений для проведения спортивно-массовых мероприятий.	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
2.	Организация и проведение внутриклубных соревнований и спортивных праздников.	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
3.	Участие команд клуба в районных соревнованиях.	В течении года	Учитель физической культуры

Контроль и руководство			
1.	Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий	В течении года	Совет клуба, учитель физической культуры
2.	Корректировка работы клуба	Один раз в четверть	Совет клуба, учитель физической культуры
Финансово-хозяйственная деятельность			
1.	Приобретение спортивного инвентаря; приобретение призов, наградных материалов .	В течение года	Совет клуба, учитель физической культуры
2.	Организация и проведение генеральных уборок спортивного зала, школьного стадиона.	Ежеквартально	Совет клуба, учитель физической культуры
3.	Ремонт спортивного инвентаря и оборудования	В течение года	Совет клуба, учитель физической культуры

**Календарный план
основных физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых
мероприятий школьного спортивного клуба «Юниор»**

№ п/п	Наименование мероприятия	Участники	Сроки проведения	Уровень
1.	Районный легкоатлетический кросс	1 – 9 классы	сентябрь	муниципальный
2.	День здоровья	1 – 9 классы	октябрь	школьный
3.	Первенство школы по пионерболу	3–4 классы 5-8 классы	ноябрь	школьный
4.	Спортивные эстафеты: «Двигайся больше – проживёшь дольше»	1 – 9 классы	декабрь	школьный
5.	Шашки	1 – 9 классы	декабрь	школьный
6.	Зимние весёлые старты	1 – 9 классы	декабрь	школьный
7.	Игры на свежем воздухе	1 – 9 классы	январь	школьный
8.	Зимние состязания	1 – 9 классы	январь	школьный
9.	Лыжные гонки	5-9 классы	февраль	школьный
10.	Лыжные гонки	5-9 классы	февраль	муниципальный
11.	День здоровья	1 – 9 классы	март	школьный
12.	Спортивных соревнования школьников «Президентские состязания».	по положению	апрель	школьный
13.	Мероприятия по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».	согласовыва ется по положению	в течение года	муниципальный
14.	Легкоатлетический пробег, посвящённый Дню Победы.	5 –9 классы	май (по положению)	муниципальный
15.	«Веселые старты»	1 – 4 классы	май	школьный