

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Шолинская основная общеобразовательная школа»  
Красночетайского района Чувашской Республики

РАССМОТРЕНА  
на заседании ШМО  
от \_\_\_\_\_ 2021 г.

Протокол № \_\_\_\_\_  
Руководитель ШМО \_\_\_\_\_  
Ю.В.Гурьянов



УТВЕРЖДЕНА  
Директор МБОУ «Шолинская ООШ»

М.И.Чамжайкина

Приказ № 11 от 24.01.2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
школьного спортивного клуба  
«С Т И М У Л»**

Срок реализации – 1 год

Составил учитель физкультуры:  
Инжебейкина Е. И.

Шоля - 2021

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивного направления стартового уровня. Составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами, регламентирующими задачи, содержание и формы организации педагогического процесса в дополнительном образовании.

**Актуальность программы** состоит в том, она направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом; на формирование у обучающихся здорового образа жизни.

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 учащихся и педагогов должно стать важной функцией образовательного учреждения.

В «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2024 года» основными целями в физическом воспитании школьников и развитии массового спорта в общеобразовательных учреждениях на современном этапе названы:

- сохранение и укрепление здоровья учащихся;
- реализация инновационных проектов в сфере физкультурно-спортивного воспитания;
- организация физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня;
- эффективное использование каникулярного времени учащихся для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

**Педагогическая целесообразность** позволяет нам решить проблему занятости учащихся гимназии и их родителей в свое свободное время, направляя его на активный отдых это спортивные мероприятия, праздники с родителями, турниры, соревнования по игровым видам спорта. Тем самым мы решаем *социальную значимость* нашей программы. Гимназия находится в Заводском районе г. Кемерово, где много заводом и промышленных предприятий, а ближайшие спортивные секции и спортивные площадки, где можно активно позаниматься спортом, находятся очень далеко в других районах города, поэтому целесообразно создание в гимназии школьного спортивного клуба «Здоровая нация» посещая его ребята и их родители могут вместе заниматься спортом, сохраняя и укрепляя семейные спортивные традиции.

**Новизна программы** в новом подходе реализации внеурочной деятельности в клубной форме, которая помогает реализовывать все спортивно-массовые мероприятия, а также подготовку и сдачу норм ФВСК «ГТО». Ежегодно составляется план мероприятий, где учитываются интересы и пожелания учащихся и родителей гимназии. Каждый класс отдельно может заявить любое мероприятие, которое бы он хотел провести в спортивном зале или на стадионе.

**Адресат участниками** программы являются учащиеся 1–9 классов 7–15 лет МБОУ «Шолинская ООШ». Набор учащихся в клуб свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе, годные по состоянию здоровья. Каждый год создается актив клуба, которые являются организаторами соревнований, турниров, праздников и выполняют функции судей на соревнованиях. Группа формируется из актива ШСК не менее 15 учащихся.

**Отличительная особенность программы** в вариативности деятельности школьников, что способствует формированию общей культуры, а также познавательной, физической, социальной творческой активности личности обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в гимназии. Они включаются в спортивную 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.

**Срок освоения программы 1 год.**

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 часу

**Форма занятий** очная.

**Основные формы работы** теоретические, практические занятия, групповые занятия, соревнования, спортивные праздники.

**Формы организации познавательной деятельности:** фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная

### Учебный план

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов
1	Теоретическая подготовка.	2
2	Спортивные праздники	7
3	Соревнования	18
4	Выполнение норм ВФСК «ГТО»	7
Итого		34

### 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:**

- приобщение учащихся к физкультурно-оздоровительной деятельности гимназии и различные культурно-оздоровительные акции для формирования ценностного отношения к своему здоровью.

**Задачи:**

*Образовательные*

- формировать знания и умения в области ЗОЖ
- обучать правилам организации соревнований, турниров спортивных праздников.

*Развивающие*

- формировать навыков судейства;
- обеспечить развитие физических качеств, расширять функциональные возможности организма для сдачи норм ВФСК «ГТО»;
- расширять навыки и умения в физкультурно-спортивной деятельности;

*Воспитательные*

- способствовать воспитанию нравственных и волевых качеств личности учащихся.
- мотивировать всех школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

### 1.3. Содержание программы.

#### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
<i>Первый год обучения</i>					
1	Теоретическая подготовка.	2	2		беседа-диалог
1.1	Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности при проведении соревнований. Правила организации и судейства.				
2	<i>Спортивные праздники</i>	7			итоговый
2.1	На школьном стадионе				
2.2	С родителями				
2.3	Посвященные значимым датам				
3	<i>Соревнования</i>	18			итоговый



3.1	Между классами		-		итоговый
3.3	С родителями				
4	Выполнение норм ВФСК «ГТО»	7			тестирование
<b>Всего</b>		34	2	32	

### **1. Теоретическая подготовка.**

#### *1.1. Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности.*

*Теория:* Правила поведения в зале, техника безопасности во время соревнований, выбор инвентаря формы одежды. Правила организации соревнований, судейство, ведение протокола.

### **2. Спортивные праздники**

#### *2.1. На школьном стадионе.*

*Практика:* Осенние, зимние и весенние экскурсии, «Веселые старты», Зимние забавы».

#### *2.2. С родителями.*

*Практика:* «Папа, мама я спортивная семья!», «Веселые старты», «Сдаем вместе ГТО».

#### *2.3. Посвященные значимым датам.*

*Практика:* «Папа с сыном, великая сила!», «А ну –ка, парни!», «Зарница -2022», «Мамы и дочки», «Олимпийские состязания», «Фестиваль ГТО».

### **3. Соревнования.**

#### *2.1. Между классами.*

*Практика:* Турниры по пионерболу (мальчики, девочки) среди учащихся 2,3,4,5 классов. турниры по футболу (мальчики, девочки) среди учащихся ,6,7,8,9 классов. Турниры по шашкам (мальчики, девочки) среди учащихся ,6,7,8,9 классов. Турнир по шахматам 6-9 класс. Турниры по настольному теннису (мальчики, девочки) среди учащихся 1 -4- классов. Турниры по настольному теннису (мальчики, девочки) среди учащихся 6-9- классов. Турниры по армспорту (мальчики и девочки) 1- 4 классы. Турниры по армспорту (мальчики и девочки) 6- 9 классы.

#### *2.3. С родителями*

*Практика:* Турниры по пионерболу. Турниры по футболу. Турниры по шашкам. Турниры по шахматам. Турниры по настольному теннису.

### **4. Выполнение норм ВФСК «ГТО»**

*Теория:* Правила выполнения норм ГТО, виды испытаний, ступени, количество нормативов на знак.

*Практика:* Бег 30м. 60м. 100м, бег 1, 1,5 2 км, челн. бег 3x10, прыжок с места, метание, пресс. наклон, подтягивание, отжимание, бег на лыжах 2,3,5 км. кросс по пересеченной местности 2.3 км.

### **1.4. Ожидаемые результаты**

#### **Знают**

- технику безопасности на соревнованиях по подвижным и спортивным играм;
- простейшие правила подвижных и спортивных игр;
- правила личной гигиены;
- профилактику травматизма;
- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха;

#### **Умеют**

- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения для успешной сдачи норм ГТО;
- применять технические элементы подвижных и спортивных игр, использовать их в условиях соревновательной деятельности организации собственного досуга;
- самостоятельно организовать и провести подвижную, спортивную игру по всем правилам;

- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

**Владеют**

- техникой и тактикой подвижных и спортивных игр;
- навыками судейства подвижных и спортивных игр;

*Способы определения их результативности* наблюдение, мониторинг общефизических показателей по нормативам ГТО, успешность игровой деятельности итоги соревнований, турниров, праздников.

**План работы МБОУ «Шолинская ООШ»  
школьного физкультурно-спортивного клуба  
«СТИМУЛ» на 2021 – 2022 учебный год.**

№ п/п	Наименование темы	Сроки	Форма контроля
		Сентябрь	
1	Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности при проведении соревнований. Правила организации и судейства		беседа-диалог
2	Осенняя экскурсия 1-9 кл.		итоговый
3	«Сдаем вместе ГТО», «Фестиваль ГТО» 1-4 кл.		тестирование
4	Турниры по пионерболу (мальчики) среди учащихся 6 -9кл		итоговый
		Октябрь	
5	Турниры по пионерболу (девочки) среди учащихся 6-9		итоговый
6	Турниры по футболу (мальчики) среди учащихся 6-9 кл.		итоговый
7	«Фестиваль ГТО» -6-9 классы		тестирование
8	«Фестиваль ГТО» 1–9 классы		тестирование
9	«Олимпийские состязания» 6-9 классы		итоговый
		Ноябрь	
10	Турниры по шашкам 6 – 9 кл. (мальчики)		итоговый
11	Турниры по шашкам 6-9 кл. (девочки)		итоговый
12	Турниры по шашкам 1- 9 кл (мальчики, девочки)		
13	«Папа, мама я спортивная семья!» 1-4 классы		итоговый
14	«Папа, мама я спортивная семья!» 6-9 классы		итоговый
15	«Папа, мама я спортивная семья!» 1-9 классы		итоговый
		Декабрь	
16	Турниры по шахматам 6-9 кл. (мальчики, девочки)		итоговый
17	Зимняя экскурсия 1-9 кл.		итоговый
18	Выполнение норм ВФСК «ГТО» 6- 9 кл.		тестирование
19	Выполнение норм ВФСК «ГТО» 1-4 кл.		тестирование
20	«Зимние забавы» 1-4 кл		итоговый
		Январь	
21	Турнир по армспорту 6 – 9 кл. (мальчики)		итоговый
22	Турнир по армспорту 6-9 кл (девочки)		итоговый
23	Турнир по армспорту 1- 9 кл.		итоговый
		Февраль	
24	«Папа с сыном, великая сила!» 1- 4 кл.		итоговый
25	«А ну –ка, парни!» 6-9 кл.		итоговый
26	«Зарница – 2022»		итоговый
		Март	
27	Турнир по настольному теннису 6-9 кл.		итоговый

28	Спортивный праздник «Рекорды школы» 1-4 кл.		итоговый
		Апрель	
29	Турниры по шашкам среди учащихся 1-9 кл		итоговый
30	Турниры по шахматам среди учащихся 1-9кл		итоговый
		Май	
31	Весенняя экскурсия 1-9кл.		итоговый
32	Выполнение норм ВФСК «ГТО» 1-4кл		тестирование
33	Выполнение норм ВФСК «ГТО» 6-9 кл		тестирование
34	Фестиваль ВФСК ГТО 1-9 кл		итоговый