

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Павлозаводская средняя общеобразовательная школа»**

Принято на Педагогическом совете

Протокол № 1

От 28.08.2022



Утверждаю

Директор МБОУ «Павлозаводская СОШ»

И.М. Сахно

**Программа
Школьного спортивного клуба «Восхождение»**

**п. Сибирские Огни
2022**

Паспорт программы

Основные разработчики программы	Курагор ШСК, учителя физической культуры
Основная цель программы	Цель: приобщение подростков и родителей к здоровому образу жизни, через изучение ЗОЖ и пропаганды, через физические упражнения
Основные задачи программы	<p>Для достижения цели определены следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вовлечение молодежи в активное занятие физической культуры и спортом; • Развитие социально и лично значимых качеств, создавая условия для их проявления в спорте и жизнедеятельности через освоение совокупности правил, норм поведения, обязанностей к самому себе, к другим людям; • Распространение опыта работы спортивного клуба через СМИ, педагогические сетевые сообщества, сайт школы; • Создания информационного имиджа МБОУ «Павлозаводская СОШ» как школы здоровья, добра и радости
Срок реализации программы	2022-2025 годы
Исполнители программы	Администрация МБОУ «Павлозаводская СОШ», руководитель ШСК «Восхождение»
Система управления программой и контроль	Контроль за ходом реализации программы осуществляет зам. директора по воспитательной работе
Ожидаемые конечные результаты	В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащихся школы в спортивных секциях

Социальный эффект

- Привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК, в районных, школьных спортивно- массовых мероприятиях
- Вовлечение учащихся, стоящих на профилактическом учете в секции и мероприятия клуба
- Вовлечение родителей в физкультурно- массовых мероприятия школы

Образовательный эффект:

- Освоение компонентов ключевых компетентности: знаний умений и навыков
- Развивать у учащихся осознанное отношение к вопросам сохранения собственного здоровья
- Разработка проектов, планов по каникулярной занятости и летнему оздоровительному отряду

Профессиональный эффект:

- Спортивные успехи- на основе устойчивых мотивации к занятиям избранным видом спорта в контексте учебно- тренировочного процесса:
 - ✓ Участие в районных соревнованиях «Президентские игры» и «Президентские состязания»
 - ✓ Рост показателей спортивных достижений учащихся;
 - ✓ Рост количества обучающихся, получавших значки ГТО;

✓ Профориентация старшеклассников

Деятельность совета ШСК и волонтеров из членов клуба позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, создание и обновление странички ШСК на сайте

Актуальность программы

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культуры и спортом уже долгое время является одним из приоритетным направлений развития нашей страны. Ни одно другое социальное окружение нашего села не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьников. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья на дальнейшую жизнь, именно здесь появляются новые детские рекорды.

Обоснование

Приобщение подростков к ценности здорового образа жизни является одной из основных задач ШСК. Именно поэтому наш педагогический коллектив выбрал ее основным направлением работы с подрастающим поколением, которые впоследствии смогут показать пример здорового образа жизни в нашем селе. Здоровье надо не беречь, а укреплять и преумножать, а это возможно лишь при здоровом образе жизни и активном занятии физической культурой. Для занятий созданы все условия: действует спортивный зал, обширная территория вокруг школы, где проводятся уроки и тренировки в летний период времени. Для спортивного инвентаря созданы снаряжные комнаты. Спортивный зал предназначен не только для урочной и внеурочной деятельности, но и для проведения праздников и соревнований муниципального уровня.

В школе имеются спортивные традиции:

- Ежегодно проводятся Дни здоровья, целью которых является популяризация ЗОЖ, организация активного здорового отдыха
- Спортивно- массовые мероприятия, соревнования команд;
- Организация плановой внеклассной работы по физической культуре через работу спортивных секций («волейбол», «легкая атлетика», «подвижные игры, «шахматы»);

- Участие у районных мероприятиях

- С учетом данных обстоятельств, администрации МБОУ «Павлозаводская»

Одна из задач педагогов – формирование у школьников системы знаний и убеждений, обеспечивающих духовное отношение к себе, к своему здоровью, к окружающему миру.

В основу программы спортивного клуба положены принципы:

- *актуальности*. Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией;

- *доступности*. В соответствии с этим принципом школьникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, который предполагает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.

- *положительного ориентирования*. В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения;

- *последовательности* Он предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе его осуществления;

- *системности* определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;

- *сознательности и активности* направлен на повышение активности учащихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.

Просветительская и мотивационная работа, ориентированная на здоровый образ жизни, направлена на формирование у школьников представления о человеке как о главной ценности общества. Она формирует элементарные представления ребёнка о себе самом, о функциях своего собственного организма, детям даются начальные представления о здоровье, основных способах закаливания организма, о способах укрепления здоровья средствами физической культуры и спорта.

Стратегическая цель: формирование интересов учащихся, совершенствование в избранном виде спорта, широкое привлечение учащихся, родителей, педагогических работников образовательного учреждения к регулярным занятиям

физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни, организация активного отдыха, повышение уровня физического развития учащихся

Тактическая цель: Создание образовательного пространства, способствующего образованию спортивно- массовых групп для профилактики вредных привычек, борьбы с наркоманией, курением, организация совместной деятельности подростков, развитие у них коммуникативных качеств.

Задачи:

- Активное содействие физическому, гражданско-патриотическому воспитанию обучающихся, внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь.
- Организация занятий в спортивных секциях и группах оздоровительной направленности.
- Проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.
- Проведение работы по физической реабилитации учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
- Создание условий для развития всех видов и форм спортивно-оздоровительной деятельности учащихся.
- Осуществление профилактики асоциального поведения учащихся средствами физической культуры.

Основное содержание программы:

Программа ШСК разработана на основании документов, составляющих нормативно- правовую базу для создания и организации деятельности физкультурно- спортивного клубов:

1. Закон «Об образовании РФ»
2. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329- ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка»
4. Методические рекомендации по созданию и организации деятельности спортивных клубов в образовательных учреждениях», утвержденный приказом Министерства образования и науки от 10.08.2011
5. Межотраслевой программы развития школьного спорта до 2024 года.
6. Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года

Программа развития образования разработана на основе принципов:

- Целостности и системности предполагаемых изменений;
- Открытости образовательной системы;
- ШСК как структурное подразделение школы создан на основании приказа директора школы и функционирует в соответствии с Уставом школы и положением о спортивном клубе, утвержденном директором школы. Физкультурно- спортивный клуб осуществляет свою деятельность совместно с Управляющим советом, родительским комитетом и педагогическим советом школы

Этапы реализации программы деятельности школьного спортивного клуба

- I ЭТАП (2021-22 год)
 - - Подбор и изучение методической литературы.
 - - Изучение опыта работы других школьных спортивных клубов.
 - - Развитие материально-технической базы.
 - - Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
 - - Определение уровня физической подготовленности учащихся ОУ.
- II ЭТАП (2022 – 2023 учебный год)
 - - Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
 - - Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
 - - Увеличение количества спортивных учебных групп, секций.
 - - Увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий.
- III ЭТАП (2023-2024 учебный год)
 - - Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой и спортом.
 - - Создание целостной системы физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы в школе.
 - - Сдача норм ГТО.
 - - Анализ результативности программы деятельности школьного спортивного клуба. Выявление проблем и определение путей их решения.
 - - Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся с 1 – 9 классы.
- **Цели и задачи программы**
- **Цели программы:**
 - - организация и проведение спортивно-массовой работы в школе;
 - - формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и здоровому образу жизни.
- **Для достижения указанных целей решаются следующие задачи:**

Этапы реализации программы деятельности школьного спортивного клуба

- I ЭТАП (2021-22 год)
- - Подбор и изучение методической литературы.
- - Изучение опыта работы других школьных спортивных клубов.
- - Развитие материально-технической базы.
- - Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- - Определение уровня физической подготовленности учащихся ОУ.
- II ЭТАП (2022 – 2023 учебный год)
- - Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
- - Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- - Увеличение количества спортивных учебных групп, секций.
- - Увеличение количества участников спортивно-массовых мероприятий.
- III ЭТАП (2023-2024 учебный год)
- - Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой и спортом.
- - Создание целостной системы физкультурно-массовой и спортивно-оздоровительной работы в школе.
- - Сдача норм ГТО.
- - Анализ результативности программы деятельности школьного спортивного клуба. Выявление проблем и определение путей их решения.
- Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся с 1 – 9 классы.
- **Цели и задачи программы**
- **Цели программы:**
- - организация и проведение спортивно-массовой работы в школе;
- - формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и здоровому образу жизни.
- **Для достижения указанных целей решаются следующие задачи:**

- Привлечь учащихся школы, педагогов и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом для укрепления их здоровья и формирования здорового стиля жизни;
 - Обеспечить внеурочную занятость детей «группы риска»;
 - Развивать у школьников общественную активность и трудолюбие, творчество и организаторские способности;
 - Привлекать к спортивно-массовой работе в клубе педагогов, родителей учащихся школы.
- Права и обязанности** членов спортивного клуба школы
- Члены спортивного клуба школы обязаны:
 - посещать спортивные секции по избранному виду спорта;
 - принимать активное участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы;
 - соблюдать рекомендации школьного врача по вопросам самоконтроля и соблюдения правил личной гигиены;
 - ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;
 - способствовать укреплению материально-спортивной базы школы;
- Члены спортивного клуба имеют право совмещать посещение секций по различным видам спорта в случае успешной учебы в школе.
- **Учёт и отчётность**
 - В спортивном клубе школы ведется следующая документация:
 - календарь занятий в спортивно-массовых мероприятиях на учебный год;
 - журнал учета занятий в спортивных секциях и группах общешкольной подготовки;
 - журнал по технике безопасности;
 - журнал награждений.

Тематика классных часов по ЗОЖ

1 класс	2 класс
<ul style="list-style-type: none"> • Режим дня • Уход за зубами • Забота о глазах • В гостях у Мойдодыра • Один дома • Игры и игрушки. 	<ul style="list-style-type: none"> • Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. • Правильное питание • О витаминах • Правильная осанка • Пожарная безопасность в школе и дома • Безопасность в доме

<ul style="list-style-type: none"> • Жадность и жадины. • Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным. <p>3 класс</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 <p>5 класс</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>7 класс</p> <ul style="list-style-type: none"> • Питание и восстановление. • Пищевые добавки и витамины 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 <p>4 класс</p> <ul style="list-style-type: none"> • Утомление и переутомление. Учимся отдыхать • Как сделать сон полезным. • Движение – это жизнь • Как организовать свой отдых после уроков. • Ожоги. Опасность при использовании протехническими средствами • укусы змей, змей, насекомых • Оказание первой помощи при простых травмах • Мой компьютер – плюсы и минусы. • Почему мы часто не слушаем родителей? • Как следует относиться к наказаниям. • Культура поведения <p>6 класс</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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.
--	--

- 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

- Видео-диспут по профилактике вредных привычек «Чья сторона»
- Никотин, алкоголь, наркотики.
- Питание и здоровье.
- Кризисные состояния у подростков
- "Экзамены без стресса".
- Чувство взрослости. Что такое?
- Я имею право Чувство взрослости. Что такое?
- Я имею право на ...
- Пивной алкоголизм – беда молодых
- Выбор дальнейшего пути: «За» и «Против».

- Обычай 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 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

10 класс

- Профилактика и преодоление вредных привычек
- Гипертония
- «Внимание Спид»
- Влюбленность
- Компания жизни старшеклассника
- Прекрасное и безобразное в нашей жизни

11 класс

- Лекарственные средства и рекомендации по их приему
- Пивной алкоголизм- беда молодых
- Как подготовить себя к будущим экзаменам?
- Моя будущая профессия. Какой ее вижу?
- Видео- диспут по ранней беременности

В системе дополнительного образования реализуются следующие программы спортивно-оздоровительной направленности: баскетбол, волейбол, пионербол, футбол, общая физическая подготовка.

Финансовое обеспечение программы:

МБОУ «Павлозаводская СОШ» гарантирует клубу содействие в материально-техническом обеспечении и оснащении образовательного процесса, оборудовании помещений клуба в соответствии с государственными и местными нормами и требованиями.