

Модульная образовательная программа  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ОЧЁРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3»

Принята на педагогическом совете

Протокол от «29» 08 2021 г.

№ 11



УТВЕРЖДАЮ

Директор Л.Л. Денщикова

«31» 08 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА  
«Троечка»**

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Срок реализации программы: 1 год

Количество часов в году 72

Автор – составитель программы:

Каменских Сергей Борисович

педагог дополнительного образования

<b>Паспорт программы развития школьного спортивного клуба «Троечка»</b>	
Основные разработчики программы	Руководитель школьного спортивного клуба, преподаватель физической культуры
Основная цель программы	<p><b>Стратегическая цель:</b> Привлечение учащихся, педагогов, родителей к регулярным занятиям физической культурой и спортом; формирование здорового образа жизни, организация спортивно-массового отдыха, повышение уровня физического развития учащихся.</p> <p><b>Тактическая цель:</b> Создание образовательного пространства, способствующего образованию спортивно - массовых групп для профилактики вредных привычек, борьбы с ними, организации совместной деятельности подростков, развитию у них коммуникативных качеств.</p>
Основные задачи программы	<p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- создать оптимальные условия для активного отдыха детей и взрослых;</li> <li>- сформировать разновозрастные группы, группы по интересам, по уровню физической подготовленности;</li> <li>- проводить массовые физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия и праздники, заложенные в Учебном плане школы;</li> <li>- осуществлять профилактику асоциального поведения детей и подростков средствами физической культуры и спорта;</li> <li>- пропагандировать деятельность ШСК через взаимодействие со СМИ, выступления на родительских собраниях, проведения массовых спортивных мероприятий.</li> <li>- создать условия для деятельности школьников, результат которой - самоопределение, самореализация, физическое самовоспитание; формирование ключевых направлений развития каждого учащегося школы.</li> </ul>
Сроки реализации	2020-2021 гг.
Исполнители программы	МБОУ «ОСОШ №3», руководитель ШСК «Горизонт».
Объем и источники дополнительного финансирования	Источником финансирования программы развития является бюджет образовательного учреждения.
Ожидаемые конечные результаты	<ul style="list-style-type: none"> <li>• В результате реализации программы увеличение числа систематически занимающихся обучающихся.</li> <li>• Увеличение количества спортивных соревнований.</li> <li>• Регулярное участие сборных команд школы в районных соревнованиях</li> </ul>

- |   |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Активное сотрудничество с учащимися в вопросах пропаганды здорового образа жизни и отказе от вредных привычек в пользу физической культуре.</li></ul> |
|---|

## **АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ**

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 Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2016 – 2020 годы», целью которой является – создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта. Популяризации массового и профессионального спорта и приобщение различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

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.

## **ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ**

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

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

Для занятий спортом в МБОУ «ОСОШ №3» созданы все условия: функционируют различные секции для всех возрастных групп, построено открытое плоскостное спортивное сооружение с тренажерной площадкой, в течении всего года проводятся спортивные праздники и мероприятия, в которых участвовать может любой желающий.

Для достижения более высоких результатов в муниципальных соревнованиях учителя физической культуры работают с обучающимися во внеурочное время над совершенствованием навыков для предстоящих соревнований.

### ***1. Спортивные традиции школы:***

- ежегодно осенью проводятся «Дни Здоровья», целью которых является организация активного здорового отдыха, основанного на организации спортивных соревнований;
- на протяжении многих лет учащиеся школы успешно выступают в районных соревнованиях (по лёгкой атлетике, лыжам, участвуют в туристическом слете).
- проводятся тематические классные часы, беседы, лекции о здоровом образе жизни.

В школе регулярно проводится внеклассная работа:

- физкультурные праздники («Веселые старты», «Папа, мама, я-спортивная семья» и другие),
- спортивные соревнования по волейболу, баскетболу, пионерболу, кроссы, лыжные соревнования.

В школе есть определенный опыт организации физкультурно-массовой деятельности среди детского и взрослого населения.

Возрос интерес к занятиям спортом (как на уроках, так и во внеурочное время). Это убедило нас в том, что мы работаем в правильном направлении. Именно на базе общеобразовательной школы, возможно, воспитать молодежь физически здоровой и гармонично развитой, с высоким уровнем физической культуры

**2. Организация внеклассной работы по физической культуре осуществляется через работу спортивных кружков (волейбол, баскетбол, туристический, подвижные игры).** Учитывая все вышеизложенное учащиеся школы выступили с инициативой к администрации школы о создании на базе школы Школьного спортивного клуба «Троечка».

**Программа развития ШСК «Троечка» разработана на основе принципов:**

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

ШСК «Троечка» как структурное подразделение школы создан на основании приказа директора МБОУ «ОСОШ №3» и функционирует в соответствии с Уставом школы и положением о спортивном клубе, утверждённым директором МБОУ школа № 15.

Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность совместно с управляющим и педагогическим советами МБОУ «ОСОШ №3»

#### РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ШСК.

КАДРОВОЕ	МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ	ФИНАНСОВОЕ	НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЕ
Руководитель ШСК – 1 Учитель физкультуры -3	Спортивный зал Гимнастический зал Тренажерный зал Открытая спортивная площадка Оснащение спортивным оборудованием и инвентарем на 80 %	Бюджетные средства	Закон РФ «Об образовании» №3266-1 от 10.07.92г. УСТАВ школы. Приказ № от г по МБОУ «ОСОШ №3» «О создании спортивного клуба ».

Положение «О физкультурно-спортивном клубе» при МБОУ «ОСОШ №3».  
 Должностные обязанности руководителя ШСК.  
 План работы ШСК

### НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШСК

Этапы деятельности	Виды деятельности	Индикаторы
<b>Информационно – агитационная деятельность:</b>		
Анализ исходной ситуации.	Инвентаризация МТБ, кадровое и финансовое обеспечение. Наличие в клубе спортивного инвентаря и оборудования.	Наличие спортивного инвентаря и оборудования – 80% от желаемого количества.
<b>Организационная деятельность:</b>		
Развитие Школьного спортивного клуба	Создание физкультурно – спортивного актива среди учащихся. Изготовление рекламных стендов.	Приказ о назначении руководителя клуба, должностные обязанности руководителя и педагогов, план работы, информация на школьном сайте.
Создание символики ШСК.	Создание эмблемы, девиза, выбор единой формы	Атрибутика ШСК
Организация спортивно-массовых мероприятий как системы.	Проведение спортивно-массовых мероприятий по плану мероприятий ШСК	Не менее 60% от общего количества учащихся школы.
Организация работы по привлечению учащихся к деятельности по управлению ШСК	Создание Совета клуба. Планирование, организация и проведение мероприятий.	Отчеты о проведении мероприятий.
Организация занятий по интересам, возрастам, уровню физической подготовленности.	Рост количества учащихся, постоянно занимающихся в секциях ШСК	Не менее 70% от числа учащихся школы.

Организация деятельности с учащимися, оказавшимися в трудной жизненной ситуации.	Занятость в клубе детей с ослабленным здоровьем, стоящих на учете в КДН и ЗП, сирот, инвалидов, детей из малообеспеченных семей.	Уменьшение количества пропусков уроков по болезни, снижение числа учащихся «группы риска» и стоящих на учете в КДН и ЗП.
<b>ОБЕСПЕЧЕНИЕ:</b>		
Кадровое	Соответствие профиля профессионального образования осуществляемой деятельности.	Документ об образовании, переподготовке. Удостоверение о повышении квалификации.
Материально-техническое	Наличие в ОУ спортивной площадки, соответствующей требованиям техники безопасности.	Спортивная площадка. Документы, разрешающие эксплуатацию спортивной площадки.
Финансовое	Планирование в бюджете затрат на проведение спортивно – массовых мероприятий. Участие проектов клуба в различных конкурсах.	
Соотношение затрат и результатов	Эффективность использования финансовых средств, выделенных на физкультурно-массовую работу клуба.	Соотношение затрат по статьям.

### ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ШСК.

<b>Аналитическая работа по сопровождению учащихся</b>	<b>Организация деятельности во внеурочное время</b>	<b>Организационно-информационная деятельность</b>
Составление банка данных учащихся подготовительной и специальной медицинских групп, детей – инвалидов Выпуск бюллетеней о профилактике нарушения осанки, плоскостопия, ОРУ. Выявление личных качеств учащихся. Выявление социального статуса ребенка, изучение межличностных отношений среди ровесников.	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, конкурсы, акции, беседы, смотры и т. д.	Информированность родителей по организации ШСК. Деятельность Совета клуба по организации самоуправления, профилактика простудных заболеваний и правонарушений в школе. Встречи с представителями спортивной общественности, работниками здравоохранения.

<p>Организация семинаров и тренингов с работниками по организации работы по укреплению здоровья и повышению работоспособности организма детей.</p>	<p>Разработка проектов по каникулярной занятости детей.</p>	
--	---	--

### ПРЕДПОЛАГАЕМЫЙ ЭФФЕКТ

Образовательный эффект	Социальный эффект
<p>- рост общефизической подготовки учащихся;            -разнообразие спортивной деятельности во внеурочное время;            - рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, округа;            - снижение пропусков уроков по болезни благодаря закаливанию организма;            -профилактика простудных заболеваний.</p>	<p>- школа – центр спортивно-массового отдыха;            - вовлечение трудных детей села в секции и мероприятия клуба,            -привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК,            - организованный спортивный досуг в каникулярное время через краткосрочные спортивные модули,            - вовлечение родителей в физкультурно-массовые мероприятия школы.</p>

#### Основные формы организации и виды деятельности

- с большой аудиторией – соревновательная деятельность различного содержания и уровня; беседы; встречи с деятелями спорта;
- работа в классах (малых – до 5 участников, средних – до 12 участников) – творческие конкурсы (рисунков, плакатов, кроссвордов, выпуск «горячих листовок» и др.); игры (коммуникативные, сюжетно-ролевые);
- командная деятельность – соревнования и состязания в рамках содержания программы.
- учебная деятельность: учебный план предусматривает обязательное наличие 3-х часов занятий по физической культуре в 1-11 классах.

#### Разработка модулей по олимпийской тематике для курсов внеурочной деятельности:

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

# Примерная тематика классных часов по здоровому образу жизни

## 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

## 3 класс

- Как предостеречь себя от вредных привычек.
- Кто нас лечит?

## 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.
- Обычай и традиции народов мира.
- Мир энциклопедий.

## 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.

## 8 класс

- Мальчик или мужчина
- Великий женский секрет
- Эмоции и двигательная активность.
- Как развивать свой интеллект?



- 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

#### **4 класс**

- Утомление и переутомление. Учимся отдыхать
- Как сделать сон полезным.
- Движение – это жизнь
- Как организовать свой отдых после уроков. Ожоги. Опасность при использовании пиротехническими средствами
- Укусы зверей, 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

#### **5 класс**

- 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

#### **9 класс**

- Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона»
- Никотин, алкоголь, наркотики.
- 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

- 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.

### *11 класс*

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