

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа п. Бор
Афанасьевского района Кировской области

СОГЛАСОВАНО
зам.директора по УВР
Н.В.Сабурова



Утверждено.
Директор

Приказ № 56/2 от 02.09.2024г

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«БСК»

Направленность:
физкультурно-спортивная
Возраст учащихся: 7-18 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель (разработчик):
учитель физической культуры
Ширяева Валерия
Александровна

Введение

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.

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:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации №1056 от 13 сентября 2013г «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов».
- Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2030 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. № 3081-р)
- Уставом МБОУ ООШ п.Бор.
- Приказом «О создании спортивного клуба» в МБОУ СОШ п.Бор №64 от 17.10.2017г.
- Приказом «О внесении изменений в работу школьного спортивного клуба» в МБОУ СОШ п.Бор №20/2 от 9 марта 2021 года.

Актуальность программы

В «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2030 года» основными целями в физическом воспитании школьников и развитии массового спорта в общеобразовательных учреждениях на современном этапе является «сохранение здоровья и благополучия людей, создание возможностей для самореализации талантов и комфортной среды для жизни, ускорение технологического развития».

Программа «БСК» поможет решать задачи физического воспитания школьников МБОУ ООШ п.Бор на протяжении всего срока обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, привлечение школьников к систематическому участию в спортивно – массовых мероприятиях. Для решения данных задач организован школьный спортивный клуб.

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.

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.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости учащихся школы и их родителей в свое свободное время, направляя его на активный отдых это спортивные мероприятия, соревнования по игровым видам спорта. Массовое участие детей в досуговых программах способствует сплочению школьного коллектива, укреплению традиций МБОУ ООШ п.Бор, утверждению благоприятного социально - психологического климата.

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.

Направления деятельности спортивного клуба.

- 1 Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня
- 2 Спортивная работа в классах и секциях.
3. Внеурочная работа в школе.
4. Участие в районных соревнованиях.
5. Агитация и пропаганда здорового образа жизни.
6. Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом

Адресат Программы

Программа предназначена для детей в возрасте от 7 до 18 лет в свободное внеучебное время. Прием обучающихся в клуб осуществляется на основе свободного выбора детьми дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

Объем и срок освоения Программы

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности рассчитана на 1 год, 1 час в неделю, всего 34 часа. Программа реализуется в течение всего календарного года, включая каникулярное время, за исключением летних каникул.

Планируемые результаты:

По итогам освоения программы обучающийся демонстрирует следующие ниже представленные результаты.

Предметные:

- имеет представление о здоровом образе жизни, о роли спортивно-оздоровительной деятельности в жизни человека, о санитарно-гигиенических требованиях к занятиям;
- знает правила подвижных игр с элементами спорта;
- интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию;
- умеет технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации;
- соблюдает нормы и правила поведения, принятые в образовательном учреждении.

Личностные:

- осмысление уровня своей физической подготовленности и возможностей роста;
- наличие опыта освоения навыков и умений по изучаемым видам спорта;
- проявление прилежания и ответственности за результаты обучения;
- переживание состояний командного духа и личного успеха в мероприятиях школьного спортивного клуба;
- проявление инициативности и самостоятельности в процессе тренировочных занятий и спортивных мероприятий;
- осмысление значимости здорового образа жизни для современного человека.

Метапредметные:

- уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей человека;
- уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- уметь управлять своей деятельностью,
- успехи в речевой деятельности, проявление навыков сотрудничества;
- уметь работать с информацией;
- выполнение логических операций сравнения, анализа, обобщения.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Материально-техническое обеспечение программы

- Учебное помещение. Спортивный зал. Тренажерный зал
- Площадка для занятий на улице.
- Компьютер, проектор, экран.
- Учебные фильмы и литература.
- Комплекты игр и раздаточного материала.
- Скамья атлетическая - 5 шт.
- Мяч волейбольный -10 шт.
- Скакалки– 20 шт
- лыжи

Система управления и контроль за реализацией программы

Управление реализацией программы осуществляется заместителем директора по воспитательной работе, руководителем клуба, которые ежегодно информируют участников образовательного процесса о ходе выполнения Программы.

Формы контроля и оценочные материалы

Способы проверки результатов

- тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (в течение года);
- диагностика уровня воспитанности
- мониторинг личностного развития воспитанников
- диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (в течение года);
- анкетирование;
- участие в соревнованиях;
- сохранность контингента;
- анализ уровня заболеваемости воспитанников.

Методическое обеспечение программы

№	Форма организации и проведения занятия	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Вид и форма контроля, форма предъявления результата
1	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала. Конспекты занятий для педагога.	Специальная литература, справочные материалы, картинки, плакаты. Правила судейства.	Вводный, положение о соревнованиях.
2	Индивидуальная, групповая, фронтальная	Словесный, наглядный показ, упражнения в парах, тренировки	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Тестирование, карточки судьи
3	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы	Словесный, объяснение нового материала, рассказ, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего	Зачет, тестирование, учебная игра.
4	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, упражнения в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего Терминология, жестикуляция.	Зачет, тестирование, учебная игра, соревнование
5	групповая, подгрупповая, коллективно-групповая	практические занятия, упражнения в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи на каждого обучающего, видеозаписи	Учебная игра, тестирование, соревнование

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка.	1	1	-	
1.1	Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности при проведении соревнований. Правила организации и судейства.				беседа-диалог
2	<i>Спортивные праздники</i>	14			
2.1	На школьном стадионе		-	4	итоговый
2.2	С родителями		-	4	итоговый
2.3	Посвященные значимым датам		-	6	итоговый
3	<i>Соревнования</i>	19			
3.1	Между классами		-	3	итоговый
3.2	общешкольные		-	10	итоговый
3.3	С родителями			1	
4	<i>Выполнение норм«ГТО»</i>	5		5	тестирование
Всего		34	1	33	

Содержание программы.
Спортивно-массовые физкультурно-спортивные
И социально значимые мероприятия

№	Мероприятия	Дата, проведения	Ответственные за выполнение
1.	<p>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обсудить на педагогическом совете порядок учебно проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах, гимнастики перед занятиями. • Провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики, подвижных игр на переменах и физкультминуток. • Проводить подвижные игры и занятия физическими упражнениями на больших переменах. • Проводить физкультминутки на общеобразовательных уроках. 	<p>До начала года</p> <p>До 15 сентября</p> <p>Ежедневно</p> <p>на</p> <p>В течение года</p>	<p>Администрация школы</p> <p>Классные руководители Физорги классов</p> <p>Учителя-предметники</p>
3.	<p>Внеурочная работа в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Осенний и весенний кросс • Олимпиада по физкультуре • Баскетбольные соревнования • «Веселые старты» среди начальных классов • Лыжный кросс • Лыжные эстафета • Турнир по волейболу • Военно-патриотическая игра «Зарница» • День здоровья • Туристический поход в лес • Соревнования внутри классов и спортивной секции • Военно-спортивная эстафета к 23 февраля «Сильные, смелые, ловкие» 	<p>В течение года</p>	<p>Учитель физкультуры, педагог-организатор</p>
4.	<p>Участие в районных соревнованиях</p> <ul style="list-style-type: none"> • Спортивные игры (волейбол, баскетбол) для 5-11 классов (сентябрь-май). • Осенний и весенний кроссы (сентябрь-май). • Спартакиада школьников (май). • Легкоатлетическое многоборье (сентябрь-май). • Спортивный праздник «Зарница». • Олимпиады по физкультуре (ноябрь) • Туристический слет (сентябрь) 	<p>В течение года (согласно плану спортивных мероприятий в районе).</p>	<p>Учитель физкультуры, преподаватель-организатор ОБЖ</p>

5. Агитация и пропаганда здорового образа жизни:	<ul style="list-style-type: none"> • Конкурсы рисунков, учащихся 1-4 классов на тему "Мы любим спорт" • Организация цикла бесед и лекций на классных часах по темам: «Утренняя гимнастика школьника», «Гигиена школьника», «Отказ от вредных привычек». • Выпуск информационного листка спортивной жизни в школе-«Спортивный калейдоскоп» в компьютерной обработке. • Оформление стендов «Интересное в мире спорта». 	Декабрь	Классные руководители Спортивный актив школы
		В течение года.	
		Октябрь-декабрь	Учитель физкультуры
		Каждый месяц	
6. Организация работы по месту жительства	<ul style="list-style-type: none"> • Организация летнего оздоровительного лагеря • Помощь в проведении соревнований. 	В течение года	Учитель физкультуры, Педагог-организатор
7. Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:	<ul style="list-style-type: none"> • Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ состояния здоровья учащихся). • Тематические родительские собрания лекции для родителей на темы: «Воспитание правильной осанки у детей», «Распорядок дня и двигательный режим школьника». • Консультации, беседы для родителей Проведение совместных экскурсий, походов (в течение года). • Проведение спортивных мероприятий с участием родителей(в течение года). 	Родительские собрания в течение года	Классный руководитель
			Учитель физкультуры
			Классный руководитель Учитель физкультуры

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. - М.: Издательство «Спорт», 2016.
2. Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: Учебник. - М.: Академия, 2004.
3. Коваленко В.И. В помощь учителю [Текст]: Учебно-методическое издание. - Саратов, 2007.
4. Адреса порталов и сайтов в помощь учителю физической культуры
5. [http://spo.1september.ru/urok/сайт «Я иду на урок физкультуры»](http://spo.1september.ru/urok/сайт%20«Я%20иду%20на%20урок%20физкультуры»)
6. <http://fizkultura-na5.ru/>
7. <http://www.fizkult-ura.ru/>ФизкультУРА: он-лайн справочник
8. сайт о различных видах спорта, статьи о методике, здоровье, видеоматериалы
9. Щербак А.П. Модернизация технологий и содержания обучения предметной области «Физическая культура» в соответствии с ФГОС [Текст]: методические рекомендации. — Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2018.