

**муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Кировская средняя школа имени А. Москвичёва»
Светлоярского муниципального района Волгоградской области**

404180, Волгоградская область, Светлоярский район, п. им. Кирова, ул. Школьная, 2а
ИНН 3426006720 КПП 342601001 ОГРН 1023405973524 тел. (84477) 6-43-52, e-mail: kirovo7@yandex.ru

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от «28» августа 2025 г



**Программа
Школьного спортивного клуба «Олимп»
Возраст обучающихся 7-17 лет
Срок реализации 1 год (34 часа)**

Автор-составитель:
(Сергеева А.С.)
учитель физической культуры

п.Кирова, 2025 г.

Актуализация

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 до 2020 года», целью которой является – создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта, популяризации массового и профессионального спорта (включая спорт высших достижений) и приобщение различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

По данным Минздравсоцразвития России в 2014 году, только 14 % обучающихся старших классов считаются практически здоровыми. Свыше 40 % допризывной молодежи не соответствуют требованиям, предъявляемым армейской службой, в том числе в части выполнения минимальных нормативов физической подготовки. Большинство граждан не имеют возможности систематически заниматься физической культурой и спортом. Так, в настоящее время 85 % граждан, в том числе 65 % детей, подростков и молодежи, не занимаются систематически физической культурой и спортом. Большое значение в реализации основных направлений Стратегии и ФЦП имеет создание на базе образовательных учреждений школьных спортивных клубов.

Цель создания школьного спортивного клуба: *-организация и проведение спортивно-массовой работы в школе во внеурочное время*

Задачи спортивного клуба :

- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы
- укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся общеобразовательных школ на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей;
- закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;
- воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;
- привлечение к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей учащихся школы;
- профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.

Основное содержание программы.

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

1. Закон «Об образовании» РФ.
2. «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов в образовательных учреждениях», утверждённых приказом Министерством образования и науки РФ от 10.08.2011г.
3. Программа «Школа- территория здоровья».
4. «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».

Обоснование.

Приобщение подростков к ценности здорового образа жизни является одной из основных задач спортивного клуба «Олимп». Именно поэтому мы выбрали её основным направлением работы с подрастающим поколением, которые впоследствии смогут показать пример здорового образа жизни в нашей области.

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

Территория спортивного зала распределена на несколько игровых зон: для игры в гандбол, волейбол, баскетбол, , шашки и шахматы, и настольный теннис.

В школе богатые спортивные традиции:

- ежегодно проводятся Дни Здоровья, целью которых является популяризация ЗОЖ, организация активного здорового отдыха;
- спортивно-массовые мероприятия,
- на протяжении многих лет ребята нашей школы занимают призовые места в районных соревнованиях школьников.
- организация плановой внеклассной работы по физической культуре через работу спортивных секций.
- ежегодное участие в районных соревнованиях «Президентские игры» и «Президентские состязания»

Организация работы спортивного клуба школы:

Общее руководство деятельностью спортивного клуба школы осуществляет учитель физкультуры.

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.

Программа развития образования разработана на основе принципов:

- целостности и системности предполагаемых изменений;
- открытости образовательной системы;
- региональной направленности и культуросообразности.

Физкультурно-спортивный клуб как структурное подразделение школы создан на основании приказа директора школы и функционирует в соответствии с Уставом школы и положением о спортивном клубе, утверждённым директором школы.

Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность совместно с Управляющим советом, родительским комитетом и педагогическим советом школы.

Планирование работы клуба

Внеклассная физкультурно-спортивная работа в школе планируется на учебный год.

Ожидаемые конечные результаты

Для достижения цели определены следующие задачи:

- вовлечение молодёжи в активное занятие физической культурой и спортом;
- знакомство с историей зарождения и развития Олимпийского движения и его основополагающими ценностями;
- развитие социально и личностно значимых качеств, создавая условия для их проявления в спорте и жизнедеятельности через освоение совокупности правил, норм поведения, обязанностей к самому себе, к другим людям, обществу;
- распространение опыта работы спортивного клуба через СМИ, педагогические сетевые сообщества, сайт школы;
- организация соревнований по олимпийским видам спорта, олимпийских уроков, конкурсов знатоков олимпийского движения, турниров.

В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащих школы в спортивных секциях.

Социальный эффект.

- привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК, школьных спортивно-массовых мероприятиях.
- вовлечение трудных детей в секции и мероприятия клуба;
- организованный спортивный досуг в каникулярное время;
- вовлечение родителей в физкультурно – массовые мероприятия школы.
- организация семинаров и тренингов с работниками ОУ по организации работы в рамках олимпийского образования.

Образовательный эффект.

- Освоение компонентов ключевых (универсальных) компетентностей: знаний умений и навыков олимпийского образования;
- Увеличение количества различных школьных спортивных соревнований, соответственно вырастет количество разновозрастных участников
- Организация деятельности на спортивной площадке школы.
- Введение олимпийских модулей, создание факультативных групп.
- Разработка проектов по каникулярной занятости детей и летнему оздоровительному отдыху.

Профессиональный эффект.

Спортивные успехи – на основе устойчивой мотивации к занятиям избранным видом спорта в контексте учебно-тренировочного процесса:

- участие в муниципальных, «Президентские игры» и «Президентские состязания»;
- рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, района, области;
- профориентация старшеклассников (выбор педагогических вузов спортивной направленности);

Деятельность совета ШСК позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, поможет узнать историю олимпийские достижения через связь со СМИ, выпуск буклетов, фотогазет, создание и обновление странички «ШСК «Лидер»» на школьном сайте .

Содержание курса

Тематические разделы программы:

Гандбол - Гандбол (англ. handball, от hand — рука и ball — мяч) — командная игра с мячом, в которой спортсмены, передавая мяч партнёрам только руками, стремятся забросить его в ворота соперника. Цель игры — как можно больше раз забросить мяч в ворота (3 м × 2 м) соперника. Цель гандбола — забросить как можно больше мячей в ворота соперника, при этом все действия с мячом выполняются руками. Достижение успеха обеспечивается подготовленностью спортсменов команды и согласованностью их действий.

Волейбол - (англ. volleyball от volley — «удар с лёту» и ball — «мяч») — командная спортивная игра, в которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой. Цель — направить мяч на сторону соперника так, чтобы он приземлился на площадке противника (добить до пола), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку.

Баскетбол — спортивная командная игра с мячом, в которой мяч забрасывают руками в кольцо соперника. Цель каждой команды — забросить мяч в кольцо с сеткой (корзину) соперника и помешать другой команде завладеть мячом и забросить его в свою корзину.

Шашки и шахматы — это настольные игры для двух игроков.

Шашки заключаются в передвижении определённым образом фишек-шашек по клеткам шашечной доски. Во время партии каждому игроку принадлежат шашки одного цвета: чёрного или белого (иногда других цветов). Цель игры — взять все шашки соперника или лишить их возможности хода (запереть).

Шахматы — настольная логическая игра со специальными фигурами на 64-клеточной доске. В классических шахматах у каждого из игроков по 16 фигур: один король, один ферзь, по две ладьи, по два слона, по два коня и по восемь пешек.

Настольный теннис (также известен как пинг-понг) — спортивная игра, в которой два игрока (или две пары) перекидывают маленький мяч через сетку на специальном столе, используя ракетки. Цель игры — удерживать мяч в игре с помощью ракеток. После отскока мяча на своей половине поля спортсмену нужно отправить его на половину соперника. За каждое удачное действие, когда соперник не отбивает мяч, спортсмену начисляются очки.

Срок реализации программы внеурочной деятельности 1 год, 34 часа. Участники программы: учащиеся с 1-11 класс

Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

Личностные результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья;
- широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района, округа;
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;
- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

Метапредметные результаты освоения обучающимися программы:

- осознание здоровья как социокультурного феномена в контексте физического, психологического и социального здоровья, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

Предметные результаты освоения обучающимися программы

по модулю «Медико-биологическая лаборатория» обучающиеся: по модулям спортивных секций обучающиеся научатся: по модулю «Психологическая служба» обучающиеся: по модулю «Туризм и краеведение» обучающиеся научатся:
по модулю «Спортивный пресс-центр» обучающиеся научатся:

- приобретут представление о здоровье и здоровом образе жизни как о сложных социокультурных феноменах;
- изучат основные факторы, влияющие на здоровье;
- научиться применять навыки профилактики и гигиены, позволяющие сохранить здоровье во всех присущих человеческому организму функциональных состояниях;
- узнают основные группы пищевых продуктов и их влияние на организм;
- научиться оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему в пределах своих возрастных и физиологических возможностей. - активно использовать различные виды двигательной активности и расслабления (физкультминутки, динамические паузы, отдельные упражнения, подвижные игры, релаксация, минутный отдых);
- активно включаться в совместную спортивно-оздоровительную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья.
- приобретут устойчивое негативное отношение к наркомании, алкоголизму, табакокурению как к сложно излечимым заболеваниям;
- выработают алгоритм поведения в различных ситуациях, в том числе конфликтных и экстремальных ситуациях общения с людьми, находящимися в различных психологических состояниях.
- получать заряд здоровья от встречи с прекрасным в природе и науках;
- осознают необходимость природоохранной деятельности как условия полноценной жизни и здоровья человека.
- доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- использовать речевые средства и средства ИКТ для решения коммуникативных и познавательных задач; знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- выступать с аудио-, видео и графическим сопровождением;
- овладеют различными способами поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве Интернета), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации.

Воспитательные результаты реализации программы оцениваются по 3-м уровням.

Первый уровень результатов - приобретение школьниками социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика с учителем как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта.

Первый уровень по программе – школьник знает и понимает все разнообразие спортивно-оздоровительной работы в школе, районе, округе и т.д.

Второй уровень результатов - получение школьниками опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т. е. в защищенной, дружественной социальной среде. Именно в этой среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Второй уровень воспитательных результатов по программе – школьник ценит общественно-полезную деятельность в школе и мотивирован на активное участие в спортивно-оздоровительной деятельности школы.

Третий уровень результатов - получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия за пределами дружественной среды школы. Школьник самостоятельно организует различные спортивно-оздоровительные мероприятия, активно участвует в их разработке и подготовке.

Основными формами образовательных достижений и результатов освоения обучающимися программы являются:

- анкетирование обучающихся, педагогов и родителей по вопросам здоровья и поведения обучающихся и реализации программы формирования здорового и безопасного образа жизни (проводится в начале и конце учебного года);

- проявление социальной активности: проведение спортивно-оздоровительных мероприятий, участие в кроссах, олимпиадах, конкурсах, соревнованиях на разных уровнях;

- разработка и презентация проектов и результатов учебных исследований, конференциях, подготовка и распространение печатных материалов и т.п.

Результаты освоения программы соответствуют требованиям ФГОС ООО.

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Вводное занятие. ТБ на занятиях в группе Школьного спортивного клуба и во время самостоятельных занятий	4	4	-
2.	Гандбол	6	В течение занятия	6
3.	Волейбол	6		6
4.	Баскетбол	6		6
5.	Шашки и шахматы	6		6
6.	Настольный теннис	6		6
	ИТОГО:	34	4	30

Тематическое планирование

№ п/п	Тема учебного занятия, раздела	Кол-во часов	ЭОР/ЦОР
ГАНДБОЛ			
1.	Вводное занятие. ТБ на занятиях в группе Школьного спортивного клуба и во время самостоятельных занятий	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
2.	Техника перемещения; ловли, передач и ведения мяча на месте	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
3.	Броски мяча на дальность Техника броскам в прыжке с места	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
4.	Техника ведения и передач в движении	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
5.	Передачи в движении в парах Броски мяча на дальность	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
6.	Техника нападения через центрального, входящего в область штрафной площадки	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
7.	Техника высоко летящего мяча одной рукой, нападение двумя центрами и их взаимодействие	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
ВОЛЕЙБОЛ			
8.	Разучивание перемещения в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперёд	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
9.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх)	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/

10	Верхняя прямая подача с середины площадки	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
11	Нижняя передача мяча у стены, в парах	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
12	Подача и приём мяча в парах	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
13	Подача и приём мяча через сетку в парах с середины площадки	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
14	ТБ на занятиях в группе Школьного спортивного клуба и во время самостоятельных занятий	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
БАСКЕТБОЛ			
15	Развитие скоростных способностей средствами баскетбола. Совершенствование техники ловли и передачи мяча на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
16	Общая физическая подготовка. Совершенствование передачи мяча с отскоком от пола на месте и при встречном движении, одной рукой от плеча после ведения, одной рукой снизу на месте.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
17	Развитие общей выносливости средствами баскетбола. Тактические действия (индивидуальные, групповые, командные). Игра по упрощённым правилам.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
18	Тактическая подготовка: командные действия в защите и нападении. Учебно-тренировочная игра	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
19	Совершенствование ловли высоко летящего мяча, бросков мяча одной рукой в прыжке после ловли мяча в движении.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
20	Развитие тактического мышления средствами баскетбола. Учебно-тренировочная игра.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
ШАШКИ И ШАХМАТЫ			
21	ТБ на занятиях в группе Школьного спортивного клуба и во время самостоятельных занятий	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
22	Шахматная и шашечная доска. Начальное положение фигур. Название и сила фигур.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
23	Начало партий: «Кол», «Обратный кол». Ловушки в начале партии. Первая и вторая ловушка.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
24	Шашечные окончания. Три дамки против одной	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
25	Рокировка. Бой и защита. Размен. Сравнительная сила фигур.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
26	Начало партии в игре шашки. Повторение начало «Городская партия», «Обратная городская партия», «Кол» и «Обратный кол»	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
27	Учебные игры по шахматам и по русским шашкам.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС			
28	ТБ на занятиях в группе Школьного спортивного клуба и во время самостоятельных занятий	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
29	Правила игры в настольный теннис. Организация и проведение соревнований.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
30	Стойки игрока. Хват ракетки. Упражнения с ракеткой и шариком.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
31	Атакующие удары по диагонали.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
32	Игра с коротких и длинных мячей.	1	https://resh.edu.ru/

			https://www.sport.ru/
33	Отработка ударов накатом.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/
34	Игра на счёт.	1	https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/