

**Управление образования администрации города  
Сорочинска  
Муниципальное автономное общеобразовательное  
учреждение «Средняя общеобразовательная школа №  
7 имени Сергея Петровича Ионова»**

**«УТВЕРЖДЕНО»  
Директор МАОУ  
«СОШ № 7»  
С.В. Милова \_\_\_\_\_  
Приказ от 30.08.2023  
№ 385**

**РАБОЧАЯ  
ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
Школьный спортивный клуб  
«Олимпиец»**

**Сорочинск  
2023год**

## Пояснительная записка

Данная программа рассчитана на учащихся 10 – 11 классов. Программа внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «Олимпиец» разработана в соответствии с требованиями к программе. Реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления развития личности.

Программа направлена на привлечение обучающихся МАОУ «СОШ № 7» к систематическим занятиям физической культурой и спортом; на формирование у обучающихся здорового образа жизни, их успешную социализацию.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» по направлениям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на всех ступенях образования помогает педагогам интенсивно формировать личность и получить подростку правильный — нравственный — опыт, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обуславливающие различные поведенческие отклонения в этом возрасте: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

Программа позволяет решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всего срока обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, привлечение школьников к систематическому участию в спортивно – массовых мероприятиях, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Цель программы** – создание условий для сохранения, укрепления и развития физического, психологического и социального здоровья обучающихся, формирование у них здоровьесберегающего мышления и интереса к физической культуре и спорту, их успешная социализация посредством вовлечения в физкультурно-оздоровительную деятельность гимназии и различные культурно-оздоровительные акции.

### **Задачи:**

1. Вовлечь всех школьников в систематические занятия физической культурой и спортом;
2. Осуществлять внеурочные мероприятия по укреплению здоровья и совершенствованию всестороннего физического развития учащихся, навыков и умений в занятиях спортом, воспитанию стойкой привычки к

- систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдать правила личной и общественной гигиены;
3. Участвовать в планомерной и систематической подготовке школьников к сдаче норм ГТО;
  4. Организовывать физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы, после уроков, активно участвовать в соревнованиях и оздоровительных акциях;
  5. Участвовать в организации массовой спортивно-оздоровительной работы среди детей и подростков;
  6. Принимать активное участие в укреплении и благоустройстве школьной учебной спортивной базы;
  7. Готовить из числа учащихся физкультурный актив в помощь учителям для проведения массовой физкультурной и спортивной работы в школе;
  8. Вести пропаганду физической культуры и спорта среди учащихся как постоянных средств укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности.

**Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности** и широкой вариативности направлений обучения школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность — творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению.

С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в гимназии. Они включаются в проектную 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.

Основным организационно-педагогическим принципом осуществления физического воспитания учащихся является дифференцированное применение средств физической культуры в занятиях со школьниками разного пола и возраста с учетом состояния их здоровья, степени физического развития и уровня подготовленности.

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Каждое занятие программы внеурочной деятельности состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Подготовительная часть включает в себя актуализацию имеющихся знаний и включение обучающихся в процесс целеполагания. В основной части обучающиеся знакомятся с содержанием различных учебных задач, в том числе проектного и исследовательского характера, выбирают уровень их выполнения (базовый или повышенный), анализируют и коллективно решают. Заключительная часть занятия используется для подведения итогов, рефлексии.

### **Результаты освоения программы внеурочной деятельности**

В результате освоения программы по образовательным видам деятельности обучающиеся:

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

- 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.

## **Содержание программы**

### **школьного спортивного клуба «Олимпиец»**

Деятельность ШСК реализуется по 5 направлениям; соответственно участники делятся на группы по видам деятельности

#### **Группа 1. Инструкторы по организации ФК**

Инструкторы помогают руководству школы, классным руководителям и учителям физической культуры в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня (подвижные перемены), в организации общешкольного Дня здоровья. Организуют совместно с педагогическим коллективом подготовку и сдачу норм ГТО.

#### **Группа 2. Организаторы спортивных мероприятий**

Организаторы проводят внутришкольные соревнования, помогают учителям физической культуры проводить занятия в спортивных секциях, вместе с ними комплектуют команды классов и школы для участия в районных (городских) соревнованиях.

#### **Группа 3. Инструкторы по подготовке физкультурного актива**

Инструкторы помогают учителям физической культуры готовить и направлять общественных инструкторов, судей и физоргов для организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий в школе.

#### **Группа 4. Пропагандисты физической культуры, спорта, туризма**

Организируют свою работу через стенную печать, школьную прессу, школьное радио, спортивные праздники, показательные выступления спортсменов. Создают уголок физической культуры, помещая в нем иллюстративные и другие материалы. Организуют беседы на темы о значении физической

культуры, правилах гигиены, режима питания, двигательной активности, привлекая для этого педагогов, родителей, представителей медицинского персонала.

#### Группа 5. Группа по благоустройству спортивных сооружений

Содействуют руководству школы в благоустройстве спортивных сооружений, обеспечении сохранности спортивного оборудования и инвентаря.

Руководство группами возлагается на учащихся из числа членов совета спортивного клуба.

Основными формами организации в реализации данной программы являются физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями, акции.

При всей значимости физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня ведущей формой организации внеклассной спортивно-массовой работы является деятельность коллектива спортклуба. Он является самостоятельной организацией, призванной всемерно развивать массовую физическую культуру, спорт, туризм среди учащихся.

Учитель физической культуры:

- планирует работу по физическому воспитанию школьников и разрабатывает совместно с директором перспективы и направления развития физической культуры и спорта в школе на каждом этапе;
- направляет работу школьного спортклуба;
- несет ответственность за выполнение учебной программы;
- обеспечивает санитарно-гигиенические условия и меры безопасности на всех видах занятий физическими упражнениями;
- осуществляет мероприятия по внедрению физической культуры в быт учеников и педколлектива;
- организует внеклассную физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в школе, стремиться к вовлечению всех учащихся в различные формы занятий и соревнований;
- оказывает организационную и методическую помощь воспитателям групп продленного дня, классным руководителям, учителям-предметникам;
- принимает участие в проведении мероприятий по физическому воспитанию;

- обеспечивает подготовку учащихся к выполнению норм ГТО.
- организует внутришкольные соревнования и обеспечивает участие команд школы в районных (городских) соревнованиях; организует на базе школы сдачу норм ГТО;
- поддерживает контакт со спортивными обществами и внешкольными учреждениями, занимающимися физическим воспитанием школьников;

**Виды деятельности** обучающихся в рамках программы: игровая, познавательная, досугово - развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая добровольческая деятельность); спортивно - оздоровительная деятельность.

**Образовательные формы, предусмотренные в программе:** экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, проекты, в том числе через “организацию деятельности обучающегося во взаимодействии со сверстниками, педагогами, родителями.

Для успешного выполнения своих обязанностей учителя ФК используют методы, приемы и формы организации, отвечающие современным требованиям теории и методики физического воспитания школьников.

Направления по видам деятельности	Урочная деятельность	Внеурочная деятельность
Инструкторы по организации ФК	3 час урока физкультуры	Инструкторская и судейская практика, спортивная секция, соревнования
Организаторы спортивных мероприятий	3 час урока физкультуры	Волонтерская деятельность, организация и проведение соревнований
Инструкторы по подготовке физкультурного актива	3 час урока физкультуры	Спортивная секция, соревнования

Пропагандисты физической культуры, спорта, туризма	Учебные игры на уроках	Творческие проекты, составление пресс-релизов, подготовка презентаций и отчетов, дизайн логотипов и лозунгов клуба.
Группа по благоустройству спортивных сооружений	Уроки технологии	Учебные и исследовательские проекты, волонтерская деятельность.

**ПЛАН**  
**работы школьного спортивного клуба**  
**«Олимпиец» МАОУ «СОШ №7 имени С.П.**  
**Ионова»**  
**на 2023-2024 г.г.**

№	Мероприятия	Ответственные	Дата проведения
<b>Организационная работа</b>			
1.	Подготовка документации работы спортивного клуба.	Совет клуба, администрация школы	сентябрь
2.	Заседание совета школьного клуба	Совет клуба	ежемесячно
3.	Участие в муниципальных соревнованиях и обсуждение итогов соревнований	Лучшие спортсмены, совет клуба	В течение года
4.	Выступление на общешкольных линейках членов совета клуба об итогах работы	Совет клуба	ежемесячно
5.	Поощрение особо отличившихся учащихся на школьном празднике «Парад спортивных звезд»	Совет клуба	В течение года
6.	Проверка работы спортивного клуба ( <i>посещаемость спорт секций</i> )	Совет клуба, администрация	В течение года
7.	Проверка режима работы спортивного зала	Совет клуба, администрация	В течение года
8.	Отчет о работе школьного спортивного клуба на совещаниях и педсоветах	Совет клуба	В течение года
9.	Вовлечение в активную работу школьного спортивного клуба ( <i>классных руководителей и родителей</i> )	Совет клуба	В течение года
10.	Итоги работы за год.	Совет клуба	Май - сентябрь



11.	Работа по укреплению материально-технической базы спортивного клуба школы	Совет клуба, администрация	В течение года
1	Публикация в средствах массовой информации («Сорочинский вестник»)	Совет клуба	В течение года
2	Вовлечение родителей в работу клуба	Совет клуба	В течение года
3	Создание спортивной страницы на сайте школы	Совет клуба	октябрь
4	Выпуск спортивных афиш, объявлений.	Совет клуба	В течение года
5	Вовлечение учителей в участие в спортивных мероприятиях.	Совет клуба	В течение года
<b>Сентябрь</b>			
1.	Организационная работа школьного спортивного клуба (разработка положения, приказ, план работы на учебный год и т.д.)	Козлов А.Н. Герцева Л.Н. Совет клуба	До 15.09
2.	Проведение анкетирования. Мониторинг здоровья	Психолог школы	В течение месяца
3.	Вовлечение детей в спортивные секции и клубы	Совет клуба	Весь месяц
4.	Выбор физоргов и совета ШСК	Актив дшо, Совет клуба	В течение месяца
5.	День здоровья «Здоровым быть здорово!» (Всероссийский день физкультуры, спорта и туризма).	Совет клуба, актив дшо	В течение месяца
6.	Организация школьных соревнований по футболу	Совет клуба	15.09
7.	Участие в муниципальных соревнованиях по русской лапте	Совет клуба	В течение месяца
8.	Спортивное ориентирование	Чახеев А.М.	28.09
<b>октябрь</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В течение месяца
2.	Участие в кроссе «Золотая осень»	Совет клуба, актив дшо	
3.	Участие в акции «Спорт вместо наркотиков»	Совет клуба, актив дшо	В течение месяца
4.	Участие в региональном и муниципальном фестивале «Сударушка»	Козлов А.Н. Герцева Л.Н.	В течение месяца
<b>ноябрь</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В течение месяца

2.	Участие в муниципальных соревнованиях по мини-футболу	Совет клуба,	В течение месяца
3.	Акция «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам»	Совет клуба, рук секций, актив дшо	В теч. месяца
4.	Создание на школьном сайте странички «Спортивные новости»	Совет клуба	в теч. месяца
5.	Эстафеты 1-4 кл	Учителя физич культуры	. в теч. месяца
6.	Разработка плана проведения школьной спартакиады.	Совет клуба	В теч. месяца
7.	Олимпиада по физической культуре	Совет клуба, актив дшо	в теч. месяца
<b>декабрь</b>			
1.	Соревнования по волейболу	Рук секции волейбола	в теч. месяца
2.	День здоровья «Спорт живет в каждом»	Совет клуба , актив дшо, кл. рук	в теч. месяца
3.	Участие в муниципальном этапе олимпиады по физической культуре	Учителя физ.культуры	в теч. месяца
<b>январь</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В теч. месяца
2.	Проведение подвижных перемен и утренней зарядки.	Совет клуба	В теч. месяца
3.	Соревнования «Все на лыжи!»	Совет клуба учителя физ культуры. Кл рук.	В течение месяца
4.	Акция «Я выбираю спорт, как альтернативу пагубным привычкам»	Совет клуба , актив дшо	В теч. месяца
5.	Соревнования по стрельбе «Меткий стрелок»	Рук кружка	В течение месяца
6.	Участие в муниципальных соревнованиях по волейболу	Учителя физ.культуры	В течение месяца
7.	Внутришкольный этап городской Спартакиады. Лыжи	Совет клуба , актив дшо	В течение месяца
<b>февраль</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В теч. месяца
2.	Организация спортивных мероприятий, посвященных Дню защитника отечества. Месячник.	Педагог ОБЖ	В течение месяца
3.	Внутришкольный этап соревнований по баскетболу	Совет клуба,	В течение месяца
4.	Участие в городской Спартакиаде. Лыжи,	Совет клуба	В течение месяца
	Участие в соревнованиях по спортивному многоборью	Козлов А.Н.	В теч. месяца

<b>март</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В теч месяца
2.	Участие в городской и школьной спартакиадах ,баскетбол.	Совет клуба Козлов А.Н.	По плану школы
3.	День здоровья Олимпиада: вчера и завтра»	Совет клуба,кл рук. Уч физкультуры	В течение месяца
<b>апрель</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В теч месяца
2.	Проведение подвижных перемен и утренней зарядки.	Учителя физич. культуры	В теч месяца
3.	День здоровья. День бегуна. Легкая	Совет клуба	В течение месяца
4.	Соревнования учащихся против преподавателей «Весёлые старты»	Совет клуба	В теч месяца
5.	Участие в районной и школьной спартакиадах. Легкая атлетика	Совет клуба	В теч месяца
6.	Президентские игры	Совет клуба. рук секций	В течение месяца
<b>май</b>			
1.	Заседание Совета клуба	Совет клуба	В теч. месяца
2.	Баскетбол	Совет клуба, рук секции	В течение месяца
3.	Президентские состязания	Совет клуба Учителя физ.культуры	В течение месяца