

Утверждаю:

Директор /М.Н. Пономаревская/

Приказ № \_\_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## **Положение**

### **о школьном спортивном клубе «ВБ» на базе Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**

### **«Средняя общеобразовательная школа-детский сад» с. Чухлэм**

#### **Пояснительная записка.**

Данная программа составлена в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании» № 12-ФЗ от 13.01.96., нормативными документами Министерства образования Российской Федерации и Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре, спорту и туризму, регламентирующими деятельность учреждений дополнительного образования детей спортивной направленности.

Необходимостью создания спортивного клуба в масштабе сельской школы послужили следующие факторы, негативно влияющие на здоровье детей:

- гиподинамия или гиперактивность учащихся;
- стрессовая ситуация в семье и школе;
- недостаточная подготовка родителей и педагогов в вопросах развития и охраны здоровья детей;
- недостатки в существующей системе физического воспитания;
- низкий уровень медицинского обслуживания, направленного, как правило, только на оказание экстренной, необходимой медицинской помощи.

Наличие недугов современной молодежи, такие как зависимость от табака и употребление ими энергетических напитков. Вовлечение в спортивные секции, клубы, позволит отвлечь подростков от вредных привычек: (курение, алкоголь, наркотики и т. д.).

Здоровый образ жизни должен стать нормой для детей и подростков, занимающихся спортом. Спорт, это способ продления активной жизни и профилактика заболеваний, через достижение душевного равновесия и поэтапного укрепления своего здоровья. Содержание учебно-тренировочной работы должно отвечать требованиям данной программы с учетом местных условий и индивидуальных особенностей занимающихся.

На занятиях в кружках и секциях решаются следующие основные задачи: укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию школьников; подготовка разносторонне физически развитых, волевых, смелых и дисциплинированных юных спортсменов, готовых к труду и защите Родины; воспитание у юных спортсменов дисциплины, чувства долга, товарищества и взаимовыручки.

#### **Общие положения.**

Спортивный клуб «ВБ» находится при «Школа-сад» с. Чухлэм.

Деятельность клуба направлена на категорию граждан от 6 до 17 лет. (1–11 классы). Так же на базе клуба занимается «группа сельской молодежи» и «группа здоровья». Запись в клуб производится ежегодно, в начале сентября. В клуб принимаются все желающие, обучающиеся в школе, жители села (молодежь, мужчины и женщины).

Основными направлениями клуба являются волейбол, баскетбол, стрельба, группа здоровья, группа сельской молодежи. Занятия проводятся в спортзале при школе, а летом на спортивной площадке при школе.

Также деятельность клуба направлена на участие во всех районных спортивных соревнованиях: сельские спартакиады, спартакиады среди работников образования, теннис, первенства по волейболу, баскетболу, соревнования по стрельбе.

Клуб участвует в проведении воспитательных и культурно-массовых мероприятий (праздники, вечера и т. п.).

#### **Формы работы, используемые в работе спортклуба.**

В процессе реализации программы используются следующие формы физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы:

- урок физической культуры;
- мероприятия в режиме учебного дня школы (физкультминутки, физкультурной паузы, во время уроков, подвижные игры на переменах);
- спортивные праздники;
- соревнования по видам спорта;
- дни здоровья;
- спортивные викторины;
- тестирование уровня физического развития и двигательных качеств учащихся;
- дополнительные занятия в спортивных секциях;
- наглядная агитация.

#### **Материально – техническое обеспечение**

Основная база:

спортзал 9 на 18 м

спортивная площадка: 10 на 15 м

игровая детская площадка: 4 на 10 м

#### **Цели и задачи клуба.**

##### **Задачи спортклуба в работе с учащимися:**

1. Формировать личность школьника, способную самостоятельно развивать себя духовно и физически:

- обучать жизненно важным умениям и навыкам;
- развивать двигательные качества;
- обеспечивать получение знаний в области физической культуры и спорта;
- формировать умения контролировать и корректировать себя;

2. Придать занятиям оздоровительную направленность, обеспечить индивидуальный и дифференцированный подход:

- вовлечение обучающихся в систематические занятия ФК и спортом;
- повышение мотивации к укреплению здоровья;

3. Организация физкультурно-спортивной работы ОУ во внеурочное время.

Спортклуб объединяет и согласовывает работу педагогического коллектива по формированию здорового образа жизни учащихся, сельской молодежи, родителей и учителей. Значительную роль в реализации проекта играет семья ребенка.

Ежедневная утренняя гимнастика, соблюдение двигательного режима дня и т.д. постепенно, станут для детей необходимостью, если рядом с ними будут родители, своим примером будут показывать значимость здорового образа жизни. Поэтому необходимо вовлекать родителей в спортивные мероприятия.

В укреплении здоровья детей первостепенное значение имеет преодоление гиподинамии. Чему способствуют не только уроки физической культуры (включён третий час в учебный план), но и дополнительные занятия во внеурочное время – занятия в спортивных секциях, самостоятельные занятия. Так в школе работает 6 секций спортивного направления: подвижные игры, волейбол, баскетбол, легкая атлетика, стрельба из пневматической винтовки, туризм.

##### **Задачи:**

*Младшая группа начальной подготовки.*

1. Воспитать у подростка потребность здорового образа жизни.
2. Укрепление здоровья и закаливание организма.

3. Сочетать разностороннюю физическую подготовку детей с интересным досугом. (Организация показательных выступлений, спортивных номеров, участие во всех школьных и сельских праздниках, организация походов и т. д.).

*Старшая учебно-тренировочная группа.*

Повышение уровня здоровья спортсменов. Повышение уровня физической подготовки.

4. Организация подготовки всесторонне развитых спортсменов.

5. Совершенствование технико-тактических навыков.

6. Развитие волевых качеств.

7. Приобретение соревновательного опыта.

### **В работе с педагогическим коллективом:**

**Цель** – разработать систему педагогических мероприятий, направленных на формирование здоровья школьников, воспитание положительного отношения обучающихся к своему здоровью и здоровому образу жизни. Классные руководители и учителя-предметники в своей работе опираются на следующие принципы:

1. Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов.

2. Принцип непрерывности и преемственности.

3. Принцип соответствия содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся.

4. Принцип формирования ответственности.

5. Принцип отсроченного результата.

6. Принцип контроля результатов.

Данные принципы помогают правильно организовать образовательный процесс и постепенно разрешать следующие проблемы:

1) проблему учебных перегрузок школьников, приводящих к состоянию переутомления;

2) проблему организации физической активности учащихся, профилактики гиподинамии;

3) проблему питания школьников;

4) проблему охраны и укрепления психологического здоровья учащихся (предупреждение школьных стрессов, распространения среди учащихся вредных привычек, зависимостей и т.д.);

5) проблему формирования культуры здоровья учащихся и компетентности педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.

6) проблему организации сотрудничества с родителями учащихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья их детей.

Наиболее перспективны в разрешении данных проблем следующие здоровьесберегающие технологии:

1) физкультурно-оздоровительные;

2) экологические здоровьесберегающие;

3) обеспечения безопасности жизнедеятельности;

4) здоровьесберегающие образовательные.

### **В работе с родителями:**

Достичь тесного сотрудничества педагогического коллектива, учеников и родителей в организации здорового образа жизни детей путем:

- демонстрации личного примера родителей и учителей;

- привлечение родителей для участия в спортивных соревнованиях, походах и т.д.

- разъяснительной спортивно-просветительской работы в рамках родительских собраний

В школе проводится

- целенаправленная совместная работа администрации школы и педагогического коллектива, медицинских работников, родителей и детей;

- организация выступлений учителей физической культуры на родительских собраниях с тематическими сообщениями;

- информирование родителей о физических показателях детей;
- приглашение родителей на уроки физической культуры, оздоровительные мероприятия

### План реализации программы

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный
1	Оценка физического развития и распределение учащихся по группам здоровья.	Первичная оценка в начале учебного года мониторинг в течение года	Медицинские работники Классные руководители
2	Определение уровня физической подготовки учащихся	В начале и в конце каждого учебного года	Учитель физической культуры
3	Рекламные акции, направленные на привлечение учащихся к занятиям в спортивных секциях	сентябрь	Учитель физической культуры при участии классных руководителей, добровольческое объединение школы
4	Разработка и утверждение календарного плана спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий	сентябрь	Учитель физической культуры, педагог-организатор, руководители дополнительного образования
5	Разработка и внедрение планов секционных занятий по видам спорта	Август. Корректировка в конце учебного года	Руководители дополнительного образования (спортивного направления)
6	Проведение спортивных праздников	По отдельному плану	Учитель физической культуры, педагоги дополнительного образования
7	Проведение спортивных соревнований	Согласно календарным планам	Учитель физической культуры, классные руководители, педагоги дополнительного образования
8	Проведение диспансеризации педагогического коллектива	Один раз в учебном году	Администрация школы
9	Внедрение пропаганды здорового образа жизни, с использованием механизмов наглядной агитации и материального стимулирования учителей	В течение учебного года	Администрация школы
10	Подготовка материалов и выступления перед родителями	В течение учебного года	Учитель физической культуры

11	Информирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды ЗОЖ с использованием школьных стендов, газеты	В течение учебного года	Учитель физической культуры, учитель информатики, медицинские работники
12	Проведение совместных мероприятий, дней здоровья (праздников, соревнований и т.д.) для детей и родителей	По плану спортивно-массовой работы школы	Учитель физической культуры, учитель ОБЖ, педагоги дополнительного образования, педагог-организатор

#### Расписание работы клуба.

Вторник – 18.00 -19.00

Среда – 18.00 – 19.00

Четверг – 18.00-20.00

Пятница – 18.00 -20.00

#### Перечень видов спорта в ШСК «ВБ»

№	Вид спорта	Количество часов
1	«Волейбол»	36
2	«Баскетбол»	36
3	«Группа сельской молодежи» Мини-футбол, ЛФК	50

#### Тематическое планирование «Баскетбол»

№	Наименование темы	Количество часов	
		Теоретические занятия	Практические занятия
	Физическая культура и спорт в России. Совершенствование игры в баскетбол.	1	1
	Основы техники и тактики игры.	1	
	Технические нападения.	1	
	Ведение мяча на месте	1	
	Ведение мяча в движении.	1	
	Ведение мяча в движении бегом		
	Перемещение защитника.	1	
	Правила игры	1	
	Двусторонняя игра.		1
	Передвижение приставными шагами		1
	Повороты, финты.		1
	Техника владения мячом.		1
	Имитация действий атаки.		1
	Ловля мяча двумя руками.		2

	Броски в корзину.		1
	Броски в корзину после ведения.		1
	Броски одной рукой на месте.		1
	Ведение мяча с низким отскоком.		1
	Техника защиты.		1
	Стойка защитника.		1
	Тактика нападения и защиты		2
	Бросок мяча в движении после двух шагов.	1	1
	Техника выполнения штрафного броска.		1
	Игра в защите.	1	1
	Передача мяча в движении.		1
	Тактика нападения быстрым прорывом.		1
	Ловля мяча после отскока от щита.		1
	Контрольные игры и	По календарному плану	
	Двусторонняя игра		2
	Передача мяча на месте и при встречном движении		1
	Контроль подготовленности занимающихся	2	
	Участие в соревнованиях	По календарному плану	
	Итого: 36	11	25

#### «Группа сельской молодежи»

На базе спортивного клуба занимается группа сельской молодежи с 18 лет и старше. Основное направление занятий ОФП (общефизическая подготовка). Это: волейбол, настольный теннис, подвижные игры, мини-футбол. Группа принимает участие в сельских и районных спартакиадах, в соревнованиях по волейболу, настольному теннису, баскетболу. Принимают участие в сельских праздниках.

Группа занимается по свободному графику.

#### Тематический план занятий

№	Наименование темы	Количество часов	
Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Волейбол	20	1 19
2	Мини-футбол	15	1 14
3	Баскетбол	10	1 9
4	Подвижные игры	5	1 4
5	Соревнования	По календарному плану	
Итого:	50	4	46

#### Условия реализации программы.

Данная программа будет полностью реализована при условии моральной и материальной поддержки администрации школы, сельской администрации, а также родителей, занимающихся в клубе детей.

### **Планируемые результаты.**

На каждого занимающегося в спортивном клубе, заводится личная карточка, где указываются все достижения и победы спортсмена на соревнованиях. На основании этих побед присваиваются спортивные разряды. Все спортивные грамоты, завоеванные спортсменами, выдаются им на руки, а ксерокопии вывешиваются на стенде клуба.

В результате ожидается:

- снижена заболеваемость или стабилизация здоровья (в зависимости от первоначального диагноза);
- уменьшится количество пропусков уроков по болезни;
- повышено качество обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;
- увеличено число детей и подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;
- включено в план работы школы регулярное проведение дня здоровья (1 раз в четверть);

## **ПРИЛОЖЕНИЕ 2.**

### **Перспективный план развития спортивной площадки**

На спортивной площадке «Школа- сад» с. Чухлэм имеются:

- Площадка асфальтированная;
- Щит с баскетбольным кольцом;
- Деревянный забор (ограждение);
- Детская площадка с футбольными деревянными воротами (2 шт.);

*План развития на 2013 год:*

- строительство спортивной площадки;
- установка металлического ограждения спортивной площадки

*План развития на 2014 год:*

- строительство хоккейной коробки; хоккейных ворот;
- облагораживание спортивной площадки.

*План развития на 2015 год:*

- установка стоек и баскетбольных щитов;
- облагораживание спортивной площадки.

*План развития на 2016 год:*

- строительство освещенной беговой дорожки, зимой зимней трассы;
- ремонт освещения, добавление ламп;
- облагораживание спортивных площадок;
- проведение ремонтных работ;
- приобретение нового спортивного инвентаря.

**Расходная часть материальной базы:** сетки волейбольные, футбольные, баскетбольные, хоккейные. Мячи волейбольные, футбольные, баскетбольные, шайбы, клюшки, биты лаптовые, биты городошные, клюшки хоккейные, форма хоккейная, коньки, лыжи, ботинки лыжные, палочки лыжные, маты гимнастические, стойки для прыжков в высоту и т.д.

### Список литературы

- «Оборонно-спортивные кружки. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ», Москва, «Просвещение», 1976.
- Куколевский Т. М. «Здоровье и физическая культура», Москва, «Медицина», 1979.
- Кулешов А. П. «Спортивная держава юных», Москва, «Детская литература», 1983.
- В. И.Лях, А. А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. М. «Просвещение», 2007.
- Б. И.Мишин. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод, пособие. ООО «Издательство Астрель», 2003.
- О. Е. Громова. Спортивные игры для детей. М.: ТЦ Сфера. 2002.

## План спортивно - массовой работы

№ п/п	Организационная работа	Дата проведения	ответственные
	Заседание совета физоргов	Каждую четверть	Физорги классов



1.	Подготовка судей	Перед соревнованиями	Учащиеся старших классов
2.	Подготовка положений к соревнованиям	Перед соревнованиями	Учитель физкультуры
	<b>Агитационно-просветительская работа</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>ответственные</b>
1.	Оформление стенда «Спортивная жизнь школы	сентябрь	Учитель физкультуры
2.	Оформление стенда «Золотой значок ГТО»	январь	Учитель физкультуры
3.	Поздравление победителей районных соревнований	После соревнований	Учитель физкультуры
4.	Ознакомление с протоколами соревнований	После соревнований	Учитель физкультуры
5.	Оформление рубрик	Каждую четверть	Учащиеся старших классов
А)	Плоскостопие-патология свода стопы	1 четверть	Учащиеся, освобожденные от уроков физической культуры
Б)	«Береги трение»	2 четверть	
В)	«Витамины –источник здоровья»	3 четверть	
Г)	Скандинавская ходьба	4 четверть	
	<b>Физкультурно-массовая работа</b>		
	<b>месяц</b>	<b>мероприятие</b>	<b>участники</b>
	сентябрь	«Кросс Наций»	1-11кл
	октябрь	Первенство школы по мини – футболу	5-9кл
	ноябрь	Первенство школы по баскетболу	5-11

	декабрь	День Здоровья	1-11кл
	январь	пионербол	1-4кл
	февраль	Веселые старты «Лыжня России- 2021г»	1-11кл
	март	«Малая олимпиада» Соревнования «Снайпер»	1-11кл
	апрель	Всемирный день здоровья Шашки-шахматы	1-11кл
	май	Легкоатлетическая эстафета Спортивный праздник»	1-11кл