Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
"Тургеневская средняя общеобразовательная школа"

Рассмотрена	Согласована	Утверждена
Руководитель ШМО	Зам. директора	директора школы
Ермакова Г.В.	_ЛюбомудроваС.Н.	Иванова О.А.
Протокол №___1__от «_31»08__2023 г.	«_31_»__08___2023 г.	Приказ№61 «31» августа 2023 года

Рабочая программа деятельности
ШСК "Крепыш"

Руководитель клуба :
Любомудрова С.Н.

с.Тургенево, 2023 г.

1.1. Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности ШСК "Крепыш" имеет физкультурно-спортивную направленность. 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);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р).

Актуальность нашей программы состоит в том, она направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом; на формирование у обучающихся здорового образа жизни.

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 учащихся и педагогов должно стать важной функцией образовательного учреждения.

В «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2024 года» основными целями в физическом воспитании школьников и развитии массового спорта в общеобразовательных учреждениях на современном этапе названы:

- сохранение и укрепление здоровья учащихся;

- реализация инновационных проектов в сфере физкультурно-спортивного воспитания;

- организация физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня;

-эффективное использование каникулярного времени учащихся для проведения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Педагогическая целесообразность позволяет нам решить проблему занятости учащихся гимназии и их родителей в свое свободное время, направляя его на активный отдых это спортивные мероприятия, праздники с родителями, турниры, соревнования по игровым видам спорта. Тем самым мы решаем *социальную значимость* нашей программы. Школа расположена в сельской местности, а ближайшие спортивные секции и спортивные площадки , где можно активно позаниматься спортом, находятся в районном центре,, поэтому целесообразно создание в ОО школьного спортивного клуба «Крепыш», посещая который, ребята и их родители могут вместе заниматься спортом, сохранять и укреплять семейные спортивные традиции.

Новизна нашей программы в новом подходе реализации внеурочной деятельности в клубной форме, которая помогает реализовывать все спортивно-массовые мероприятия, а также подготовку и сдачу норм ФВСК «ГТО». Ежегодно составляется план мероприятий, где учитываются интересы и пожелания учащихся и родителей гимназии. Каждый класс отдельно может заявить любое мероприятие, которое бы он хотел провести в спортивном зале или на стадионе.

Адресат участниками программы являются учащиеся 1–11 классов 7 – 17лет МКОУ «Тургеневская СОШ». Набор учащихся в клуб свободный, принимаются все желающие на бесплатной основе, годные по состоянию здоровья. Каждый год создается актив клуба, которые являются организаторами соревнований, турниров, праздников и выполняют функции судей на соревнованиях.

Отличительная особенность программы в вариативности деятельности школьников, что способствует формированию общей культуры, а также познавательной, физической, социальной творческой активности личности обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в гимназии. Они включаются в спортивную 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.

Объем программы дополнительного образования по общей физической подготовке 34 час в год, *срок освоения* программы 1 год.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 40 мин

Форма занятий очная, основные формы работы теоретические, практические занятия, групповые занятия, соревнования, спортивные праздники.

1.2. Тематический план

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов
1	Теоретическая подготовка.	2
2	Спортивные праздники	12
3	Соревнования	10
4	Выполнение норм ВФСК «ГТО»	10
Итого		34

Формы организации познавательной деятельности: фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная.

Цель работы ШСК:

повышение массовости занятий учащимися физической культурой и спортом для вовлечения их в систематический процесс физического и спортивного совершенствования.

Задачи:

- реализации образовательных программ дополнительного образования детей физкультурно-спортивной направленности;
- вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
- проведение школьных спортивно-массовых мероприятий и соревнований по направлениям;
- комплектование и подготовка команд учащихся для участия в муниципальных и областных соревнованиях;
- пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
- создание нормативно-правовой базы; комплектование и подготовка учащихся к ВФСК «Готов к труду и обороне».

1.3. Содержание программы.

1.Теоретическая подготовка.

1.1.Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности.

Теория: Правила поведения в зале, техника безопасности во время соревнований, выбор инвентаря формы одежды. Правила организации соревнований, судейство, ведение протокола.

2. Спортивные праздники

2.1. На школьном стадионе.

Практика: туристический слет «Юный турист», «Зимние забавы». «Зарница»

2.2. С родителями.

Практика: «Папа, мама я спортивная семья!», «Веселые старты»

2.3. *Посвященные значимым датам.*

Практика: «А ну –ка, парни!», «Идет солдат по городу».

3. Соревнования.

2.1. *Между классами.*

Практика: Турниры по пионерболу (мальчики, девочки) среди учащихся 2,3,4,5 классов,турниры по стритболу (мальчики, девочки) среди учащихся 5,6,7,8,9 классов. Турнир по перестрелке 5, 6 класс. Турниры по настольному теннису (мальчики, девочки) среди учащихся 4-11 классов.

2.2. *С родителями*

Практика: Турниры по пионерболу. Турниры по шашкам. Турниры по шахматам. Турниры по настольному теннису.

4. **Выполнение норм ВФСК «ГТО»**

Теория: Правила выполнения норм ГТО, виды испытаний, ступени, количество нормативов на знак.

Практика: Бег 30м, 60м, 100м, бег 1, 1,5 2 км, челн. бег 3х10, прыжок с места, метание, пресс, наклоны, подтягивание, отжимание, бег на лыжах 2,3,5 км.

Уверждаю
Директор МКОУ Тургеневская СОШ
_____ О.А. Иванова
Приказ № 61 «30»
08. 2023 г.

План

физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятийна 2023 -2024 учебный год.

№	**Мероприятия**	**Ответственный**	**Сроки исполнения**
1.	Беседы, посвященные ЗОЖ	Руководитель.	В течение года

2.	Умные перемены. Игры и гимнастика	Совет клуба	В течение года
3.	Осенний кросс. День здоровья.	Руководитель и кл. руководители.	Сентябрь
4.	Веселые старты « Быстрее, вышесильнее»	Совет клуба	Октябрь
5.	Спортивная эстафета, посвященнаяМеждународному дню отказа от курения.	Руководитель клуба.	Ноябрь
6.	Товарищеские встречи по пионерболу.	Руководитель клуба.	В течениегода
7.	Соревнования по мини футболу	Руководитель клуба.	Декабрь
8.	Общешкольный спортивный праздник «Я выбираю здоровыйобраз жизни!».	Руководитель клуба.Совет клуба	Январь
9.	Лыжные гонки. «День лыжника»	Руководитель и кл. руководители.	Февраль
10.	Соревнования по настольномутеннису	Совет клуба	Март
11.	Участие в школьном турнире пошашкам и шахматам	Руководитель клуба.Совет клуба	Апрель
12	Школьный этап « Президентских спорт. игр»	Руководитель и кл. руководители.	Март- апрель
13	Школьный этап « Президентских спорт. игр»	Руководитель и кл. руководители.	Март- апрель
14.	День здоровья.	Руководитель клуба.Совет клуба	Май

Утверждаю
Директор МКОУ Тургеневская СОШ
«_____» О.А. Иванова
Приказ № 61 «31» 08. 2023 г.

Мероприятия на 2023-2024 учебный год
по внедрению Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»

№	Нормативы	Ступени	Дата сдачи
1	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов . Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1-5	сентябрь
2	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м Бег на 30, 60, 100 м	1-3	сентябрь
3	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м Бег на 30, 60, 100 м	4-5	сентябрь
4	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1-3	октябрь
5	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	4-5	октябрь
6	Осенний Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов)	1-5	октябрь
7	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	2-5	ноябрь
8	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1-5	ноябрь
9	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1-5	ноябрь
10	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1-5	Декабрь

11	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1-3	Декабрь
12	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	4-5	
13	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км	4-5	февраль
14	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1,5-2 км	2-3	февраль
15	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1-5	февраль
16	Школьный этап «Президентских соревнований по спортивным играм».	1-2	март
17	Метание спортивного снаряда на дальность	3-5	апрель
18	Плавание на 25, 50 и 100м	1-5	Декабрь, март
19	Школьный этап президентских состязаний.	1-5	март
20	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1-3	апрель
21	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	4-5	апрель
22	Весенний Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени	3-5	Май
23	Туристический поход с проверкой туристических навыков	3-5	июнь

2.2 Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы:

Материально-техническое обеспечение

Спортивные залы, школьный стадион, лыжная база.

Спортивный инвентарь (кольца для баскетбола, мячи баскетбольные, сетки баскетбольные, конусы, маты, скакалки, гимнастические скамейки, шведские стенки, волейбольная сетка, волейбольные мячи, комплекты лыж).

Спортивная форма для занимающихся (костюмы спортивные тренировочные, кроссовки , футболки, майки, шорты, лыжная экипировка).

1.Щиты с кольцами - 2

2. Конусы - 6

3 Секундомер -1

4. Гимнастические скамейки - 2

5. Гимнастические маты - 3

6. Скакалки - 6

7. Мячи набивные различной массы - 3

8. Сетка волейбольная - 1

9. мячи волейбольные -2

10. Мячи баскетбольные - 2

11. Насос ручной - 1

12. Рулетка - 1

13. Мячи для метания - 6

14. Гранаты для метания - 3.

15. Комплект лыж – 23 пары.

Информационное обеспечение

Учебники: А.П. Матвеев «Физическая культура» 5 класс. Москва «Просвещение» 2012г

А.П. Матвеев «Физическая культура» 6-7 класс. Москва «Просвещение» 2019г

А.П. Матвеев «Физическая культура» 8-9 класс. Москва «Просвещение» 2019г

В.И. Лях «Физическая культура» 10-11 кл Москва Просвещение 2020г

В. Панов «Первая книга шахматиста» Москва «ФиС» 2019г

В.Н. Федоров «Развивающие игры на шахматной доске» Кемерово КРИПиПРО 2018г

Кадровое обеспечение: учителя физической культуры*:*

*1.*Руководитель Учитель физической культуры..Первая квалификационная категория. *Образование* Высшее,. *Стаж работы* 27лет.

2.3 Формы аттестации

1. Сдача норм ВФСК «ГТО» 1-5 ступень (получение знака)

2. Участие в творческих конкурсах разного уровня для пропаганды спортивных игры;

3. Матчевые встречи и товарищеские игры с командами аналогичного возраста;.

Система оценки результатов освоения обучения дополнительной общеразвивающей программы являются уровень сформированных знаний, умений, навыков, уровень развития учащихся, включающий индивидуальные качества и личностный рост.

Текущий контроль проводится в течение учебного года в различных формах в спортивных праздниках, конкурсах, соревнованиях разного уровня судейство на соревнованиях.

Итоговая аттестация проводится в конце года. Форма проведения итоговой аттестации - сдача контрольных нормативов ГТО.