

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 70»
Кировского района г. Саратова**

«Рассмотрено» Руководитель ШМО _____/ / Протокол № от « » 202 г.	«Согласовано» Заместитель директора по УР МОУ «СОШ № 70» _____/ Кинсариева А.А./ « » 202 г.	«Утверждаю» Директор МОУ «СОШ № 70» _____/Киселёва Т.И./ Приказ № от « » 202 г.
---	--	--

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол №
от « » 202 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
ШСК
«Лига дружбы»**

Составитель:
учитель физической культуры
Дубкова Е.М.

Срок реализации: 1 год

Пояснительная записка

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Строго объективных критериев, дифференцирующих понятия «болезнь» и «здоровья», пока нет. Существует более 300 определений здоровья. В Уставе Всемирной Организации Здравоохранения здоровье определяется как состояние «полного физического, психического и социального благополучия», а не только как отсутствие болезней и физических недостатков.

Представление о здоровье как триединстве здоровья физического (соматического), психического и духовно – нравственного отражает невозможность сохранить и укрепить здоровье, заботясь только о физическом или только духовном благополучии, необходимость комплексного подхода. «Чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия – постоянные, и значит заменить их ничем нельзя» (Н.Амосов). Лекарства не помогут, если сам человек нарушает нормы здорового образа жизни (ЗОЖ).

Одна из задач педагогов – формирование у школьников системы знаний и убеждений, обеспечивающих духовное отношение к себе, к своему здоровью, к окружающему миру.

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.

Просветительская и мотивационная работа, ориентированная на здоровый образ жизни, направлена на формирование у школьников представления о человеке как о главной ценности общества. Она формирует элементарные представления ребёнка о себе самом, о функциях своего собственного организма, детям даются начальные

представления о здоровье, основных способах закаливания организма, о способах укрепления здоровья средствами физической культуры и спорта.

Стратегическая 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

Тактическая цель: Создание образовательного пространства, способствующего образованию спортивно- массовых групп для профилактики вредных привычек, борьбы с наркоманией, курением, организация совместной деятельности подростков, развитие у них коммуникативных качеств.

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.

Содержание программы:

Содержание программы школьного спортивного клуба

№	Мероприятия	Дата проведения	ответственный
1.	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня: -Обсудить на педагогическом совете порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах. -Проведение бесед в классах о режиме дня школьников.	До начала учебного До 15 сентября	Администрация школы. Кл. рук.
2.	Спортивная работа в классах: -В классах назначить физоргов ответственных за проведение подвижных игр на больших переменах и организующих команды для участия в соревнованиях. -Составить расписание занятий секций, тренировок команд. -Цикл классных часов по здоровому образу жизни.	До 15 сентября	Кл. рук Учителя физ.культуры

	<ul style="list-style-type: none"> -Проветривание классных помещений. - Организация ежедневной влажной уборки. 	ежедневно	
3.	<p>Внеурочная работа в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Осенний и весенний кросс -Легкоатлетическая эстафета -Олимпиада по физической культуре -Весёлые старты (осенние, зимние, весенние) -Лыжня России -Сдача норм ГТО - Шахматные турниры 	В течение года	Учителя физ. культуры Педагоги доп. обр.
4.	<p>Участие в районных соревнованиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Волейбол -Футбол -Лыжные гонки - Соревнования по легкой атлетике 	В течении года	Учителя физ. культуры
5.	<p>Агитация и пропаганда здорового образа жизни:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Конкурсы рисунков 1-4 классов «Мы любим спорт» - Организация цикла бесед и лекций на классных часах по темам «Зарядка в режиме дня школьника», «Что такое гигиена», «Я и моё здоровье» -Выпуск информационного листка спортивных достижений школы. 	Декабрь В течение года	Кл. рук. Учителя физ. культуры
6.	<p>Организация отдыха по месту жительства:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Организация летнего детского оздоровительного лагеря. 	В течении года	Начальник лагеря
7.	<p>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:</p> <ul style="list-style-type: none"> -О здоровье наших детей! (итоги медосмотра, анализ работы за прошлый год) -Тематические родительские собрания -Распорядок дня и двигательный режим школьника -Проведение спортивных мероприятий с участием родителей - Распространение буклетов о здоровом образе жизни 	В течении года	Учителя физ. культуры и кл. рук.
8.	<p>Хозяйственные мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Текущей косметический ремонт спортзала -Текущий ремонт спортивного инвентаря 	Июнь-июль	Учителя физ. культуры Зам.

директора
по АХЧ

**Расписание занятий кружков
школьного спортивного клуба «Лига дружбы»
на 2023 –2024 уч. год**

Название кружка, секции	ФИО руководителя	День проведения	Время проведе ния
«Спортивная гимнастика»	Павлова А.Н.	вторник	14.35- 15.15
«Шахматы»	Маркунов Г.П.	Понедельник Среда Пятница	13.30- 14.15
«ОФП»	Дубкова Е.М.	Вторник Среда	13.30- 14.15 12.35- 13.20

**Календарный план мероприятий школьного
спортивного клуба «Лига дружбы» на 2023-2024
учебный год**

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Спортивное мероприятие: «Веселые старты»	Сентябрь	Дубкова Е.М
2	Легкоатлетическая эстафета, посвященная Дню освобождения Брянщины	Сентябрь	Дубкова Е.М
3	Эстафета «Золотая осень»	Сентябрь	Дубкова Е.М
4	Соревнования по футболу	Октябрь	Дубкова Е.М
5	Веселые старты	Октябрь	Дубкова Е.М
6	Акция «Я выбираю спорт»	Октябрь	Дубкова Е.М
7	Соревнования по мини-футболу	Ноябрь	Дубкова Е.М
8	Шахматный турнир	Ноябрь	Дубкова Е.М
9	Соревнования по волейболу	Декабрь	Дубкова Е.М
10	Зимние «Веселые старты»	Декабрь	Дубкова Е.М
13	Праздники ко Дню защитника Отечества «А ну-ка, мальчики»	До 23 февраля	Дубкова Е.М
14	Лыжня России	Февраль	Дубкова Е.М
15	Конкурс юного стрелка	Февраль	Дубкова Е.М
16	Весёлые старты (девочки)	Март	Дубкова Е.М
17	Товарищеская встреча по волейболу (учителя - учащиеся)	Март	Дубкова Е.М
18	Сдача норм ГТО	Апрель-май	Дубкова Е.М
19	Турнир по шахматам	Апрель	Дубкова Е.М
20	Лџатлетическая эстафета	Май	Дубкова Е.М
21	Веселые старты	Май	Дубкова Е.М
22	Праздник День защиты детей	Июнь	Дубкова Е.М
23	Спортивный праздник ко Дню России	Июнь	Дубкова Е.М
24	Участие в соревнованиях и турнирах	В течение года	Дубкова Е.М

Ожидаемые конечные результаты:

- увеличение количества учащихся, занимающихся в спортивных секциях;

- увеличение количества различных школьных спортивных соревнований для привлечения большего количества разновозрастных участников;
- увеличение % участников в региональных, муниципальных спортивно-массовых мероприятиях;
- повышение качества участия в различных конкурсах, соревнованиях и проектах, в результате которых появится спортивный инвентарь, оборудование, туристское снаряжение для массовых занятий физической культурой и туризмом.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 70"**, Киселёва Татьяна Ивановна,

Директор

14.12.23 09:52 (MSK)

Сертификат B2B5BE29CC468A40A0092920C94536D3