

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЛУЧИСТОВСКАЯ
ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВАСИЛИЯ ЗАХАРОВИЧА СТРОКОВА»
ГОРОДА АЛУШТЫ**

Рассмотрена и принята
на заседании МО учителей
технологии, музыки, ИЗО и
физической культуры

Утверждаю
директор МОУ «Лучистовская
школа им. Героя Советского Союза
В. З. Строкова» г. Алушты
_____ А.Н.Дубчак

Протокол от «___»___2023г. №___

Приказ от «___»___2023г. №___

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
Школьный спортивный клуб «ЛУЧ»
на 2023-2024 учебный год**

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ

Автор-составитель:
Педагог дополнительного
образования МОУ «Лучистовская
школа» города Алушты
Осипов Александр Анатольевич
(без категории) Подпись
_____ Осипов А.А.

Возраст обучающихся: 13-16 лет

№	Уровень освоения и этапы обучения	Срок реализации	Кол-во час. в год
1	Ознакомительный (стартовый) Обучающиеся усваивают необходимый минимум ключевых компетенций, необходимых для освоения программы на более высоком уровне	1 год обуч.	34 ч. (1 ч/нед)
Всего по программе:		1 год	34 ч.

Алушта, 2023

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Школьный спортивный клуб «Луч» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы)»;
-

Направленность (профиль) программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность 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.

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».

Педагогическая целесообразность позволяет нам решить проблему занятости учащихся школы и их родителей в свое свободное время, направляя его на активный отдых. Тем самым мы решаем социальную значимость нашей программы.

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 школе. 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.

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Адресат программы – обучающиеся в возрасте 10-14 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к освоению программы.

Объем и срок освоения программы

На проработку учебного материала отводится 34 часа в год (34 учебных недель). Программа рассчитана на 1 год. Продолжительность занятий определяется с учетом психофизиологического развития и допустимой нагрузки и составляет в академических часах 45 минут.

Уровень программы – ознакомительный (стартовый).

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в группах учащихся одной возрастной категорий; состав групп постоянный.

В основу программы положены базовые блоки:

- историко – культурный ;
- специальная и тактическая подготовка;
- основы первой медицинской помощи.

Наряду с групповыми, коллективными формами работы проводятся индивидуальные занятия с кружковцами согласно действующему Положению о порядке организации индивидуальной и групповой работы во внешкольных учебных заведениях. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

Режим занятий – занятия проводятся 1 раз в неделю. Одно занятие длится 1 академический час (1 академический час – 45 мин).

1.2. Цель и задачи программы

Целью является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Основные задачи программы:

Образовательные

- формировать знания и умения в области ЗОЖ
- обучать правилам организации соревнований, турниров спортивных праздников.

Развивающие

- формировать навыки судейства;
- обеспечить развитие физических качеств, расширить функциональные возможности организма для сдачи норм ВФСК «ГТО»;
- расширить навыки и умения в физкультурно-спортивной деятельности;

Воспитательные

- способствовать воспитанию нравственных и волевых качеств личности учащихся.
- мотивировать всех школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

1.3.

Воспитательный потенциал программы

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии школьника, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

1.4. Содержание программы

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка.	2	2	-	беседа-диалог
1.1	Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности при проведении соревнований. Правила организации и судейства.				
2	<i>Спортивные праздники</i>	10			
2.1	С родителями		-	2	итоговый
2.2	Посвященные значимым датам		-	8	итоговый
3	<i>Соревнования</i>	10			
3.1	Между классами		-	8	итоговый
3.2	С родителями			2	
4	<i>Выполнение норм ВФСК «ГТО»</i>	12	2	10	тестирование
Всего		34	4	30	

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. С родителями.

Практика: «Папа, мама я спортивная семья!», «Сдаем вместе ГТО».

2.2. Посвященные значимым датам.

Практика: «Папа с сыном, великая сила!», «А ну – ка, парни!», «Идет солдат по городу», «Олимпийские состязания», «Фестиваль ГТО», «Веселые старты»

3. Соревнования.

3.1. Между классами.

Практика: Турниры по пионерболу (мальчики, девочки) среди учащихся 2,3,4,5 классов.

Турниры по баскетболу (мальчики, девочки) среди учащихся 5,6,7,8,9 классов.

Турниры по волейболу (мальчики, девочки) среди учащихся 6,7,8,9 классов.

Турниры по волейболу «Микс» среди учащихся 6,7 классов. Турниры по футболу (мальчики) среди учащихся 6,7,8, 9 классов. Турниры по настольному теннису (мальчики, девочки) среди учащихся 4-9 классов.

3.2. С родителями

Практика: Турниры по пионерболу. 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, наклон, подтягивание, отжимание, кросс по пересеченной местности 2,3 км.

1.5.Ожидаемые результаты

Знают

- технику безопасности на соревнованиях по подвижным и спортивным играм;
- простейшие правила подвижных и спортивных игр;
- правила личной гигиены;
- профилактику травматизма;
- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха;

Умеют

- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения для успешной сдачи норм ГТО;
- применять технические элементы подвижных и спортивных игр, использовать их в условиях соревновательной деятельности организации собственного досуга;
- самостоятельно организовать и провести подвижную, спортивную игру по всем правилам;
- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

Владеют

- техникой и тактикой подвижных и спортивных игр;
- навыками судейства подвижных и спортивных игр;

Способы определения их результативности наблюдение, мониторинг общефизических, показателей по нормативам ГТО, успешность игровой деятельности итоги соревнований, турниров, праздников.

РАЗДЕЛ 2

Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Продолжительность учебного года в МОУ «Лучистовская школа»

начало учебного года	конец учебного года	продолжительность учебного года
01 сентября	31 мая	34 недели

Сроки реализации программы

Сроки реализации	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов в год
1 год	01.09.2023 г.	30.05.2024	34	34 часов

Режим занятий. Режим работы в период школьных каникул

Режим занятий	Режим работы в период школьных каникул
Занятия проводятся 1 раз в неделю, их продолжительность составляет 1 академический час.	Занятия проводятся в течение всего года, не включая осенние и весенние каникулы.

2.2. Условия реализации программы

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Материальное оснащение:

- спортивная площадка;
- мячи футбольные (10 шт);
- футбольные мини – ворота;
- спортивная форма для занятий;
- мячи для метания ;
- гимнастические скамейки;
- маты гимнастические;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;
- рулетка;
- канат;
- свисток.

Кадровое обеспечение –Осипов А.А., педагог дополнительного образования.

Методическое обеспечение

Очное обучение по программе предусматривает вариативность как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование личности.

Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Применяются *дидактические материалы*:

- иллюстрации;
- фотографии;
- видео – аудиозаписи;

Программа реализуется в индивидуально-групповой и групповой **формах организации образовательного процесса.**

Используются следующие *педагогические технологии*: технология группового обучения, технология дифференцированного обучения, технология проблемного обучения, технология игровой деятельности, технология развития критического мышления, здоровьесберегающая технология.

Учебные занятия проводятся в форме .

- Лекции;
- Соревнования;
- Индивидуальные занятия;
- Групповые занятия;

Информационное обеспечение

А.П. Матвеев «Физическая культура» 5 класс./ А.П.Матвеев - Москва «Просвещение» 2012г

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

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

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

Алгоритм учебного занятия

№	Этап занятия	Деятельность
1	Организационный	Организация начала занятия, приветствие, создание психологического настроения на занятие и активизация внимания
2	Подготовительный	Разминка
3	Основной	Объяснение теоретического материала Выполнение практических заданий
4	Итоговый	Закрепление пройденного, подведение итогов работы каждого ребёнка
5	Рефлексивный	Самооценка учащимися своей работоспособности, психологического состояния, причин некачественной работы, результативности работы.

2.3. Формы аттестации

Аттестация по программе проходит в форме

- соревнования;
- дружеские встречи;
- участие в спортивных мероприятиях города и школы.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, дневники наблюдения, материал тестирования, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: соревнование.

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога.

1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх./ М.С.Бриль – М.: ФиС, 1980
2. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом./ Г.М.Гагаева – М.: ФиС, 1980
3. Чанади А. Футбол. Техника./А.Чанади – М.: ФиС, 1981
4. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.)/Л.П.Матвеева, А.Новикова – М.: ФиС, 1986
5. Андреев С.Н. Футбол в школе./С.Н.Андреев –М., 1986
6. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. /А.Н.Романенко, М.Е. Догатин– К.: Здоровья, 1984

Список литературы для детей.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов./ Ю.Ф.Буйлин, Ю.Ф.Курамшин - М.: ФиС, 1985
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта./ В.П.Филин, Н.А.Фомин – М.: ФиС, 1980

3. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

3.1. ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

(календарно-тематическое планирование)

ФИО учителя _____

Программа _____

Год обучения _____

Учебный год _____

[illegible]

3.2. Календарно-тематическое планирование

Номер урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			По плану	По факту
Раздел 1	Теоретическая подготовка			
1	Места занятий, оборудование и инвентарь. Техника безопасности при проведении соревнований.	1		
2	Правила организации и судейства	1		
Раздел 2	Спортивные праздники			
3	«Папа, мама я спортивная семья!» 1-4 классы	1		
4	«Папа, мама я спортивная семья!» 5-9 классы	1		
5	«Сдаем вместе ГТО».	1		
6	«Папа с сыном, великая сила»	1		
7	«А ну – ка, парни!»	1		
8	«Идет солдат по городу»	1		
9	«Олимпийские состязания»,	1		
10	«Веселые старты»	1		
Раздел 3	Соревнования			
11	Турнир по пионерболу (мальчики, девочки) среди учащихся 2,3,4,5 классов. Турниры по баскетболу (мальчики, девочки) среди учащихся 5,6,7,8,9 классов. Турниры по волейболу (мальчики, девочки) среди учащихся 6,7,8,9 классы. Турниры по волейболу «Микс» среди учащихся 6,7 классов. Турниры по футболу (мальчики) среди учащихся 6,7,8, 9 классов. Турниры по настольному теннису (мальчики, девочки) среди учащихся 4-9 классов.	1		
12	Турниры по баскетболу (мальчики, девочки) среди учащихся 5,6,7,8,9 классов.	1		
13	Турниры по волейболу (мальчики, девочки) среди учащихся 6,7,8,9 классы.	1		
14	Турниры по волейболу «Микс» среди учащихся 6,7 классов.	1		
15	Турниры по футболу (мальчики) среди учащихся 6,7,8, 9 классов.	1		
16	Турниры по настольному теннису	1		

	(мальчики) среди учащихся 4-9 классов.			
17	Турниры по настольному теннису (девочки) среди учащихся 4-9 классов.	1		
18	Турниры по футболу (девочки) среди учащихся 6,7,8, 9 классов.	1		
19	Турниры по пионерболу.	1		
20	Турниры по настольному теннису.	1		
Раздел 4	Выполнение норм ВФСК «ГТО»			
21	Правила выполнения норм ГТО, виды испытаний, ступени, количество нормативов на знак.	1		
22	Правила выполнения норм ГТО, виды испытаний, ступени, количество нормативов на знак.	1		
23	Бег 30м, 60м, 100м, бег 1, 1,5 2 км, челн. бег 3х10, прыжок с места, метание, пресс, наклон, подтягивание, отжимание, кросс по пересеченной местности 2,3 км.	1		
24	бег 1; 1,5 км	1		
25	Бег 2 км			
26	челн. бег 3х10	1		
27	прыжок с места	1		
28	метание	1		
29	пресс	1		
30	наклон	1		
31	подтягивание	1		
32	отжимание	1		
33	кросс по пересеченной местности 2 км.	1		
34	кросс по пересеченной местности 3 км.	1		