

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Бимская средняя общеобразовательная школа  
Агрызского муниципального района Республики Татарстан**

УТВЕРЖДЕНА  
Методическим советом  
Протокол №1 от «09» октября 2020г.

**ПРОГРАММА**  
дополнительного образования  
«Школьный спортивный клуб «Чолга шўдыр»

**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

Государственный заказчик	
Основные разработчики программы	Куратор ШСК, руководитель совета ШСК «Чолга шўдыр» педагоги – организаторы, учителя физической культуры на основании программы педагога и организатора МБОУ Бимской СОШ.
Основная цель программы	<u>Цель:</u> приобщение подростков и родителей к здоровому образу жизни, через изучение ЗОЖ и пропаганды, через физические упражнения
Основные задачи программы	<u>Для достижения цели определены следующие задачи:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• вовлечение молодёжи в активное занятие физической культурой и спортом;</li><li>• развитие социально и личностно значимых качеств, создавая условия для их проявления в спорте и жизнедеятельности через освоение совокупности правил, норм поведения, обязанностей к самому себе, к другим людям, обществу;</li><li>• распространение опыта работы спортивного клуба через СМИ, педагогические сетевые сообщества, сайт школы, школьную газету;</li><li>• организация соревнований по олимпийским видам спорта, олимпийских уроков, конкурсов знатоков олимпийского движения, турниров.</li><li>• создание информационного имиджа МБОУ « Бимская СОШ» как школы здоровья, добра и радости.</li></ul>
Сроки реализации программы	2020-2025 г.г.
Исполнители программы	МБОУ Бимская СОШ, руководитель ШСК «Чолга шўдыр» составлена для обучающихся 2-11 классов
Объем и источники дополнительного	Источником финансирования программы развития является бюджет образовательного учреждения

финансирования	
Система управления программой и контроль	Контроль за ходом реализации программы осуществляет завуч по ВР Юзыкаева Л.З.
Ожидаемые конечные результаты	<p>В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащихся школы в спортивных секциях с 40 % в 2020году до 80% в 2025году.</p> <p><u>Социальный эффект.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК, в городских, окружных, спортивно-массовых мероприятиях примут участие свыше 131 учащихся нашей школы.</li> <li>• вовлечение трудных детей школы в секции и мероприятия клуба;</li> <li>• вовлечение родителей в физкультурно – массовые мероприятия школы.</li> </ul> <p><u>Образовательный эффект.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Освоение компонентов ключевых (универсальных) компетентностей: знаний умений и навыков;</li> <li>• Развить у учащихся осознанное отношение к вопросам сохранения собственного здоровья;</li> <li>• Выпуск бюллетеней на тему олимпийского образования.</li> <li>• Разработка проектов по каникулярной занятости детей и летнему оздоровительному отдыху.</li> </ul> <p><u>Профессиональный эффект.</u></p> <p>Спортивные успехи – на основе устойчивой мотивации к занятиям избранным видом спорта в контексте учебно-тренировочного процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• победное участие в районных соревнованиях», «Президентские игры» и «Президентские состязания»;</li> <li>• рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне школы, города;</li> <li>• присвоение разрядов лучшим спортсменам школы.</li> <li>• профориентация старшеклассников (выбор педагогических вузов спортивной направленности);</li> </ul> <p>Деятельность совета ШСК и волонтеров из членов клуба позволит пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, поможет узнать историю олимпийские достижения через связь со СМИ, выпуск буклетов, фотогазет, создание и обновление странички «ШСК«Чолга шұдыр» на сайте</p>

### **Актуальность программы.**

Поддержание и укрепление здоровья нации, приобщение к занятиям физической культурой и спортом уже долгое время является одним из приоритетных направлений развития нашей страны. В настоящее время работа в данном направлении ведется с помощью реализации Федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в РФ на 2006 – 2015 годы», целью которой является – создание условий для укрепления здоровья населения путем развития инфраструктуры спорта. Популяризации массового и профессионального спорта и приобщение различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Ни одно другое социальное окружение нашего города не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьника, на развитие олимпийских видов спорта, какое может осуществить школа, которая является местом активной деятельности ребенка на протяжении 11 школьных лет. Именно здесь интенсивно развивается детский организм, происходит формирование здоровья на дальнейшую жизнь, именно здесь появляются новые детские рекорды.

### **Обоснование.**

Приобщение подростков к ценности здорового образа жизни является одной из основных задач ШСК «**Чолга шўдыр**». Именно поэтому наш педагогический коллектив выбрал её основным направлением работы с подрастающим поколением, которые впоследствии смогут показать пример здорового образа жизни в нашем городе.

Здоровье надо не беречь, а укреплять и преумножать, а это возможно лишь при здоровом образе жизни и активном занятии физической культурой.

Для занятий созданы все условия: действуют современные спортивный и тренажерный залы, благоустроена пришкольная спортивная площадка.

Территории спортивных залов распределены на несколько игровых зон: для игры в баскетбол и футбол. Для спортивного инвентаря созданы снарядные комнаты. Спортивный зал предназначен не только для урочной и внеурочной деятельности, но и для проведения праздников и соревнований муниципального уровня.

Для достижения хороших спортивных результатов применяются и ресурсы тренажерного зала, который оснащен велотренажером, силовыми и гребными спортивными установками, набором для настольного тенниса. Занятия в тренажерном зале способствуют формированию у детей и взрослых положительного отношения к организации досуга, потребности в постоянных занятиях физкультурой и спортивными видами спорта.

#### **В школе богатые спортивные традиции:**

- ежегодно проводятся Дни Здоровья, целью которых является популяризация ЗОЖ, организация активного здорового отдыха, основанного на традициях марийского народа;
- спортивно-массовые мероприятия, туристические выходы детей, организованные совместно с родителями; соревнования команд: «Веселые старты», «Королева спорта» и «Папа, мама, я – дружная семья»;
- на протяжении многих лет, наша школа является победителем районной Спартакиады школьников и призером соревнований по многим видам спорта;
- организация плановой внеклассной работы по физической культуре через работу спортивных секций («волейбол», «баскетбол», «стрелок», «туризм», «шахматы», «атлетическая гимнастика»);

- участие в районных военно-патриотических мероприятиях в рамках проекта «Школа безопасности»;
- участие в соревнованиях ШБЛ КЭС-БАСКЕТ.

С учётом данных обстоятельств, администрация МБОУ Бимская СОШ считает наиболее соответствующей требованиям современности идею создания школьного спортивного клуба.

### **Основное содержание программы.**

Программа ШСК «Чолга шўдыр» разработана на основании документов, составляющих нормативно-правовую базу для создания и организации деятельности физкультурно - спортивных клубов:

1. Закон «Об образовании» РФ
2. «Методические рекомендации по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов в образовательных учреждениях», утверждённых приказом Министерством образования и науки РФ от 10.08.2011г.
3. Программа «Школа- территория здоровья»
4. «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года».

### **Программа развития образования разработана на основе принципов:**

- целостности и системности предполагаемых изменений;
- открытости образовательной системы.

ШСК «Чолга шўдыр» как структурное подразделение школы создан на основании приказа директора школы и функционирует в соответствии с Уставом школы и положением о спортивном клубе, утверждённым директором школы.

Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность совместно с Управляющим советом, родительским комитетом и педагогическим советом школы

### **Условия для создания школы юных олимпийцев**

Кадровое	Материально - техническое	Финансовое	Нормативно - правовое (локальные акты)
- В состав Совета ШСК входят: - куратор клуба (заместитель директора по учебно-воспитательной работе); - председатель совета ШСК; - учителя физической культуры; - представители общественности	Используются ресурсы: - тренажёрного зала; - спортивного зала; - пришкольные спортивные площадки; - спортивное оборудование; - площадка для проведения уроков на открытом воздухе;	- занятия в спортивном клубе осуществляются педагогами в пределах бюджетного финансирования; - привлекаются дополнительные финансовые средства за счет предоставления платных дополнительных услуг; - целевые спонсорские средства; - благотворительные пожертвования юридических и	1.Приказ №.... от 01.09.201.. «Об открытии школьного клуба» 2.Приказ об утверждении положения ..... 3.Должностные обязанности руководителя ШСК, 4.Положение о школьном спортивном клубе МБОУ Бимской СОШ

		физических лиц.	5. План работы ШСК на 2015 - 2020 уч. год 6. Программа ШСК « <b>Чолга шўдыр</b> » разработана на основе Программы МБОУ Бимская СОШ 7. Программы по баскетболу, волейболу, атлетической гимнастике.
--	--	-----------------	--

### Этапы реализации программы

Реализация программы строится на основе 3-х этапов:

**I этап** – подготовительный - 2020-2021 г.г. ШСК «**Чолга шўдыр**» – открывает двери»;

**II этап** – системообразующий - 2021-2022 г.г. «На старт, внимание, марш!»;

**III этап** – заключительный – 2023- 2025 г. «Только вперед».

### Основные формы организации и виды деятельности

- работа с большой аудиторией – соревновательная деятельность различного содержания и уровня; беседа; встречи с ветеранами спорта, именитыми спортсменами города; спортивные комплексы, походы;
- работа в классах (малых – до 5 участников, средних – до 12 участников) – творческие конкурсы (рисунков, плакатов, кроссвордов, выпуск «горячих листовок», стихи и др.); игры (коммуникативные, сюжетно-ролевые,);
- командная деятельность – соревнования и состязания в рамках содержания программы.
- учебная деятельность: учебный план предусматривает также введение элективного курса для обучающихся 9 классов, 3-х часов занятий по физической культуре в 1-11 классах.
- 

### Разработка модулей по олимпийской тематике :

1. Герои российского спорта.
2. Олимпийские талисманы.
3. Олимпийские столицы.
4. Развитие олимпийского движения в России.
5. Олимпийские виды спорта

### Включение олимпийской тематики в содержание урока физкультуры:

- «Легенды и мифы Греции о зарождении олимпийских игр»
- «Олимпийские и неолимпийские виды спорта»
- «Олимпийская азбука. Необычные истории с обычными прыжками»
- «Олимпийские игры: прошлое, настоящее, будущее»
- «Олимпийские символы»
- «Бег вчера и сегодня»
- «Знаменитые олимпийские чемпионы и их спортивные достижения в лёгкой атлетике»
- «Лыжный спорт. Из истории»

## Примерная тематика классных часов по ЗОЖ

### **1 класс**

- Режим дня
- Уход за зубами
- Забота о глазах
- В гостях у Мойдодыра
- Один дома
- Игры и игрушки.
- Жадность и жадины.
- Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.

### **2 класс**

- Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.
- Правильное питание
- О витаминах
- Правильная осанка
- Пожарная безопасность в школе и дома
- Безопасность в доме
- Падение с высоты. Опасность открытого окна, катания на перилах и т.д.
- Правила безопасности при катании на велосипеде
- Что делать если не хочется идти в школу.
- Мы пришли во владения природы

### **3 класс**

- Как предостеречь себя от вредных привычек.
- Кто нас лечит?
- Прививки от болезней.
- Что нужно знать о лекарствах
- Осторожно - электричество
- Правила поведения на воде
- Осторожно – лед. Правила поведения на льду
- Почему мы часто говорим неправду?
- Надо уметь сдерживать себя.
- Правила поведения за столом

### **4 класс**

- Утомление и переутомление.
- Учимся отдыхать

### **6 класс**

- От чего зависит рост и развитие организма.
- Физические особенности развития мальчика и девочки.
- Твоя нервная система
- Утомление и переутомление.
- Я - дома, я - в школе, я - среди друзей.
- Иметь своё мнение – это важно?!
- Нехорошие слова.
- Обычаи и традиции народов мира.
- Мир энциклопедий.

### **7 класс**

- Питание и восстановление.
- Пищевые добавки и витамины
- Стрессы и их влияние на здоровье.
- Правильное дыхание.
- Привычки и здоровье
- Токсичные вещества и ПАВ
- Умение управлять собой
- Ответственность и безответственность. Что прячется за этими словами?
- Компьютер в жизни человека.

### **8 класс**

- Мальчик или мужчина
- Великий женский секрет
- Эмоции и двигательная активность.
- Как развивать свой интеллект?
- Здоровый образ жизни - главное условие профилактики возникновения вредных привычек
- Портрет друга, которого я хотел бы иметь
- Люди, на которых хотелось бы быть похожим.
- Что меня радует и огорчает в школе.
- Страна, в которой мне хотелось бы жить.

- Нет терроризму

### **9 класс**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Как сделать сон полезным.</li> <li>• Движение – это жизнь</li> <li>• Как организовать свой отдых после уроков. Ожоги.</li> <li>Опасность при пользовании пиротехническими средствами</li> <li>• Укусы зверей, змей, насекомых</li> <li>• Оказание первой помощи при простых травмах</li> <li>• Мой компьютер – плюсы и минусы.</li> <li>• Почему мы часто не слушаем родителей?</li> <li>• Как следует относиться к наказаниям.</li> <li>• Культура поведения</li> <li><b>5 класс</b></li> <li>• Принципы рационального питания.</li> <li>• Здоровые привычки - здоровый образ жизни</li> <li>• Тренировка памяти.</li> <li>• Память и обучение.</li> <li>• Чем заняться после школы.</li> <li>• Как выбирать себе друзей.</li> <li>• Памятные даты моей семьи.</li> <li>• Газеты и журналы моей семьи.</li> <li>• Профессии милосердия и добра.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона»</li> <li>• Никотин, алкоголь, наркотики.</li> <li>• Питание и здоровье.</li> <li>• Кризисные состояния у подростков</li> <li>• "Экзамены без стресса".</li> <li>• Чувство взрослости. Что такое?</li> <li>• Я имею право на ...</li> <li>• Пивной алкоголизм – беда молодых</li> <li>• Выбор дальнейшего пути: «За» и «Против».</li> <li>• <b>10 класс</b></li> <li>• Профилактика и преодоление вредных привычек.</li> <li>• Гипертония.</li> <li>• "Внимание, СПИД!".</li> <li>• Влюбленность.</li> <li>• Компания в жизни старшеклассника.</li> <li>• Прекрасное и безобразное в нашей жизни</li> <li>• <b>11 класс</b></li> <li>• Лекарственные вещества и рекомендации по их приему.</li> <li>• Пивной алкоголизм - беда молодых</li> <li>• Как подготовиться себя к будущим экзаменам?</li> <li>• Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?</li> <li>• Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона»</li> </ul>
--	--

В системе дополнительного образования реализуются следующие программы спортивно - оздоровительной направленности: (мини-футбол, баскетбол, волейбол, общая физическая подготовка). Во внеурочной деятельности реализуются программы «Русские народные игры», «Марийские народные игры» «Подвижные игры».

#### **Финансовое обеспечение программы:**

МБОУ «Бимская СОШ» гарантирует клубу содействие в материально – техническом обеспечении и оснащении образовательного процесса, оборудовании помещений клуба в соответствии с государственными и местными нормами и требованиями.

#### **Методическое обеспечение программы**

- «Стратегии развития физической культуры и спорта 2009-2020»
- «Национальная доктрина образования и дополнительного образования»