




МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ГАОУ ТО «Гимназия российской культуры»

| | | |
|--|---|--|
| <p>Согласовано на заседании Педагогического Совета ГАОУ ТО Гимназии русской культуры</p> <p>Протокол № 1 от «28» августа 2023 г.</p> | <p>Согласовано Заместитель директора по ВР  Викулова О.С. «28» августа 2023 г.</p> | <p>Утверждаю Директор гимназии  Э.В. Загвязинская Приказ № 261-од от «30» августа 2023 г.</p>  |
|--|---|--|

Рабочая программа
школьного спортивного клуба
«Быстрее! Выше! Сильнее!»

Тюмень, 2023 г.

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

| | |
|--|--|
| Основные разработчики программы | О.С. Викулова. заместитель директора по ВР и педагог по физической культуре С.Х. Сандова |
| Основная цель программы | Цель: приобщение подростков и родителей к здоровому образу жизни, через изучение и пропаганду ЗОЖ, через занятия в секциях дополнительного образования и внеурочной деятельности, участие в спортивных соревнованиях. |
| Основные задачи программы | <p>Для достижения цели определены следующие задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ вовлечение молодёжи в активное занятие физической культурой и спортом; ➤ 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; ➤ распространение опыта работы спортивного клуба через СМИ, педагогические сетевые сообщества, сайт школы. ➤ организация соревнований по олимпийским видам спорта, олимпийских уроков, конкурсов знатоков олимпийского движения, турниров, олимпиад сдача норм ВФСК ГТО. ➤ создание информационного имиджа ГАОУ ТО "Гимназия российской культуры" как школы спорта, здоровья, добра и радости. |
| Сроки реализации программы | 2022-2025 г.г. |
| Исполнители программы | ГАОУ ТО "Гимназия российской культуры", руководитель ШСК С.Х. Сандова и обучающиеся 1-11 классов, родители (законные представители). |
| Объем и источники дополнительного финансирования | Источником финансирования программы развития является бюджет образовательного учреждения |
| Система управления программой и контроль | Контроль за ходом реализации программы осуществляет заместитель директора по ВР О. С. Викулова |
| Ожидаемые конечные результаты | <p>В результате реализации программы увеличится число систематически занимающихся учащихся гимназии в спортивных секциях, увеличится число обучающихся, участвующих в соревнованиях и сдающих нормы ГТО.</p> <p>Социальный аспект.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ привлечение родителей к сотрудничеству в ШСК; ➤ увеличение количества обучающихся участвующих в школьных в городских, региональных спортивно-массовых мероприятиях; ➤ вовлечение обучающихся, состоящих на профилактических учётах в секции и мероприятия клуба; ➤ вовлечение родителей в физкультурно – массовые мероприятия гимназии. <p>Образовательный аспект</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Освоение компонентов ключевых (универсальных) компетентностей: знаний умений и навыков; ➤ Развитие у учащихся осознанное отношение к вопросам сохранения собственного здоровья; ➤ Разработка и реализация образовательных проектов по физической культуре и спорту. <p>Профессиональный аспект</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ результативное участие в спартакиаде школьников в различных видах состязаний, городских соревнованиях, |

| | |
|--|---|
| | <p>«Перестрелка», в фестивалях «ГТО».</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ рост показателей спортивных достижений учащихся на уровне гимназии, города, области, России. ➤ присвоение разрядов лучшим спортсменам школы. ➤ профориентация старшекласников (выбор педагогических вузов спортивной направленности); <p>Деятельность Совета ШСК и волонтеров из членов клуба позволит сдавать нормы ГТО, пропагандировать здоровый образ жизни, профилактику вредных привычек, поможет узнать историю олимпийские достижения через связь со СМИ, выпуск буклетов, фотогазет, создание и обновление странички «ШСК» 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. На формирование здоровой личности школьника и модели его образа жизни, оказывают влияние и семья и 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 «Будь здоров». 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 приумножать, а это возможно лишь при здоровом образе жизни и активном занятии физической культурой.

Для занятий спортом в гимназии имеются необходимые условия: действуют спортивный зал, лыжная база, хоккейный корт, пришкольная спортивная площадка, спортивные тренажеры.

В гимназии сложились свои традиции:

- ежегодно проводятся Дни Здоровья, целью которых является популяризация ЗОЖ, организация активного здорового отдыха.
- спортивно-массовые мероприятия, туристические выходы детей, организованные совместно с родителями; соревнования команд: «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья»;
- на протяжении многих лет, гимназия занимает призовые места на городском, региональном уровнях
- организация плановой внеклассной работы по физической культуре через работу спортивных секций внеурочной деятельности и дополнительного образования.
- участие в соревнованиях на различных уровнях.

Основное содержание программы

Программа ШСК «Быстрее! Выше! Сильнее!» разработана на основании документов, составляющих нормативно-правовую базу для создания и организации деятельности физкультурно-спортивных клубов:

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ 273-ФЗ от 29.12.2012»;
2. Указ Президента РФ № 599 от 07.05.2012 г. "О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки";
3. Государственная программа РФ "Развитие физической культуры и спорта", утверждённая постановлением Правительства Российской Федерации от 15 апреля 2014 г № 302
4. Поручение Правительства Российской Федерации от 10 декабря 2014 года АД-П-12-197 пр.

Программа разработана на основе принципов:

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

ШСК «Быстрее! Выше! Сильнее!», как структурное подразделение, создан на основании приказа директора гимназии и функционирует в соответствии с Уставом гимназии и Положением о спортивном клубе, утверждённым директором гимназии.

Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность совместно с родительским комитетом и педагогическим советом гимназии.

Условия для создания ШСК

| Кадровое | Материально-техническое | Финансовое | Нормативно-правовое (локальные акты) |
|---|---|--|--|
| В состав Совета ШСК входят: –руководитель ШСК; –учителя физической культуры; –представители общественности; –педагоги дополнительного образования | Используются ресурсы: – спортивного зала; – пришкольная спортивная площадка; – спортивное оборудование; – хоккейный корт; – лыжная база. | –занятия в спортивном клубе осуществляются педагогами в пределах бюджетного финансирования; целевые спонсорские средства; –благотворительные пожертвования юридических и физических лиц. | 1. Приказ № 181-од от 29.12.2016 г. «Об открытии школьного клуба» 2. Приказ об утверждении положения 3. Должностные обязанности руководителя ШСК, 4. Положение о школьном спортивном клубе 5. План работы ШСК на текущий учебный год 6. Программы по действующим секциям. |

Этапы реализации программы

Реализация программы строится на основе 3-х этапов:

I этап – подготовительный - 2022-2023 г.г.

II этап – системообразующий - 2023-2024 г.г.

III этап – заключительный – 2024-2025г.г.

Приоритетные направления деятельности

| Этапы деятельности | Виды деятельности. Индикаторы | |
|--|--|--|
| I этап – подготовительный - 2022-2023 г.г. | | |
| Информационно-агитационная деятельность: ШСК «Будь здоров» | | |
| Анализ исходной ситуации. | Кадровое и финансовое обеспечение. Наличие в клубе спортивного инвентаря, спортивных залов, спортивных площадок и т.д. | Наличие спортивного инвентаря и оборудования |
| Анкетирование детей | Мониторинг физического развития по основным физическим параметрам; психолого-педагогический мониторинг самочувствия и утомляемости учащихся (психофизиологический тест); тест «Я выбираю здоровье» | Диаграммы, инф карты |
| Проведение PR-кампании | Агитационная работа в средствах массовой информации по популяризации ШСК, по вовлечению обучающихся к занятиям спортом. Оформление буклетов по ЗОЖ тематике. | |
| Организационная деятельность: | | |
| Организация детско-взрослого самоуправления (заседаний совета ШСК) | Создание физкультурно-спортивного совета среди учащихся, родителей и общественности Утверждение документов на Педагогическом совете школы. Планирование, организация и проведение мероприятий | Работа творческой группы по созданию клуба. Создание нормативной базы: Приказ о назначении руководителя клуба, о совете клуба, об утверждении плана работы. Положения, расписание спортивных секций, работы спортивных залов и площадки; должностные обязанности руководителя и педагогов, план работы ШСК; Создание направления ШСК «Быстрее! Выше! Сильнее!» протоколы заседаний Совета клуба. Отчеты о проведении мероприятий. |
| Создание символики ШСК. | Конкурс на название ШСК, эмблемы и девиза, сбор предложений по организации физкультурно-массовых мероприятий. Приобретение спортивной формы с логотипом ШСК | Атрибутика ШСК, форма |
| II этап – системообразующий - 2023-2024 уч.г.г. | | |
| Социально-значимая физкультурно-спортивная деятельность: | | |
| Торжественное открытие Школьного спортивного клуба | Праздник ЗОЖ | План проведения, приказ |

| | | |
|--|---|---|
| Организация физкультурно-массовых мероприятий | Проведение физкультурно-массовых мероприятий: Спартакиады, предметные недели, спортивные часы, Дни здоровья и отдыха, турниры, акции. | Создание видео роликов, публикации в СМИ |
| Организация занятий по интересам, возрастам, уровню физической подготовленности. | Количество детей, занимающихся постоянно в спортивных секциях ШСК. | Не менее 50% от числа обучающихся школы. |
| Реализация спортивно-оздоровительных проектов: ЗОЖ | Занятость в клубе детей и взрослых | Фото- и видеоальбомы, видеоролики, публикации в СМИ |
| Летняя спортивно-оздоровительная площадка. | Проведение физкультурно-массовых мероприятий, веселые старты, дни здоровья, походов, экскурсий. | |
| III этап – заключительный – 2024-2025 г. | | |
| Увеличение количества детей, ведущих здоровый образ жизни, занимающихся спортом; уменьшение количества детей, имеющих вредные привычки; повышение уровня профилактической работы по предупреждению вредных привычек. | Мониторинги, анкетирования | Результаты анкетирования информация и диагностические карты |
| Накопление и обобщение накопленного опыта по деятельности клуба | Выступление на заседаниях ГМО классных руководителей, педагогических совещаниях. | Протоколы, тексты выступлений. |
| Участие в проектах и конкурсах | Фестивали ВФСК ГТО, олимпиады. | Дипломы, публикации в СМИ, фото и видео материалы |

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 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 2 часа занятий по физической культуре в 1-11 классах.

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
- Как сделать сон полезным.
- Движение – это жизнь
- Как организовать свой отдых после уроков. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами
- Укусы зверей, змей, насекомых
- Оказание первой помощи при простых травмах
- Мой компьютер – плюсы и минусы.
- Почему мы часто не слушаем

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
- "Подарок из Швеции?"

9 класс

- Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона»
- Никотин, алкоголь, наркотики.
- Питание и здоровье.
- Кризисные состояния у подростков
- "Экзамены без стресса".
- Чувство взрослости. Что такое?
- Я имею право на ...
- Пивной алкоголизм – беда молодых
- Выбор дальнейшего пути: «За» и «Против».

10 класс

- Профилактика и преодоление вредных привычек.

- родителей?
- Как следует относиться к наказаниям.
- Культура поведения
- 5 класс**
- Принципы рационального питания.
- Здоровые привычки - здоровый образ жизни
- Тренировка памяти.
- Память и обучение.
- Чем заняться после школы.
- Как выбирать себе друзей.
- Памятные даты моей семьи.
- Газеты и журналы моей семьи.
- Профессии милосердия и добра.

- Гипертония.
- "Внимание, СПИД!".
- Влюбленность.
- Компания в жизни старшеклассника.
- Прекрасное и безобразное в нашей жизни
- 11 класс**
- Лекарственные вещества и рекомендации по их приему.
- Пивной алкоголизм - беда молодых
- Как подготовиться к будущим экзаменам?
- Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?
- Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона»

Финансовое обеспечение программы:

ГАОУ ТО "Гимназия российской культуры" гарантирует клубу содействие в материально-техническом обеспечении и оснащении образовательного процесса, оборудовании помещений клуба в соответствии с государственными и местными нормами и требованиями.