



бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №4»
г. Калачинска Омской области

Рассмотрено
Заместитель директора по ВР:

 Лаврова Е.И.
«29» августа 2016г.

Утверждаю
Директор школы:

 Страздина Е.А.
«31» 08 августа 2016г.



**Программа
дополнительного образования
школьного спортивного клуба
"Дрим - Тим"
2 года обучения
9-17 лет
спортивной направленности**

Составитель:
Стецун Ю.В.,
учитель физической культуры

1.1 Пояснительная записка

Программа клуба «Дрим – Тим» для учащихся 9-17 лет разработана с учетом следующих нормативных документов:

- Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 "О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей"

Здоровье детей, подростков, молодежи – важный показатель качества жизни общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и формирующий ее развитие в будущем. Сегодня безопасность страны, политическая стабильность и экономическое благополучие находятся в тесной связи с потенциалом здоровья подрастающего поколения. По мнению большинства исследователей данной проблемы, ситуация в современной России вызывает большую тревогу.

В жизни современного общества наблюдаются негативные явления: распространение алкоголизма, наркомании, табакокурения в среде взрослого населения, снижается возраст приобщения детей и подростков к вредным привычкам. Малоподвижный образ жизни и детей и родителей, игнорирование элементарных правил гигиены, низкий процент детей, находящихся на грудном вскармливании, неправильное питание, неумение организовать свой режим дня, недостаток положительных эмоций – все это не способствует укреплению здоровья учащихся.

Складывается противоречивая ситуация – с одной стороны обществу нужны не только грамотные, но и здоровые люди, а социальные привычки и стереотипы, сложившиеся в последние годы препятствуют сохранению и укреплению здоровья.

1.2. Основная цель кружка

Главной целью является организация и проведение спортивно-массовой работы в школе во внеурочное время.

Задачи:

1. активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы
2. укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся общеобразовательных школ на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей;
3. закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;
4. воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;
5. привлечение к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей учащихся школы;
6. профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.

1.3. Ожидаемые результаты

Личностные результаты

- Воспитание российской гражданской идентичности; патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- Воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Метапредметные результаты

- * умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных задач; «умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией»;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с руководителем отряда и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

1.4. Содержание дополнительной образовательной программы

Основными функциями спортивного клуба являются:

- обеспечение систематического проведения, не менее 2-3 раз в неделю, внеклассных физкультурно-спортивных мероприятий с учащимися;
- проведение внутришкольных соревнований, товарищеских спортивных встреч между классами и другими школами;
- организация участия в соревнованиях, проводимых органами управления образования;
- проведение спортивных праздников, показательных выступлений ведущих спортсменов школы, района, города;
- проведение широкой пропаганды физической культуры и спорта в школе;
- расширение и укрепление материально-технической базы школы (оборудование школьных спортивных сооружений и уход за ними, ремонт спортивного инвентаря);
- формирование сборных команд образовательного учреждения для участия в соревнованиях более высокого ранга (городские, районные и краевые соревнования)

Обязанности членов спортивного клуба школы

Члены спортивного клуба школы обязаны:

- посещать спортивные секции по избранному виду спорта;
- принимать активное участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях школы;
- соблюдать рекомендации школьного врача по вопросам самоконтроля и соблюдения правил личной гигиены;
- ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;
- способствовать укреплению материально-спортивной базы школы;

Члены спортивного клуба имеют право совмещать посещение секций по различным видам спорта в случае успешной учебы в школе.

1.5. Направления деятельности спортивного клуба.

направление	содержание	индикаторы
1. Организационное	Анализ исходной ситуации; создание физкультурного актива учащихся; создание символики: девиз, эмблема, название; организация спортивных секций и др.	Наличие материально-технической базы приказ о назначении руководителя клуба, разработка Положения о спортивном клубе, планирование и организация работы клуба создание дополнительных образовательных программ спортивно-оздоровительной направленности.
2. Спортивно-массовое	Деятельность Совета клуба; вовлечение всех участников образовательного процесса в спортивно-оздоровительную деятельность; взаимодействие с другими структурами по вопросам спортивно-оздоровительной деятельности	Протоколы заседаний Совета клуба; Отчеты о проведении спортивных мероприятий; Фотоматериалы о спортивных соревнованиях Информация на школьном сайте
3.	Распространение знаний о здоровом образе	Размещение фото лучших спортсменов

Пропагандистское	жизни; стимулирование обучающихся к занятиям физкультурой и спортом; формирование уважительного отношения к спортивным традициям, выдающимся спортсменам.	на стенде «Гордость школы»; Бюллетени, рисунки, плакаты, коллажи о ЗОЖ; Сочинения, рефераты, презентации о знаменитых спортсменах; Конкурсы «Спортсмен года», «Самый спортивный класс»
4.Финансово хозяйственное	- Приобретение спортивного инвентаря; приобретение призов и наградных материалов; оформление стендов; ремонт спортивного зала, обустройство спортивных сооружений на территории школы.	Заявки на приобретение спортивного оборудования

1.6. Ожидаемые результаты деятельности.

Образовательные – рост общефизической подготовки обучающихся;

- разнообразие спортивной деятельности во внеурочное время;
- рост показателей спортивных достижений обучающихся;
- ориентация выпускников на поступление в педагогические учебные заведения спортивной направленности;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;

Социальные

- вовлечение родителей в физкультурно-оздоровительную деятельность ОУ;
- активное сотрудничество с различными учреждениями и организациями по вопросам спортивно-оздоровительной деятельности.

Программа рассчитана на 136 часов в год с проведением занятий 4 раза в неделю, продолжительность занятия 45 минут. Содержание программы отвечает требованию к организации внеурочной деятельности.

2.1. Календарно – учебный график 1 год бучения – 2 часа в неделю

Номер	Тема урока	Количество Часов	
		Аудиторная	Внеауди торная
1	Волейбол « Теория»	8	
	-Основы знаний. Техника безопасности. Олимпийское движение. Режим дня. Здоровый образ жизни. Вредные привычки Гигиена. Профилактика травматизма	2	
	- Организация и правила соревнований по волейболу	1	
	- Теоретические знания по спортивным играм	1	
	- История развития волейбола в мире	1	
	- Развитие волейбола в России	1	
	- Выдающие игроки как в России, так и в мире.	1	
	- Умение оказание доврачебной помощи.	1	
2	Практическая деятельность - технические действия в волейболе		24
	- Перемещение ,стойка игрока, остановки, прыжки		2
	- Обучение верхнего приема мяча в парах на месте.		3
	- Обучение верхнего приема в парах в движении		2
	- Обучение верхнего приема через вол.сетку.		2
	-Овладение техникой нижнего приема в парах на месте		3
	- Овладение техникой нижнего приема в парах и в движении		2
	- Овладение техникой игры в парах через сетку		3
	- Овладение техникой нижней подачи в парах, через сетку с 3-9 шагов		
	- Овладение техникой прямой верхней подачи с 3-9 шагов		3
	-Овладение техникой нападающего удара по прямой, диагонали с места и с разбега.		4
	3	Тактика игры	
-Взаимодействие игроков в расстановке, понятия либеро, диагональный, связующий			4
- Понятие о защите углом вперед и углом назад			4
- Комбинаций крест, волна			4
- Игра 6х6, 3х3, 4х4			4
- Взаимодействие игроков нападения и защиты.			4
4	Соревновательный цикл.		16
	-Товарищеские встречи		4
	- Контрольные игры		2
	- Календарные игры		6
	- Контрольные испытания		4

2год бучения – 2 часа в неделю

Номер	Тема урока	Количество часов	
		Аудиторная	Внеаудиторная
1	Волейбол « Теория»	8	
	- Основы знаний. Техника безопасности. Олимпийское движение. Режим дня. Здоровый образ жизни. Вредные привычки Гигиена. Профилактика травматизма	2	
	- Организация и правила соревнований по волейболу	1	
	- Теоретические знания по спортивным играм	1	
	- История развития волейбола в мире	1	
	- Развитие волейбола в России	1	
	- Выдающие игроки как в России, так и в мире.	1	
	- Умение оказание доврачебной помощи.	1	
2	Практическая деятельность - технические действия в волейболе		24
	- ОФП « бег, различные виды перемещения, остановки, выпрыгивание, доставание высоких предметов в прыжках»		3
	- СФП « различные виды прыжков- вдоль сетки с блокированием, доставанием щита, кольца		3
	- ТТД « овладения техникой верхнего и нижнего приемов мяча»		3
	- Овладения техникой подачи мяча « верхней прямой и нижней боковой»		6
	- Овладение техникой одиночного блокирования и группового		6
	- Овладение техникой нападающего удара по прямой и диагонали		6
3	Тактическая подготовка		16
	- Мини-волейбол 3х3, 4х4		3
	- Игра в полных составах 6х6		3
	- Взаимодействие игроков в защите и нападении		3
	- Взаимодействие игроков в расстановке, понятия либеро, диагональный, связующий.		3
	- Понятие о защите углом вперед и углом назад		2
- Комбинации крест , волна.		2	
4	Соревновательный цикл.		16
	- Товарищеские встречи		4
	- Контрольные игры		2
	- Календарные игры		6
	- Контрольные испытания		4

2.2. Условия реализации программы

1. Спортивный зал
2. Гимнастический зал
3. Тренажерный зал
4. Спортивная площадка

2.3. Формы аттестации

1. Участие в соревнованиях

2.4. Оценочные материалы

1. Тесты
2. Зачеты

2.5. Методические материалы

Основная литература

1. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. М. «Просвещение», 2007.
2. Настольная книга учителя физкультуры: Справ.-метод, пособие. Астрель», 2003.
3. Спортивные игры для детей. М.: ТЦ Сфера. 2002.