

Утверждено
приказом по ТОГБОУ
«Красносвободненская
санаторная школа-интернат»
от 05.07.2022 № 437



**Программа школьного спортивного
клуба «Red Freedom»
ТОГБОУ «Красносвободненская санаторная школа-интернат»**

Сроки реализации: 2022 – 2025 гг.

Составители: Н.В. Липунцова,
заместитель директора по ВР;
С.А. Татаринцев, руководитель ШСК

г. Тамбов, 2022 год

Паспорт программы

Основные разработчики программы	Руководитель, члены школьного спортивного клуба, заместитель директора по воспитательной работе
Цели	Средствами физической культуры способствовать укреплению здоровья детей и подростков.
Основные задачи программы	• 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 обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья. • Поощрение обучающихся, добившихся высоких результатов в физкультурно-спортивной работе. • Осуществление профилактики асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры. • Организация взаимодействия с другими образовательными учреждениями, учреждениями физкультуры и спорта, общественными организациями.
Сроки реализации программы	2022-2025 гг.
Исполнители программы	ТОГБОУ «Красносвободненская санаторная школа-интернат»
Система управления программой и контроль	Контроль за ходом реализации программы осуществляет администрация ТОГБОУ «Красносвободненская санаторная школа-интернат»
Ожидаемые результаты	• увеличение числа систематически занимающихся обучающихся школы в спортивных секциях; • увеличение количества различных школьных спортивных соревнований, для привлечения

	большого количества разновозрастных участников; • увеличение количества участников в региональных, областных спортивно-массовых мероприятиях; • осознание обучающимися ценности здорового образа жизни и применение этих знаний на практике.
--	--

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. Популяризации массового и профессионального спорта и приобщение различных слоев общества к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Ни одно другое социальное окружение нашего села не может оказать такого воздействия на формирование здоровой личности школьника, какое может осуществить школа, которая является местом активной деятельности ребенка на протяжении 9 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 «Red Freedom». Именно поэтому наш педагогический коллектив выбрал её основным направлением работы с подрастающим поколением, которые впоследствии смогут показать пример здорового образа жизни в нашем селе.

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

Для занятий действует благоустроенная пришкольная спортивная площадка, а также спортзал.

Цель: приобщение подростков и родителей к здоровому образу жизни, через изучение ЗОЖ и пропаганды, через физические упражнения

Для достижения цели определены следующие **задачи:**

- 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 сайт школы;

- организация соревнований по олимпийским видам спорта, конкурсов знатоков олимпийского движения, турниров.

I ЭТАП 2022-2023 учебный год

Задачи:

- Подбор и изучение методической литературы.
- Изучение опыта работы других школьных спортивных клубов.
- Развитие материальной базы.
- Определение уровня физической подготовленности обучающихся с 1 по 9 класс.

II ЭТАП 2023 - 2024 учебный год

Задачи:

- • Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
- • Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- • Увеличение количества спортивных секций.
- •

III ЭТАП 2024 - 2025 учебный год

Задачи:

- Расширение материально-технической базы для занятий физической культурой.
- Создание целостной системы физкультурно-оздоровительной работы в школе.
- Анализ программы развития школьного спортивного клуба. Проблемы и их решения.
- Обработка данных, составление организационно-методических указаний при использовании программы.

Направления деятельности

Этапы деятельности	Организационная деятельность
Анализ исходной ситуации.	Кадровое и финансовое обеспечение. Наличие в клубе спортивного инвентаря, спортивных площадок.
Анкетирование детей	- Мониторинг физического развития по основным физическим параметрам; - психолого-педагогический мониторинг самочувствия и утомляемости обучающихся (психофизиологический тест); тест «Я выбираю здоровье»
Создание школьной спортивной «Радиоволны»	Агитационная работа в средствах массовой информации, по вовлечению обучающихся к занятиям спортом. Оформление буклетов по олимпийской тематике. Оформление стенда «Они будущие олимпийские чемпионы»
Организация детско-взрослого самоуправления (заседаний совета ШСК)	- Создание физкультурно – спортивного совета среди обучающихся, родителей и общественности; утверждение документов на управляющем совете школы. - Создание отряда спортивного резерва, школьной спортивной «Радиоволны». - Планирование, организация и проведение мероприятий
Создание символики ШСК	Конкурс на название ШСК, эмблемы и девиза, сбор предложений по организации физкультурно – массовых мероприятий. Приобретение спортивной формы.
Торжественное открытие школьного спортивного клуба «Red Freedom»	Праздник здоровья.
Организация физкультурно – массовых мероприятий	Проведение физкультурно – массовых мероприятий: Спартакиады, предметные недели, часы спорта, Дни здоровья и отдыха, турниры, акции
Организация занятий по интересам, возрастам, уровню	Количество детей, занимающихся постоянно в спортивных секциях ШСК.

физической подготовленности.	
Реализация проектов: «Семейный выходной», «1 Сентября - день знаний и здоровья», «Детские рекорды».	Занятость в клубе детей и взрослых (семейные старты, соревнования по волейболу, футболу и т.д.)
Летняя спортивно-оздоровительная компания	Проведение физкультурно – массовых мероприятий, походов, экскурсий.
• Увеличение количества детей, ведущих здоровый образ жизни, занимающихся спортом; • уменьшение количества детей, имеющих пагубные привычки; • повышение уровня профилактической работы по предупреждению вредных привычек.	Мониторинги, анкетирования
Накопление и обобщение накопленного опыта по деятельности клуба	Выступление на заседаниях ШМО.
Участие в проектах и конкурсах	Различного уровня

Основные формы организации и виды деятельности

- работа с большой аудиторией – соревновательная деятельность различного содержания и уровня; беседа; встречи с ветеранами спорта,

именитыми спортсменами города Тамбова; 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 ведение 3-х часов занятий по физической культуре в 1-9 классах.

Включение олимпийской тематики в содержание урока физкультуры:

- «Легенды и мифы Греции о зарождении олимпийских игр»
- «Олимпийские и неолимпийские виды спорта»
- «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

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.

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.

- 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.

- 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 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.

- Что меня радует и огорчает в школе.
- Страна, в которой мне хотелось бы жить.
- Нет терроризму!

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.
- 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 себя к будущим экзаменам?
- Моя будущая профессия. Какой я ее вижу?
- Видео-диспут по профилактике ранней беременности «Чья сторона».

В системе дополнительного образования реализуются следующие программы спортивно - оздоровительной направленности: (мини-футбол, баскетбол, общая физическая подготовка). Во внеурочной деятельности реализуется «Уроки здоровья».

Финансовое обеспечение программы

ТОГБОУ «Красносвободненская санаторная школа-интернат» гарантирует клубу содействие в материально – техническом обеспечении и оснащении образовательного процесса, оборудовании помещений клуба в соответствии с государственными и местными нормами и требованиями.

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.