

Рассмотрено  
На педагогическом совете  
Протокол № 1 от 30.08.2023г.

Приложение к приказу № 271/1-уч  
от 31.08.2023г.

**Образовательная программа  
структурного подразделения  
«Физкультурно-спортивный клуб «Факел»  
Муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
«Средняя школа №115»  
на 2023-2024 учебный год**

**Красноярск, 2023**

## Пояснительная записка

### Аналитическое обоснование программы.

Здоровый образ жизни человека является предпосылкой для развития разных сторон жизнедеятельности человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций. Двигательная активность — это любая мышечная активность, позволяющая поддерживать хорошую физическую форму, улучшить самочувствие, обеспечить прилив энергии, дающей дополнительный стимул жизни. Общеизвестно, что в процессе эволюции человека изменения функций организма коснулись в большей степени психических процессов. Научно-технический прогресс постоянно увеличивает объём информации, тем самым нагрузку на разум, в то же время обязательная физическая нагрузка уменьшилась. Большую часть физической нагрузки выполняют за человека механизмы. И тело в конце концов, начинает испытывать негативные последствия такого состояния. Человеку необходимо выработать в себе привычку заниматься спортом, чтобы обеспечить гармоничное равновесие между умственными и физическими нагрузками. Самое благоприятное время для её выработки - школьный возраст.

Физкультурно-спортивный клуб «Факел» (далее ФСК) является основным звеном спортивно-оздоровительного движения муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 115». ФСК способствует: реализации потребности детей и подростков в физическом совершенствовании и вовлечённости в сферу здорового образа жизни, создании условий для самовоспитания положительной мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями, обеспечению условий для повышения качества образовательного процесса.

### Цели и задачи

Педагогический коллектив ФСК определяет настоящую образовательную программу как стратегический документ, являющийся составной частью региональной и муниципальной образовательной системы, основой которой является личностно-ориентированная педагогика, принципы взаимодействия интеграции с образовательными учреждениями г. Красноярска (Красноярского края). Педагоги организуют и проводят физкультурно-спортивную работу среди учащихся школы, жителей микрорайона, родителей (законных представителей), сотрудников школы под девизом «За здоровый образ жизни!» Их деятельность базируется на принципах:

- свободного физкультурного образования;
- приоритета общечеловеческих ценностей;
- гражданственности,
- учёта физкультурно-исторических и национальных традиций;
- общедоступности и адаптивности реализуемых физкультурно-оздоровительных, образовательных и спортивных программ к уровням и особенности здоровья, физического развития, физической и технической подготовленности занимающихся.

Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность на основе демократии, гласности, инициативы и самостоятельности своих членов.

Школа оказывает материально-техническое обеспечение и оснащение образовательного процесса, предоставляет оборудование и помещения для деятельности клуба в соответствии с федеральными и муниципальными нормами и требованиями. Директор школы осуществляет контроль над деятельностью клуба.

**Цель:** Интегрировать физическую и спортивную культуру на основе общих интересов, здоровье формирующих и социокультурных функций.

#### **Задачи:**

1. Создавать условия для развития физической культуры и спорта в школе, деятельностного, активного творческого досуга и занятости школьников.

2. Формировать устойчивую мотивацию позитивного самообразования и осуществлять профилактику асоциального поведения школьников средствами физической культуры и спорта.
3. Оказывать практическую помощь членам клуба в реабилитации, сохранении и укреплении здоровья средствами физической культуры и спорта.
4. Выявлять наиболее талантливых и перспективных детей для подготовки спортивного резерва в учреждениях дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

### **Организация учебного процесса**

Учебный процесс в ФСК регулируют следующие документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный закон от 4 декабря 2007 г. N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации";
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 (ред от 24.11.2015г. Изм. 3 №81), зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011 г., регистрационный № 19993. п. 10.22, 10.23, 10.24;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей.» утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4.07.2014г. №41 п. 3.9, 5.6, 6.2, 7.9, 7.10, 8.10;
- Устав МАОУ СШ №115.
- Положение о структурном подразделении «Физкультурно-спортивный клуб «Факел» муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя школа №115»
- «Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа №115»
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам в муниципальном автономное общеобразовательном учреждении «Средняя школа №115»

### **Содержание работы ФСК**

Деятельность детей осуществляется в разновозрастных и разновозрастных объединениях по интересам. Численный состав объединения определяется в зависимости от возраста обучающихся, года обучения, специфики деятельности учебной группы, условий работы.

Зачисление обучающихся производится по заявлению поступающего или его родителей (законных представителей), через систему «Навигатор».

В течение года ребенок имеет право заниматься одновременно в одном или нескольких спортивных секциях и имеет право перейти из одной секции в другую.

Руководитель ФСК обязан при приеме обучающегося ознакомить его и (или) его родителей (законных представителей) с настоящим Уставом, лицензией на право ведения образовательной деятельности, образовательными программами, реализуемыми ФСК, и другими документами, регламентирующими организацию образовательного процесса.

Основными направлениями в работе ФСК являются:

- Организация для учащихся, сотрудников, родителей систематических занятий физической культурой и спортом в спортивных секциях и командах, группах оздоровительной направленности, любительских и семейных объединениях и клубах по интересам и т.п.
- Проведение массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий, спортивных праздников, дней здоровья и т.д., с использованием научно-методических рекомендаций и передового опыта работы по развитию массовой физической культуры.

- Проведение работы по физической реабилитации учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья и слабую физическую подготовленность (организация деятельности восстановительных центров, кабинетов здоровья, комнат психологической разгрузки и других оздоровительных объектов).
- Совместно с органами здравоохранения организация врачебного контроля за состоянием здоровья занимающихся спортом, физической культурой, туризмом.
- Организация работы зимних и летних спортивно-оздоровительных лагерей.
- Обеспечение организационно-методического руководства и контроля над учебно-тренировочным процессом в спортивных секциях, оздоровительных группах.
- Формирование сборных команд школы по видам спорта и обеспечение их участия в соревнованиях различного уровня.
- Организация поиска и отбора наиболее одарённых спортсменов для комплектования спортивных школ.
- Обеспечение рационального и эффективного использования спортивно-технической базы.
- Организация смотров, конкурсов на лучшую постановку массовой культурно-оздоровительной работы в классах.
- Поощрение спортсменов, инструкторов, общественный актив, добившихся высоких показателей в работе.
- Ведение делопроизводства, предоставление необходимой информации о состоянии физической культуры и спорта администрации школы.

### **Содержание образования**

В Клубе реализуются дополнительные общеобразовательные программы физкультурно-спортивной направленности.

#### **1. «Волейбол»**

Волейбол – одна из самых популярных игр в нашей стране. Занятия в секции направлены на: формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и физической подготовленности; целостное развитие физических и психических качеств; творческое использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Для данной программы характерна разнообразная двигательная активность, а именно: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, броски; многообразие движений способствует улучшению обмена веществ, улучшению деятельности всех систем организма, формирует координацию.

#### **2. «ГТО»**

На прошедшем в марте 2013 года совещании по развитию детско-юношеского спорта Президент РФ **В.В. Путин** заявил о том, что, несмотря на усилия по продвижению ценностей здорового образа жизни, сейчас многие дети имеют хронические заболевания, и ситуация с массовым и с детским спортом серьёзно не изменилась. Для решения этой проблемы и укрепления здоровья детей В.В. Путин и предложил воссоздать систему ГТО в новом формате с современными нормативами, которые будут соответствовать уровню физического развития ребёнка. Он также заявил о том, что название программе нужно придумать другое, и поручил Минобрнауки и Мин. спорту заняться её разработкой. Также было предложено вносить оценку уровня физической подготовки школьника в аттестат и учитывать её при поступлении в вузы. Инициативу президента ввести ГТО поддержали депутаты Госдумы, сенаторы Совета Федерации, ректоры вузов, а также ДОСААФ России (Добровольное общество содействия армии, авиации и флоту).

#### **3. «Настольный теннис»**

Настольный теннис относится к числу наиболее популярных спортивных игр, он развивает координацию движений, ловкость, гибкость, быстроту, скорость реакции, внимание, мышление, эмоциональную устойчивость. В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по

настольному теннису. Программа учитывает обще педагогические, психологические и дидактические принципы, являющиеся в свою очередь основой для структуризации образовательного процесса по периодам, годам обучения.

#### **4. «Каратэ», «Самбо», «Тхэквондо»**

Единоборства – популярный вид спорта у детей и юношей. Он помогает воспитывать такие морально-волевые качества как целеустремлённость и дисциплинированность, выдержку и самообладание, а также развивать и совершенствовать основные двигательные способности: быстроту и точность движений, ловкость, силу, выносливость, координацию. Популярность борьбы позволяет широко использовать этот вид спорта как действенное средство физического развития и воспитания детей и подростков.

#### **5. «Шахматы»**

Шахматы как специфический вид человеческой деятельности получают всё большее признание в России и во всём мире. Шахматы сближают людей всех возрастов и профессий в любой части Земли. Не случайно Международная шахматная федерация (ФИДЕ) выбрала девиз: «Gens una sumus», «Мы все – одна семья». Шахматы доступны людям разного возраста, а единая шахматная символика создаёт необходимые предпосылки для международного сотрудничества, обмена опытом. Шахматы – часть мирового культурного пространства. Президент Международной шахматной федерации К.Илюмжинов заявил: «Одной из задач ФИДЕ является развитие детских шахмат. Вкладывая в детей, в шахматы, мы вкладываем в наше будущее».

#### **6. «ОФП»**

Статистика утверждает, что здоровье ребенка зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т.е экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от его образа жизни, который он ведет.

Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Вот почему так важно учить ребенка сохранять свое здоровье и заботиться о здоровье окружающих, учить безопасным для здоровья формам поведения и гармоничному существованию с самим собой и миром.

#### **7. «Баскетбол»**

Баскетбол – одна из самых популярных игр в нашей стране. Программа «Баскетбол» направлена на: формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и физической подготовленности; целостное развитие физических и психических качеств; творческое использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Для данной программы характерна разнообразная двигательная активность, а именно: ходьба, бег, остановки, повороты, прыжки, броски; многообразие движений способствует улучшению обмена веществ, улучшению деятельности всех систем организма, формирует координацию. В процессе освоения программы «Баскетбол», у учащихся формируется целостное представление о единстве биологического, психического и социального в человеке, о законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

#### **8. «Пешеходный туризм»**

Программа нацелена на главный ориентир современной школы - воспитание полноценной личности: активной, здоровой нравственно и физически, высокоинтеллектуальной, адаптированной к жизни, способной к творческой деятельности. Программа позволяет решать задачи приобщения подростков к здоровому образу жизни, выработки у них правильного поведения в нестандартных и экстремальных ситуациях. Предлагаемый курс нацелен на развитие у школьников воли, силы, выносливости, умения преодолевать трудности, формирование умения жить в коллективе и овладение секретами общения в нем, создание мотивации разумной организации досуга, приобретение специальных знаний и умений по туризму.

#### **9. «Патриотический клуб «Разведчик»**

## 10. «Юнармия»

### Ожидаемые результаты

В результате выполнения программы ожидаются:

- создание оптимальных условий для функционирования и координации деятельности структурного подразделения ФСК «Факел»;
- адаптация ребенка к жизни в социуме, его самореализация;
- развитие коммуникативных качеств;
- формирование морально-волевых качеств в области физического воспитания;
- потребность в здоровом и активном образе жизни;
- стремление к физическому совершенствованию;
- стремление к овладению основами техники и тактики в избранном виде спорта.
- повышение педагогического мастерства педагогических кадров;
- расширение и укрепление взаимодействия с заинтересованными ведомствами и общественными организациями по вопросам физической культуры и спорта среди детей;
- укрепление материально-технической базы структурного подразделения.

### Мониторинг выполнения программы

1. Ежегодный отчет администрации на педсовете о результатах обучения и воспитания по итогам года (результаты участия в различных соревнованиях, фестивалях, олимпиадах).
2. Текущий мониторинг учебно-тренировочного процесса: анализ посещаемости спортивных секций; анкетирование родителей для выявления степени реализации запроса на образовательные услуги; анкетирование учащихся на определение психологической комфортности образовательной среды в ФСК.
3. Контроль и анализ хода выполнения поставленных задач и проведения спортивно-массовых мероприятий и соревнований
4. Мониторинг уровня физической и теоретической подготовленности обучающихся (приложение 1)
5. Корректировка работы ФСК исходя из анализа работы по различным аспектам

Приложение №1

### Мониторинг уровня физической и теоретической подготовленности обучающихся

По дополнительной образовательной программе \_\_\_\_\_

Педагог ДО \_\_\_\_\_

Группа ФСК «Факел» \_\_\_\_\_

Год обучения \_\_\_\_\_ уч. год

№ п/п	ФИО обучающихся	результат на начало уч. года		результат на ½ уч. года		результат на конец уч. года	
		теория	практика	теория	практика	теория	практика
	Всего Низкий уровень - ...% Средний уровень - ...% Высокий уровень - ....%						

**Учебный план на 2023-2024 учебный год  
структурного подразделения Физкультурно-спортивный клуб «Факел»**

№	Название объединения	И.Ф.О. педагога	Кол-во групп	Классы	Количество часов на 1 группу			Форма промежуточной аттестации
					в неделю	в месяц	в год	
<b>Дополнительное образование</b>								
1.	Баскетбол	Великонская Надежда Ивановна	1	4-5	6	24	204	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
2.	Волейбол (девочки)	Пашкова Наталья Владимировна	1	1-2	9	36	306	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
3.	Волейбол (мальчики)	Шихов Александр Анатольевич	1	1-2	6	24	204	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
4.	Каратэ	Рябчиков Андрей Анатольевич	1	1-5	9	36	306	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
5.	Настольный теннис	Татьяна Владимировна	1	6-7	9	36	306	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
6.	ОФП	Титова Любовь Анатольевна	1	8-11	6	24	204	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
7.	Пешеходный туризм	Будкеев Дмитрий Николаевич	2	3-11	4 4	16 16	136	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
8.	Патриотический клуб «Разведчик»	Назаров Михаил Владимирович	1	8-11	9	36	306	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
9.	Юнармия	Назаров Михаил Владимирович	2	8-11	4 4	16 16	136	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
10.	Шахматы «Белая ладья»	Будкеев Дмитрий Николаевич	2	5-6	2 2	4 4	68	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование
					74 (4,1 ст.)			
<b>Внеурочная деятельность</b>								
	ГТО	Великонская Надежда Ивановна	1	1-11	8	32	272	Сдача контрольных нормативов, теоретическое тестирование

