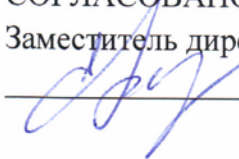


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сургутский естественно-научный лицей

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВВВР

 Е.А. Разгарина



СЕНА-13-273/17

06 2017г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

«Спортивный клуб»

на 2017 – 2018 учебный год

Педагог дополнительного образования  
Горшкова Эльмира Андреевна

Рассмотрено на заседании ЦДОД

Протокол от 02.06.17 № 5

руководитель ЦДОД

 Н.А. Артемьева

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**  
МБОУ Сургутский естественно - научный лицей

Название программы	Секция «Спортивный клуб»
Направленность программы	Физкультурно - спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Горшкова Эльмира Андреевна
Год разработки	2017 год
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	Программа утверждена приказом директора от 21.06.17 № 12-СЕНЛ-13-273/17
Уровень программы	стартовый
Информация о наличии рецензии	-
Цель	Прививать учащимся устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом.
Задачи	-Увеличить двигательную активность учащихся; -Изучать физические особенности своего организма, укреплять здоровье; -Обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам. -Воспитывать чувство дружбы и коллективизма
Ожидаемые результаты освоения программы	В результате изучения курса обучающийся должен использовать приобретенные знания, умения и навыки в практической деятельности и повседневной жизни: <ul style="list-style-type: none"> <li>– знать о здоровом образе жизни</li> <li>– иметь навыки самостоятельных занятий физической культурой и спортом.</li> <li>– осуществлять судейскую и соревновательную деятельность</li> </ul>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	1/38
Возраст обучающихся	11-13лет
Формы занятий	Групповая, индивидуальная, коллективная форма работы.

Методическое обеспечение	1. Письмо Минобрнауки РФ и Минспорттуризма РФ от 10 августа 2011г. № МД-1077/19, НП-02-07/4568 «О методических рекомендациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» 2. Комплексная программа по физической культуре, В.И. Лях. М., Просвещение, 2013 год; 3. Внеурочная деятельность учащихся, Г.А. Колодницкий, 2010 год Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Разработанные и утверждённые тесты, и нормативы по контролю ОФП
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	Спортивный зал; спортивный инвентарь: мячи волейбольные, баскетбольные, футбольные, помещение для инвентаря, лыжная база; ИКТ: компьютер, принтер, сканер

### **Пояснительная записка**

#### **о реализации учебно-тематического плана**

#### **на 2017/2018 учебный год**

Учебно-тематический план (далее – УТП) составлен в соответствии с авторской «Комплексной программой по физической культуре учащихся 1-11 классов», В.И. Лях, А. А. Зданевич., 2016., разработанной педагогом дополнительного образования Э.А.Горшковой и рекомендованной к реализации в Сургутском естественно- научном лицее.

#### **Направленность дополнительной общеобразовательной программы –**

Программа направлена на привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие традиционных и наиболее популярных в ХМАО-Югре видов спорта; формирование здорового образа жизни.

Программа рассчитана на обучающихся, проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту.

**Вид образовательной деятельности** (например: декоративно-прикладное творчество, техническое творчество, вокально-хоровое творчество и т.п.) - физкультурно - спортивная.

#### **Цель** (для данного года обучения):

создание условий для укрепления здоровья обучающихся, вовлечение в разнообразную спортивно-оздоровительную деятельность и участие в культурно-образовательных событиях.

#### **Задачи** (для данного года обучения):

Обучающие:

Формировать теоретические знания по физической культуре, знакомить с правилами соревнований и судейства.

Развивающие:

1. Развивать самостоятельность, познавательные процессы, адекватную оценочную деятельность, направленную на анализ собственного поведения и поступков других людей
2. Вовлекать в разнообразную спортивно-оздоровительную деятельность.

Воспитательные:

Воспитывать у детей ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья.

**Информационная справка об особенностях реализации УТП в 2017/2018 учебном году:**

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	1 год
Год обучения (первый, второй и т.д.)	первый
Возраст воспитанников	11-13
Количество воспитанников в группе в текущем учебном году	18
Количество часов в неделю	1
Общее количество часов в год	38

**Ожидаемые результаты на текущий учебный год:**

1. В результате изучения курса обучающийся должен использовать приобретенные знания, умения и навыки в практической деятельности и повседневной жизни.
2. Знать о факторах, укрепляющих и разрушающих здоровье; правила закаливания организма;

**Отражение в УТП особенностей текущего учебного года:**

Члены школьного спортивного клуба участвуют в разработке программ массовых спортивных мероприятия учреждения: Кросс Нации, «Весёлые старты», смотр строя и песни.

## Учебно-тематический план<sup>1</sup>

на 2017-2018 учебный год

№	Раздел, тема	Количество часов		
		Теоретическая часть	Практическая часть	Всего часов
1.	<b>Основы знаний</b>	1		
1.1.	Инструктаж по правилам поведения и технике безопасности во время спортивных занятий. Норма ГТО - норма жизни.	1		4
1.2.	Составление режима работы спортивных секций.	1		
1.3.	Участие в спортивных соревнованиях, конкурсах и викторинах.	1		
1.4.				
2.	<b>Общая физическая подготовка</b>			
2.1.	Общеразвивающие упражнения: упражнения с предметами, с отягощением, в парах.		1	8
2.2.	Упражнения, направленные на развитие силы и выносливости. Упражнения для совершенствования приёмов и умений в спортивных играх.		3	
2.3.			4	
3.	<b>Спортивные игры, направленные на развитие основных двигательных качеств.</b>			18
3.1.	Развитие координационных, скоростно-силовых способностей. Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.		6	
3.2.	Спортивные игры: двусторонние игры в футбол, баскетбол, волейбол		6	
3.3.			6	
4.	<b>Тестирование физической подготовленности</b>			
4.1.	Прыжок в длину с места		1	4
4.2.	Челночный бег 3x10 метра		1	
4.3.	Подтягивание на перекладине		1	
4.4.	Бег 1000 метров		1	

<sup>1</sup> УТП для данного года обучения.

5	<b>Участие в соревнованиях</b> Предполагает участие в различных внутриклубных соревнованиях.		4	4
	<b>ИТОГО: 38 часов</b>	4	34	38

### Календарно-тематическое планирование

#### для группы (1 г.о.)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения (план)	Дата проведения (факт)
1	Инструктаж по правилам поведения и технике безопасности во время спортивных занятий.	1	01.09	
2	Норма ГТО – норма жизни. Выбор актива школьного спортивного клуба.	1	08.09	
3	«Кросс нации».	1	15.09	
4	Анкета «Придумаем вместе, чтобы было интересней»	1	22.09	
5	Первенство лица по футболу. Как составить заявку к соревнованиям.	1	29.09	
6	Олимпиада по ФК в классе	1	06.10	
7	Олимпиада по ФК. Школьный этап	1	13.10	
8	«От норм ГТО – к нормам жизни»	1	20.10	
9	Отчет о спортивных результатах класса за I четверть	1	27.10	
10	Мини-баскетбол, соревнования.	1	03.11	
11	«МАМА, ПАПА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ» с участием родителей	1	10.11	
12	Соревнования «Спорт - вместо наркотиков»	1	17.11	
13	Соревнования «Пионербол» среди 6-7 классов.	1	24.11	
14	«Нормы ГТО – нормы жизни» Спортивный праздник с родителями	1	01.12	
15	Первенство лица по волейболу, 7-11 классы.	1	08.12	
16	«Веселые старты под Новый год» с участием команд родителей	1	15.12	
17	Отчет о спортивных результатах класса за II четверть	1	22.12	
18	Первенство лица по игре «Перестрелка», 2 – 7 классы	1	29.12	
19	Турнир «Волейбол» с участием команд родителей и выпускников прошлых лет	1	05.01	

20	Организация встреч с интересными людьми.	1	12.01	
21	Конкурс «Сила каждому нужна!»	1	19.01	
22	Спартакиада «Рыцарский турнир» с привлечением команд родителей	1	26.01	
23	Соревнования «Веселые старты».	1	02.02	
24	Конкурс «ГРАЦИЯ» для девочек 5 – 7 классов. 01.0	1	09.02	
25	«Проводы Русской Зимы» с привлечением родителей.	1	16.02	
26	День здоровья. Лыжные гонки «Румяные щечки» с участием родителей	1	02.03	
27	Отчет о спортивных результатах класса за III четверть.	1	09.03	
28	Соревнования «Чудо – шашки среди 2 – 4классов., 5 – 7 классов.	1	16.03	
29	День Здоровья. «Красота в движении - здоровье с детства»	1	23.03	
30	Неделя Игр в начальной школе.	1	30.03	
31	Легкоатлетическое многоборье – бег, прыжки, метание.	1	06.04	
32	Эстафеты, посвященные празднику Победы (с приглашением родителей).	1	13.04	
33	Товарищеские встречи по футболу среди 8 – 10 классов.	1	20.04	
34	Соревнования по легкоатлетическому кроссу.	1	27.04	
35	Норма ГТО - норма жизни	1	04.05	
36	«Веселые старты»-смешанные эстафеты 1кл+5кл	1	11.05	
37	Игра «Перестрелка» между 5-6 кл.	1	18.05	
38	Подведение итогов работы Клуба.	1	24.05	

### Учебно-тематический план занятий (1 час)

№	Программный материал	Количество часов		
		теория	практик	всего

	<b>Раздел I. Основы знаний</b>	<b>4</b>		<b>4</b>
1	Инструктаж по правилам поведения и технике безопасности во время спортивных занятий.	1		
2	Норма ГТО - норма жизни. Ознакомление с контрольными упражнениями.	1		
3	Составление режима работы спортивных секций. Помощь одноклассникам в выборе спортивных секций.	1		
4	Участие в спортивных соревнованиях, конкурсах и викторинах.	1		
	<b>Раздел II. Общая физическая подготовка</b>		<b>6</b>	<b>6</b>
1	Общеразвивающие упражнения: упражнения с предметами, с отягощением, в парах.		1	
2	Бег до 500-700м, линейная эстафета, встречная эстафета, челночный бег.		1	
3	Упражнения, направленные на развитие прыгучести: прыжки на одной ноге, на двух ногах, через скакалку, прыжки с места и с разбега.		1	
4	Упражнения, направленные на развитие силы и выносливости.		1	
5	Упражнения для совершенствования приёмов и умений в спортивных играх.		2	
	<b>Раздел III. Спортивные игры, направленные на развитие основных двигательных качеств.</b>		<b>22</b>	<b>22</b>
	<p>Данный раздел предполагает развитие координационных, скоростно-силовых способностей, навыков в прыжках, беге, овладение элементарными навыками и умениями в ловле, бросках, передаче и ведении мяча; на овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.</p> <p>Спортивные игры: двусторонние игры в футбол, варианты игры в футбол, баскетбол, мини – баскетбол, волейбол.</p>			
	<b>Раздел IV. Практические и контрольные работы.</b>		<b>2</b>	<b>2</b>
	<p>На занятиях учащиеся должны приобрести навыки организатора игр. С этой целью на каждом занятии необходимо назначать помощников и давать им задания по проведению игры.</p> <p>Четыре раза в год учащиеся должны выполнять контрольные тесты по общей физической подготовке:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Челночный бег.</li> <li>2. Прыжок в длину с места.</li> <li>3. Подтягивание.</li> </ol>			



	<b>Раздел V. Участие в соревнованиях</b>		<b>4</b>	<b>4</b>
	Предполагает участие в различных внутриклубных соревнованиях.			
	итого	<b>4</b>	<b>34</b>	<b>38</b>

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Письмо Минобрнауки РФ и Минспорттуризма РФ от 10 августа 2011г. № МД-1077/19, НП-02-07/4568 « О методических рекомендациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов»
2. Приказ Департамента образования и молодежной политики ХМАО – Югры от 31.01.2013 г. № 63 «Об утверждении Концепции развития воспитания в системе общего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры»  
[//http://www.consultant.ru/document/cons](http://www.consultant.ru/document/cons);
3. Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной защиты детей «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» от 11.12.2011 г. № 06-1844. [//http://www.consultant.ru/document/cons](http://www.consultant.ru/document/cons).
4. Комплексная программа по физической культуре, В.И. Лях. М., Просвещение, 2010 год;
5. Внеурочная деятельность учащихся, Г.А.Колодницкий

Москва, «Просвещение»,2011год.

В активированные дни занятия проводятся на основе расписания на данный день, согласно положению «Об организации учебно-воспитательного процесса в активированные дни» от 16.11.2011 под №430.

**Календарный учебный график**  
**Центра дополнительного образования детей и объединений дополнительного образования лицез**  
**МБОУ Сургутский естественно – научный лицез на 2017-2018 учебный год**

Классы	1 четверть		Осенние каникулы*		2 четверть		Зимние каникулы*		3 четверть		Весенние каникулы*		4 четверть		Итого	
	Сроки	Количество о дней	Сроки	Количество о дней	Сроки	Количество о дней	Сроки	Количество о дней	Сроки	Количество дней	Сроки	Количество дней	Сроки	Количество дней	Каникулы (кол-во)	Учебные недели с учетом
1	01.09-27.10	41	28.10-05.11	9	06.11-26.12	37	27.12-09.01	14	10.01-23.03	47	24.03-01.04	9	02.04-30.05	40	32(9*)	38
2-4	01.09-28.10	50	29.10-05.11	8	06.11-26.12	44	27.12-09.01	14	10.01-24.03	62	25.03-01.04	8	02.04-31.05	49	30	38
5-9	01.09-28.10	50	29.10-05.11	8	06.11-26.12	44	27.12-09.01	14	10.01-24.03	62	25.03-01.04	8	02.04-31.05	49	30	38
10, 11	01.09-28.10	50	29.10-05.11	8	06.11-26.12	44	27.12-09.01	14	10.01-24.03	62	25.03-01.04	8	02.04-31.05	49	30	38
	Промежуточная аттестация с 19.12 по 24.12..2018; с 10.05 по 20.05.2018															
1-8, 10	Летние каникулы с 01.06 по 31.08.2018															
9, 11	С даты выдачи аттестата по 31.08.2018															

\*В соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 №1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам» дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы реализуются в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

\*В летнее время с 01.06.2018 по 31.08.2018 реализуется краткосрочные дополнительные общеразвивающие программы.

\*Освоение образовательной программы сопровождается промежуточной и итоговой аттестациями учащихся, проводимых в формах, определенных учебным планом (тесты, зачеты, творческие работы, концерты, олимпиады, конкурсы) в конце первого полугодия и в конце года.



