

Методическая разработка внеурочной деятельности школьного спортивного клуба «Олимп»

" Школьный спортивный клуб «Олимп»: путь к здоровью и победам»

Назарова О.В.

МБОУ «Губернаторский инженерный лицей №102»

г. Ульяновск

Аннотация. Данная методическая разработка представляет собой направление на укрепление здоровья учащихся, формирование у них привычки к здоровому образу жизни, развитие важных личностных качеств, а также на продвижение таких инициатив, как Всероссийская олимпиада школьников и комплекс ГТО. Она также предполагает активное участие детей в спортивных и социально значимых мероприятиях, в том числе в качестве помощников и инструкторов. Особое внимание уделяется практической стороне вопроса: программа предлагает конкретные механизмы для повышения вовлеченности учащихся, развития их спортивных навыков и формирования устойчивого интереса к физической активности. Это достигается через разнообразие форм работы, от традиционных спортивных секций до организации внутришкольных соревнований и участия в более масштабных мероприятиях. Кроме того, программа ставит перед собой задачу интеграции школьного спорта в более широкую систему физической культуры и спорта Ульяновской области. Это подразумевает активное взаимодействие школьных спортивных клубов с детско-юношескими спортивными школами, спортивными федерациями и другими организациями, занимающимися развитием спорта. Такое сотрудничество позволит обеспечить преемственность в подготовке юных спортсменов, создать условия для их дальнейшего профессионального роста и участия в соревнованиях различного уровня

Цель: необходимо систематически организовывать спортивные и оздоровительные мероприятия, направленные на укрепление здоровья обучающихся. Важным аспектом является участие школьников в соревнованиях различного уровня, что способствует развитию спортивных навыков и командного духа. Наш спортивный клуб «Олимп» – это не просто место, где дети занимаются спортом. Это целая система, которая помогает им развиваться всесторонне. Мы ставим перед собой три основные группы задач:

1. Образовательные задачи: Учимся, играя!

- **Познаем мир спорта:** Мы знакомим ребят с разными видами спорта, их правилами, историей. Рассказываем о великих спортсменах, их достижениях и пути к успеху.
- **Развиваем спортивные навыки:** Учим правильной технике выполнения упражнений, развиваем координацию, ловкость, выносливость, силу. Помогаем освоить основы выбранного вида спорта.
- **Понимаем свое тело:** Объясняем, как работает организм во время тренировок, почему важно правильно питаться и соблюдать режим дня. Учим прислушиваться к своему телу и понимать его сигналы.
- **Учимся планировать и анализировать:** Помогаем ставить цели, планировать тренировки, анализировать свои успехи и ошибки. Это важный навык не только в спорте, но и в жизни.
- **Формируем здоровый образ жизни:** Прививаем любовь к физической активности, объясняем важность регулярных занятий спортом для здоровья и хорошего самочувствия.

2. Развивающие задачи: Растем сильными и уверенными!

- **Развиваем физические качества:** Целенаправленно работаем над развитием всех основных физических качеств: силы, скорости, выносливости, гибкости, ловкости.
- **Улучшаем координацию и моторику:** Через разнообразные упражнения развиваем мелкую и крупную моторику, улучшаем координацию движений, чувство равновесия.
- **Развиваем мышление и внимание:** Спорт требует быстрой реакции, умения принимать решения, концентрироваться. Мы развиваем эти качества через игровые упражнения и тактические задачи.
- **Повышаем самооценку и уверенность:** Успехи в спорте, даже небольшие, помогают детям поверить в себя, почувствовать свои силы. Мы создаем атмосферу поддержки и поощрения.
- **Развиваем волю и целеустремленность:** Спорт учит преодолевать трудности, не сдаваться, идти к своей цели, даже когда тяжело. Это бесценный опыт для формирования сильного характера.
- **Учимся справляться со стрессом:** Соревнования, тренировки – это всегда определенный стресс. Мы учим детей справляться с волнением, контролировать свои эмоции.

3. Воспитательные задачи: Становимся настоящими людьми!

- **Воспитываем дисциплину и ответственность:** Регулярные тренировки, соблюдение правил, выполнение заданий – все это формирует дисциплинированность и ответственность.
- **Учим уважению:** Уважение к тренеру, к соперникам, к товарищам по команде, к правилам игры – это основа спортивного поведения.

- **Развиваем командный дух и взаимопомощь:** В командных видах спорта дети учатся работать вместе, поддерживать друг друга, радоваться общим победам и переживать поражения.
- **Формируем честность и справедливость:** Учим играть по правилам, быть честными в спорте и в жизни, признавать свои ошибки.
- **Воспитываем настойчивость и трудолюбие:** Показываем, что только упорный труд и настойчивость приводят к результатам.
- **Учим проигрывать достойно и побеждать скромно:** Это очень важный жизненный урок. Умение принимать поражение и делать выводы, а также не зазнаваться после победы.
- **Прививаем патриотизм:** Гордость за свою команду, за свою школу, за свою страну – это тоже часть спортивного воспитания.

В нашем школьном спортивном клубе «Олимп» МБОУ «Губернаторский инженерный лицей №102» мы стремимся не просто вырастить спортсменов, а воспитать гармонично развитых, здоровых, уверенных в себе и ответственных людей, которые смогут достичь успеха не только на спортивной арене, но и в жизни!

Актуальность. Сегодняшние дети и подростки нуждаются в качественном и интересном досуге, особенно когда речь идет о физической активности. Педагоги и родители видят, как важно предложить им не просто развлечение, а возможность развиваться, учиться новому и укреплять здоровье в безопасной и поддерживающей среде. Именно поэтому работа нашего клуба становится такой актуальной. Мы стремимся удовлетворить растущий спрос на содержательную физкультурно-спортивную деятельность, которая проводится вне уроков и учитывает уникальные способности каждого ребенка.

На чем строится наша работа?

Наш школьный спортивный клуб «Олимп» – это не просто место для занятий спортом. Это пространство, где царят принципы свободного развития через физическую культуру. Мы ставим во главу угла самое ценное – жизнь и здоровье наших воспитанников, а также прививаем им такие важные качества, как гражданственность и любовь к Родине. Наша деятельность открыта для всех, и мы стремимся сделать ее максимально доступной и адаптированной для каждого. Мы верим в силу коллективного творчества и самоорганизации. Поэтому наш клуб работает на принципах демократии, открытости и активного участия каждого члена. Все решения принимаются сообща, а инициатива приветствуется.

Что мы можем предложить?

В нашем МБОУ «Губернаторский инженерный лицей №102», где создан наш клуб «Олимп» с 2020 года, берёт на себя важную роль в обеспечении

нашей деятельности. Они предоставляют необходимое оборудование и создают комфортные условия в помещениях клуба, соответствующие всем государственным стандартам и требованиям. Это позволяет нам сосредоточиться на главном – создании вдохновляющей и развивающей среды для наших юных спортсменов.

Что делает нашу программу особенной:

- **Все возрасты вместе:** В нашем клубе могут участвовать как ребята младшего школьного возраста, так и старшеклассники, а также студенты. Главное условие – наличие письменного согласия (от родителей для несовершеннолетних или личного для совершеннолетних) и справки о состоянии здоровья.
- **Поиск талантов и будущих лидеров:** Каждый год мы проводим серию мероприятий для учеников всех возрастов. Это отличная возможность для ребят проявить себя в спорте, выявить свои способности и стать настоящими лидерами – помощниками и инструкторами для других.
- **Персональное внимание к одаренным:** Мы уделяем особое внимание тем, кто уже показал выдающиеся результаты. Для мотивированных и талантливых ребят, готовящихся к олимпиадам и конкурсам, предусмотрено индивидуальное сопровождение и поддержка.
- **Путь к большим победам:** Школьные отборочные этапы – это только начало. Наши спортсмены и команды, успешно прошедшие этот этап, получают возможность участвовать в соревнованиях самого разного уровня.

ШСК «Олимп» открыт для всех учеников с 1 по 11 класс. Мы стремимся поддержать и развить потенциал каждого ребенка, включая тех, кто оказался в непростой жизненной ситуации. Это могут быть дети, состоящие на учете в различных инстанциях, дети-сироты и те, кто остался без попечения родителей, ребята из малообеспеченных семей, а также дети с ослабленным здоровьем или ограниченными возможностями здоровья.

Как работает наш спортивный клуб: основные направления

Наш школьный спортивный клуб (ШСК) активно работает по пяти ключевым направлениям, каждое из которых направлено на развитие физической культуры, спорта и здорового образа жизни среди учащихся. Эти направления тесно связаны с общей деятельностью ШСК и призваны сделать спорт доступным и интересным для каждого школьника.

1. Физкультурно-оздоровительная работа:

Это направление посвящено организации и проведению различных спортивных мероприятий, которые делают школьную жизнь ярче и активнее. Мы проводим Дни спорта, устраиваем спортивные праздники, приуроченные

к важным датам и значимым спортивным событиям. Здесь каждый найдет что-то для себя – от веселых конкурсов до серьезных соревнований, способствующих укреплению здоровья и развитию спортивного духа.

2. Спортивно-массовые мероприятия:

В рамках этого направления мы организуем и проводим масштабные спортивные соревнования по различным видам спорта. Сюда входят школьные этапы таких известных состязаний, как «Президентские состязания» и «Президентские спортивные игры», а также наши собственные «Игры ШСК». Эти мероприятия дают возможность каждому проявить себя, посоревноваться с друзьями и почувствовать себя частью большой спортивной команды.

Важно отметить: Физкультурно-оздоровительное и спортивно-массовое направления реализуются в рамках внеурочной деятельности и воспитательной работы лицея. Участие в внеурочной деятельности является обязательным, и мы выделяем 2 часа в неделю на спортивно-оздоровительные занятия, чтобы каждый ученик мог регулярно заниматься спортом.

3. Образовательная деятельность:

Это направление позволяет углубить знания и навыки в области спорта. Оно может быть реализовано как через внеурочную деятельность, так и через дополнительные кружки и секции по видам спорта. Если вы хотите заниматься спортом более серьезно, мы предлагаем дополнительные общеобразовательные программы в области физической культуры и спорта. Участие в них добровольное и осуществляется по вашему выбору. Эти программы могут быть как школьными (при наличии соответствующей лицензии), так и реализованными в сотрудничестве с другими спортивными организациями.

В рамках образовательного направления мы также готовим команды к Всероссийской олимпиаде школьников и Всероссийским спортивным соревнованиям, а также обучаем спортивному волонтерству – это отличная возможность научиться организовывать и проводить спортивные мероприятия, а также попробовать себя в роли судьи.

4. Информационно-пропагандистская работа:

Мы стремимся к тому, чтобы информация о деятельности ШСК была доступна каждому. Это направление обеспечивает оперативное и объективное освещение всех наших мероприятий на различных информационных ресурсах. Кроме того, мы активно популяризируем здоровый образ жизни и продвигаем Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и

обороне» (ВФСК ГТО) как важную часть нашей спортивной культуры и залог национального здоровья.

5. Организационно-педагогическая деятельность:

Это направление является фундаментом для успешного функционирования всего ШСК. Оно обеспечивает слаженную работу клуба, координирует все мероприятия и создает условия для эффективной реализации всех остальных направлений. Благодаря организационно-педагогической деятельности наш спортивный клуб работает как единый, хорошо отлаженный механизм.

План спортивно - массовых, физкультурно-спортивных и социально-значимых мероприятий

ШСК «Олимп» на 2024 – 2025 уч. год

1. Вовлечение школьников в систематический процесс занятия физической культурой и спортом.
2. Удовлетворение потребности обучающихся ОУ
3. и их родителей (законных представителей) в более широком спектре предоставляемых им физкультурно-спортивных услуг.

Задачи:

1. Реализация образовательных программ физкультурно-спортивной направленности;
2. Организация различных форм активного спортивно-оздоровительного отдыха обучающихся;
3. Формирование у обучающихся культуры здорового образа жизни, навыков сохранения собственного здоровья;
4. Комплектование и подготовка команд обучающихся по различным видам спорта для участия в муниципальных и региональных соревнованиях.

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
Организационно -педагогическая работа			
1.	Принятие утверждение плана работы на 2024 – 2025 учебный год	сентябрь	Мангушева И.М., зам. директора по ВР Назарова О.В., руководитель ШСК Учителя ФК
2.	Составление расписания работы спортивных секций и кружков		Назарова О.В., руководитель ШСК, учителя ФК
3.	Подготовка спортивного зала и площадок. Подготовка команд	в течение года	Пудова Ю.В., директор лица зам. директора по АХР

	участников. Подбор судейских бригад. Обеспечение наградного фонда.		Назарова О.В., руководитель ШСК Учителя ФК
4.	Оформление стендов, сайта клуба. Оформление текущей документации		Назарова О.В., руководитель ШСК , Совет клуба
Учебно– воспитательная работа			
1.	Участие в общешкольных, классных родительских собраниях, консультации родителей. Привлечение родителей для участия в спортивно- массовых мероприятиях в качестве участников, судей и группы поддержки.	в течение года	Назарова О.В., руководитель ШСК
2.	Вовлечение детей в спортивные секции и кружки		Назарова О.В., руководитель ШСК Учителя ФК
3.	Организация культурно- массовых мероприятий (экскурсии, посещение спортивных соревнований, просмотр художественных фильмов по спортивной тематике).		Назарова О.В., руководитель ШСК Учителя ФК
Методическая работа			

1.	Изучение нормативной документации, регламентирующей деятельность ШСК	в течение года	Назарова О.В., руководитель ШСК
2.	Контроль за работой спортивных секций и кружков		Мангушева И.М., зам. директора по ВР Назарова О.В., руководитель ШСК
Спортивно –массовая работа			
1.	Организация и проведение внутриклубных соревнований и праздников	в течение года	Назарова О.В., руководитель ШСК Учителя ФК
2.	Обеспечение участия команд клуба в городских соревнованиях и соревнованиях среди ШСК		Назарова О.В., руководитель ШСК Учителя ФК
Профилактические мероприятия			
1.	Классные часы о здоровом образе жизни	По плану кл. руководителей.	Мангушева И.М., зам. директора по ВР, классные руководители
2.	Родительские собрания	в течение года	Мангушева И.М., зам. директора по ВР, кл. рук.
3.	Лекция по профилактике вредных привычек		Кондрашкин Б.В., учитель ОБЖ, кл. рук
Контроль и руководство			
1.	Анализ хода выполнения поставленных задач и проведения	в течение года	Мангушева И.М., зам. директора по ВР, Назарова О.В., руководитель ШСК

	спортивно-массовых мероприятий		
2.	Корректировка работы клуба		Назарова О.В., руководитель ШСК

**Календарный план спортивно-массовых мероприятий школьного
спортивного клуба «Олимп»
на 2024-2025 учебный год**

№	Мероприятие	Сроки	Ответственный
1	«Папа, мама, я – спортивная семья»	Сентябрь	Учителя ФК
2	Первенство лица по «Мини-футболу» (5-6 классы)	Сентябрь-октябрь	Учителя ФК
3	Участие в «Кросс нации» Всероссийский день бега	Сентябрь	Учителя ФК
4	Школьный фестиваль ГТО	Сентябрь-октябрь	Учителя ФК
5	Участие в Областном слёте «Школа безопасности»	Сентябрь	Учителя ФК
6	Товарищеская встреча по волейболу между сборной команды учеников и родителей	Октябрь	Учителя ФК
7	Школьный этап. Всероссийская олимпиада по физической культуре	Октябрь	Учителя ФК
8	Муниципальный этап. Всероссийская олимпиада по	Ноябрь	Учителя ФК

	физической культуре		
9	Весёлые старты (1-4 классы)	Ноябрь	Учителя ФК
10	Первенство лица по волейболу (8-11 классы)	Ноябрь	Учителя ФК
11	Участие в ШБЛ «ЛОКО-БАСКЕТ» (6-11 класс)	Ноябрь	Учителя ФК и педагог дополнительного образования
12	Участие в ШБЛ «КЭС-БАСКЕТ» (6-11 класс)	Ноябрь-март	Учителя ФК
13	Первенство лица по пионерболу (5-6 классы)	Декабрь	Учителя ФК
14	Первенство лица по настольному теннису (5-11 классы)	Февраль	Учителя ФК
15	Городские соревнования по шахматам «Снежная королева»	Январь	Учителя ФК
16	Школьный этап турнира по гимнастике, силовое многоборье (5 класс)	Январь, февраль	Учителя ФК
17	Школьный этап. «Президентские спортивные игры»	Февраль - апрель	Учителя ФК
18	Общешкольное мероприятие «А ну-ка, отцы!»	Февраль	Учителя ФК
19	Всероссийская массовая лыжная гонка «Лыжня России-2026»	Февраль	Учителя ФК

20	Школьный этап. Смотр строя и песни.	Февраль	Учителя ФК, ОБЗР, классные руководители
21	Открытое первенство г.Ульяновска среди школ по эстафетному бегу.	Апрель	Учителя ФК
22	Первенство школы по шашкам (1-4 классы)	Апрель	Учителя ФК
23	Областная военно-спортивная игра «Зарница 2.0»	Апрель-май	Учителя ФК и ОБЗР
24	Районная легкоатлетическая эстафета среди школьников	Апрель	Учителя ФК
25	Областные состязания за переходящий Кубок им. Генерала Армии И.В.Тюленева	Май	Учителя ФК и ОБЗР
26	Муниципальный этап по гандболу.	Май	Учителя ФК

Заключение.

Мы активно работаем над тем, чтобы как можно больше наших учеников занимались спортом регулярно. Уже сейчас мы стремимся к тому, чтобы с каждым годом были вовлечены как можно больше детей в систематические занятия спортом, а к 2030 году эта цифра должна достигнуть 90%. Особое внимание мы уделяем детям с особыми потребностями и тем, кто находится под наблюдением инспекторов по делам несовершеннолетних. Они также активно участвуют в наших спортивных мероприятиях и тренировках. В течение года мы провели множество спортивных событий, включая школьные этапы таких популярных соревнований, как «Президентские состязания», «Президентские спортивные игры» и «Игры ШСК».

Наши ученики успешно выступают в составе школьных команд по разным видам спорта, представляя нашу школу на соревнованиях разного уровня. Мы гордимся их успехами – как командными, так и индивидуальными. Мы также выявляем и поддерживаем юных спортсменов, которые демонстрируют

особые способности, помогая им готовиться к этапам Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре. Все новости о наших спортивных достижениях и событиях вы можете найти на сайте нашего лицея и в нашей группе в социальных сетях. Наш школьный спортивный клуб официально зарегистрирован и включен во Всероссийский реестр школьных спортивных клубов, что подтверждает нашу серьезную работу в этом направлении.

Список литературы

- □ Вишневский В.И., Столяров В.И. "Система массовых спортивных соревнований школьников («Команда-класс») по игровым видам спорта: Научно-методические рекомендации" (2009)
- Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. пособия по внеурочной деятельности, посвященные волейболу (2011), легкой атлетике (2011), совершенствованию видов двигательных действий (2011) и футболу (2011).
- Моргунова Е.В. "Дополнительная общеразвивающая программа для одаренных детей и талантливой молодежи «Программа деятельности школьного физкультурно – спортивного клуба «Тридцаточка»" (2016)
- Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.Н. "Программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность" (2011)
- Лях В.И., Зданевич А.А. "Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов" (2008)
- Байбородова Л.В., Бутин И.М., Леонтьева Т.Н., Масленников С.М. "Методика обучения физической культуре: 1-11 кл.: Методическое пособие" (2004)
- Литвинов Е.Н., Виленский М.Я., Туркунов Б.И. "Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, основанная на одном виде спорта (баскетбол)" (1996)
- Паршикова Н.В. [и др.] "Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы" (2016)
- Киселев П.А., Киселева С.Б. "Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам (всероссийским, региональным, городским, районным, школьным). Методическое пособие" (2008)
- Чесноков Н.Н., Кузин В.В., Красников А.А. "Олимпиада по предмету «Физическая культура». Методическое пособие" (2005)
- Марченко И.Н., Шлыков В.К. "Олимпийские задания по физической культуре. 9 – 11 классы" (2010)

