

## **Пояснительная записка**

В соответствии с письмом Министерства образования и науки РФ от 10.08.2011г. № МД-1077/19, Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ от 10.08.2011г. № НП-02-07/4568, в целях реализации Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2020 года, развития детско-юношеского спорта в общеобразовательных учреждениях, приобщения обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Школьный физкультурно-спортивный клуб — общественная организация учителей и учащихся, способствующая развитию физической культуры, спорта и туризма в школе.

Администрация МОУ «СОШ № 76» относится к развитию физической культуры и спорта как к общегражданской деятельности, обеспечивающей и безопасность страны, и жизнеспособность ее населения. Как носитель общественных интересов, наша школа и спортивный клуб «ФИФ», старается сформировать у всех участников воспитательно-образовательного процесса стремление к здоровому образу жизни и высокому качеству жизни; своей деятельностью мы пропагандируем культ здорового тела, здорового духа, здоровых традиций, здоровой жизни и опираемся на следующие:

### **целевые ориентации:**

- достичь максимально возможного уровня физического развития и здоровья;
- создать систему непрерывного физического воспитания личности на всех возрастных этапах развития;
- готовить к жизни, труду, защите Отечества;
- укреплять здоровье, закаливать организм обучающихся;
- проводить мероприятия по профилактике заболеваний;
- следить за состоянием здоровья;
- формировать у школьников потребность быть здоровыми, а также устойчивый интерес к физической культуре и спорту;
- формировать установку на здоровый образ жизни: оптимальный двигательный режим, рациональное питание, личная гигиена, отказ от вредных пристрастий;
- вооружить детей и их родителей знаниями по использованию и применению средств физической культуры в жизни;
- проводить мониторинг здоровья школьников: следить за уровнем здоровья, физического развития, двигательной подготовленности и уровнем осознанности ценности здоровья.

Наш спортивный клуб «ФИФ», является составляющей здорового образа жизни, включает в себя решение следующих **задач**:

- сохранение и укрепление физического и психического здоровья школьников;
- разностороннее развитие физических способностей у детей и подростков;

- воспитание подрастающего поколения, способного противостоять наркомании, пьянству, табакокурению, асоциальному поведению;

- обеспечить доступность и бесплатность занятий физической культурой и спортом для всех школьников;

- непрерывность и преемственность процесса физического воспитания на всех возрастных этапах жизнедеятельности школьника;

- подготовка к производственной деятельности и воинской службе;

- обеспечение способности у обучающихся адаптироваться к сложным ситуациям и противостоять повышенным стрессовым нагрузкам;

- проведение разнообразных форм досуговой деятельности, способных удовлетворить интересы и потребности различных возрастных групп школьников;

- расширение сети физкультурно-оздоровительных секций;

- увеличение числа школьников, занимающихся в физкультурно-оздоровительных и спортивных секциях.

Физическая культура – большой помощник в труде, поэтому 80% обучающихся школы охвачены спортивно-массовыми мероприятиями, а 40% занимаются в спортивных секциях различной ведомственной принадлежности.

Для этого созданы следующие **условия**:

- 2 спортивных зала (большой и малый);

- тренажеры;

- теннисный стол;

- обеспеченность спортивным инвентарем составляет 90%.

В нашем спортивном клубе работают такие секции, как:

- **волейбол;**

- **баскетбол;**

- **мини-футбол;**

- **биатлон;**

- **у-шу;**

- **спортивное ориентирование;**

- **туризм.**

Физкультурно-оздоровительную работу в школе организуют два педагога физической культуры. Определены **основные направления деятельности**: спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная.

**Спортивно-массовая работа** включает в себя работу:

- спортивных секций;

- олимпиадное движение;

- участие в соревнованиях различных уровней.

В спортивный клуб охватывает учащихся школы в возрасте от 10-17 лет. Занятия проводятся по 4-5 часа в неделю, 171 час в год

## Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятий	Дата проведения
1	Заседание совета клуба « ФИФ»;	1 неделя
2	Утверждение совета клуба;	
3-4	Составление плана работы на учебный год;	
5	Распределение обязанностей;	
6-9	Открытие спартакиады Ленинского района;	2 неделя
10-14	Проведение недели физической культуры, ОБЖ	3 неделя
15-18	Организация проведения внутришкольных соревнований по легкоатлетическому кроссу;	4 неделя
19	Медико-педагогический контроль;	5 неделя
20-23	Подготовка и проведение туристического слета;	
24-28	Измерение функциональных возможностей учащихся на начало года;	6 неделя
29-32	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье;	7 неделя
33	Заседание совета клуба « ФИФ»;	
34-37	Подготовка и проведение школьных соревнований по подвижным играм;	8 неделя
38-42	Подготовка и проведение школьных соревнований по баскетболу;	9 неделя
43-51	Подготовка и участие школьных команд в районных соревнованиях по графику;	10-11 недели
52-56	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье;	12 неделя
57-60	Контроль за проведением физкультминуток;	13 неделя
61-65	Подготовка и проведение школьных соревнований по волейболу;	14 неделя
66-69	Подготовка и проведение школьных соревнований по настольному теннису, бадминтону;	15 неделя
70-74	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье;	16 неделя

75-78	Проведение спортивного праздника «Папа, мама, я – спортивная семья»	17 неделя
79-83	Отчет спортивно - массового сектора о проведенной работе	18 неделя
84-87	Занятия физическими упражнениями и спортивные игры в группах продленного дня;	19 неделя
88-92	Проведение веселых стартов на лыжах;	20 неделя
93-96	Подготовка и проведение спортивного праздника «А ну-ка парни», посвященный дню защитника Отечества;	21 неделя
97-105	Подготовка и проведение военно-спортивной игры;	22-23 недели
106-114	Подготовка и проведение спортивного праздника « А ну-ка девушки», посвященный празднику 8 марта;	24-25 недели
115-123	Помощь в оборудовании спортивных площадок;	26-27 недели
124-128	Подготовка и проведение конкурс-игры «Орленок»	28 неделя
129-137	Подготовка к «Президентские состязания»	29-30 недели
138	Заседание клуба «ФИФ»:	31 неделя
139-141	Измерение функциональных возможностей учащихся на конец года, составление мониторинга физического развития учащихся;	
142-146	Участие в закрытии спартакиада Ленинского района	32 неделя
147-150	Подготовка к легкоатлетическому кроссу	33 неделя
151-154	Подготовка к сдаче нормативов ВФСК ГТО	34 неделя
155-159	Подведение итогов года; Отчет председателя совета клуба;	35 неделя
160-163	Консультации для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье;	36 неделя
164-167	Составление плана на следующий учебный год;	37 неделя
168-171	Организация секций на следующий учебный год;	38 неделя

## Список литературы

1. Акулич, Н.В. Человек и его здоровье : учеб. пособие / Н.В. Акулич, Н.В. Мащенко. – Могилев : Могилев. гос. ун-т им. А.А. Кулешова, 2000. – 160 с.
2. Амосов, Н.М. Сердце и физические упражнения / Н.М. Амосов, И.В. Мурахов. – Киев : Здоровье, 1985. – 64 с.
3. Бойченко, С.Д. Программирование спортивной тренировки / С.Д. Бойченко, Ю. Войнар // Мир спорта. – 2001. – № 1. – С. 9–12.
4. Гужаловский, А.А. Состояние физической работоспособности школьников I–IX классов, проживающих в зоне радиационного загрязнения / А.А. Гужаловский // Социально-психологическая реабилитация детей и подростков, пострадавших от катастрофы на ЧАЭС : сб. науч. тр. – Минск, 1993. – Вып. 1. – С. 102–112.
5. Динамика состояния психофизического здоровья школьников Гомельщины (1994–1997 гг.) / М.Г. Кошман [и др.] // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: материалы X науч.-практ. конф. по проблемам физического воспитания учащихся. – Коломна, 2000. – С. 16–17.
6. Дубровский, В.И. Валеология. Здоровый образ жизни / В.И. Дубровский. – М. : Retorika-A, 2001. – 560 с.