

КОМПЛЕКСНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Детского спортивного клуба по месту жительства «СПАРТАНЕЦ»
МБУ ДО «Центр детского творчества «Ирбис» г.о. Самара

Возраст детей от 11 до 18 лет

Авторы-составители:

Сенников П.В. –Педагог-организатор, педагог
дополнительного образования

Литвиненко О.Л. – зам. директора

Пояснительная записка

Актуальность создания учебной программы «Спартанец» для клуба по месту жительства «Спартанец» продиктована необходимостью решения проблемы кардинального снижения показателей здоровья как взрослого, так и детского населения. Не подлежит сомнению факт, что самое драгоценное у человека – здоровье и только здоровый человек способен быть настоящим творцом собственной судьбы и судьбы своей страны. Как показывает опыт, решать эту проблему необходимо через применение в рамках образовательного процесса здоровьесберегающих педагогических технологий и просвещение детей и родителей, на что и направлена программа «Спартанец».

Содержание данной программы направлено на становление ценностного отношения у учащихся ПК «Спартанец» к здоровью и здоровому образу жизни, на формирование навыков сохранения и укрепления здоровья через полученные представления и знания об особенностях своего организма, о закономерностях его функционирования и правилах здорового образа жизни.

Отличительные особенности представленной программы заключается в том, что она объединила в себе пропаганду спорта и здорового образа жизни и практических занятий спортом для учащихся ПК «Спартанец» и жителей микрорайона.

Данная интеграция помогает сформировать у детей осознанный выбор здорового образа жизни, научить бережному отношению к себе и своему здоровью, способствует физическому развитию, учит приемам самопознания и саморегуляции.

Новизна заключается в формировании установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения; развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Нормативно-правовой и документальной базой программы деятельности ПК «Спартанец» по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса»;
- Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

Главная цель - организация и проведение спортивно-массовой работы в ПК «Спартанец» и микрорайоне.

2. Задачи детского спортивного клуба по месту жительства

Задачами спортивного клуба являются:

- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни клуба по месту жительства «Спартанец» и микрорайона;
- укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся общеобразовательных школ на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей;
- формирование жизненно необходимых физических качеств;
- воспитание у подростков общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;
- привлечение к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей учащихся клуба по месту жительства «Спартанец»;
- профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.

3. Функции клуба

Основными функциями спортивного клуба по месту жительства «Спартанец» являются:

- обеспечение систематического проведения, не менее 2-3 раз в неделю физкультурно-спортивных мероприятий с учащимися;
- проведение внутриучрежденческих соревнований, товарищеских спортивных встреч между подростковыми клубами и другими учреждениями дополнительного образования;
- организация участия в соревнованиях в рамках Спартакиады подростковых клубов по месту жительства;
- проведение спортивных праздников, показательных выступлений ведущих спортсменов клуба, района, города;
- проведение широкой пропаганды физической культуры и спорта в ЦДТ «Ирбис»;
- расширение и укрепление материально-технической базы ПК «Спартанец» (оборудование спортивных сооружений и уход за ними, ремонт спортивного инвентаря);
- формирование сборных команд образовательного учреждения для участия в соревнованиях более высокого ранга (городские, районные и краевые соревнования).

4. Организация работы спортивного клуба по месту жительства «Спартанец»

Общее руководство деятельностью спортивного клуба осуществляет педагог-организатор.

5. Обязанности членов спортивного клуба

Члены спортивного клуба обязаны:

- посещать спортивные секции по избранному виду спорта;
- принимать активное участие в спортивных и физкультурно-оздоровительных мероприятиях ПК И ЦДТ «Ирбис»;
- соблюдать рекомендации врача по вопросам самоконтроля и соблюдения правил личной гигиены;
- ежегодно сдавать нормативы по физической культуре;
- способствовать укреплению материально-спортивной базы клуба по месту жительства «Спартанец».

Члены спортивного клуба имеют право совмещать посещение секций по различным видам спорта в случае успешной учебы в школе.

6. Формы обучения.

Основной формой обучения по данной программе является спортивно-оздоровительная деятельность обучающихся.

Приоритетными методами её организации служат методы игры в различных вариантах. Все виды игровой деятельности направлены на освоение различных технологий работы со спортивным инвентарём.

Данные мероприятия всегда имеют положительное влияние, формируют позитивное общественное мнение о ПК «Спартаец»:

- организация экскурсий, «Дней здоровья», подвижных игр, «Веселых стартов», внутриучрежденческих спортивных соревнований.
- проведение бесед по охране здоровья.
- применение на занятиях игровых моментов, физ. минуток.

Содержание программы

Содержательную основу программы составляет взаимосвязь физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой и просветительской деятельности.

Валеологическая деятельность формирует все компоненты культуры ЗОЖ - знания о здоровье и способах его сохранения;

- потребности и мотивацию на совершенствование здоровья и ЗОЖ;

- умения и навыки оздоровления, формирование опыта здоровьесберегающего поведения.

В содержание валеологической деятельности введены мероприятия, которые позволяют сформировать знания о сохранении здоровья; о физкультурно-оздоровительных здоровьесберегающих технологиях.

Валеологическая деятельность осуществляется в форме теоретических и практических занятий, связанных между собой. Большое внимание уделяется профилактической работе по предупреждению пагубных привычек.

Физкультурно-спортивная деятельность направлена на физическое самосовершенствование и ЗОЖ. Осуществляется через спартакиаду «Игры доброй воли» и учебно-тренировочные занятия по самбо, дзюдо, рукопашному бою, оздоровительной аэробике, ОФП.

Учебно-тренировочные занятия проводятся по расписанию 3 раза в неделю по авторским программам педагогов дополнительного образования.

Основная идея спартакиады - массовость спортивных соревнований, привлечение к занятиям физкультуры и спорта не только детей и подростков, но и взрослое население микрорайона.

Спартакиада состоит из 3 разделов:

1-й раздел - летняя спартакиада микрорайона с участием дворовых команд по таким видам спорта, как «Кожаный мяч», «Русская лапта», «Городки», «Бадминтон», «Легкая атлетика».

2-й раздел - зимняя спартакиада микрорайона: «Лыжня зовет», «Саный спорт», «Веселые старты». «Настольный теннис».

3-й раздел - участие сборной команды микрорайона в спартакиаде района, города.

Спортивно-массовая деятельность осуществляется в рамках спортивных праздников, Дней спорта, здоровья - это встречи с интересными людьми, известными спортсменами города, игровые программы, турниры на звание «Чемпион двора» и т.п., в подготовке и проведении которых принимают участие все члены клуба.

Просветительская деятельность состоит в подготовке волонтеров в области здоровьесбережения и анимации.

Механизм реализации программы

Участники программы:

- организованные подростки клуба;
- свободно посещающие подростки района;
- родители (законные представители) подростков;
- педагогические работники.

Этапы реализации программы

Программа реализуется в течение 3 лет и включает следующие этапы:

Подготовительный этап:

1. Подготовка нормативно-правовой базы.
2. Создание материально-технической базы для реализации программы.
3. Подготовка учебно-методических ресурсов (разработка новых программ, методических рекомендаций).
4. Подготовка кадровых ресурсов.
5. Знакомство с контингентом микрорайона и составление социального паспорта микрорайона
6. Знакомство с подростками, посещающими клубы, и их родителями (законными представителями): (анкеты, социальные опросы, дни открытых дверей, беседы).
7. Привлечение подростков к участию в предлагаемых формах работы.
8. Выявление активистов-лидеров и привлечение их к помощи в организации различных форм взаимодействия.
9. Апробация новых форм взаимодействия с подростками и их родителями (законными представителями).

Основной этап:

1. Организация воспитательно-образовательной деятельности клуба.
2. Взаимодействие с социумом (диагностика интересов, способностей, возможностей детей и родителей (законных представителей));
3. Привлечение волонтеров (общественников) в учебно-воспитательный процесс.
4. Сплочение ребят вокруг лидеров, создание разновозрастной отряды;
5. Создание устойчивого актива клубов для организации разнообразной внутриклубной жизни и для взаимодействия клубов между собой;
6. Промежуточная диагностика, анализ достигнутых результатов, коррекция.

Заключительный этап:

1. Диагностика по всем направлениям деятельности.
2. Корректировка программы.
3. Обобщение опыта работы.
4. Распространение опыта.
5. Выпуск рекомендаций.

6.Отчеты педагогов.

7.Проведение малого педсовета по итогам.

Условия реализации программы

Для реализации программы необходимы наличие спортивной базы и ее материально-техническое обеспечение.

Спортивная база:

- игровой спортивный зал;
- зал для игры в настольный теннис;
- тренажерно-гимнастический зал;
- раздевалки;
- футбольное поле;
- открытая спортивная площадка

Материально-техническое обеспечение:

- ❖ спортивное оборудование и инвентарь (ракетки, мячи, теннисный стол, скамейки гимнастические, стенка гимнастическая, канаты, перекладина палки, обручи, скакалки, мячи, тренажеры, гантели, маты, гири);
- ❖ дидактическое обеспечение (видеокассеты, плакаты, сценарии);
- ❖ технические средства (аудио- и видеоаппаратура, телеаппаратура, компьютер, принтер, ксерокс).

Ресурсное обеспечение:

- материально-техническая база;
- педагогические кадры;
- основа нормативно-правовой базы;
- положения;
- авторские программы

Ожидаемый результат

1. Увеличение доли детей и подростков, охваченных спортивно-оздоровительной работой.
2. Рост активности детей и родителей в организации совместной деятельности.
3. Снижение уровня подростковой преступности.
4. Развитие организаторских навыков и лидерских качеств подростка.
5. Распространение педагогического опыта.

Список используемой литературы.

1. Бальсевич В.К. Физическая культура для всех и для каждого. - М.: ФиС, 1988, с. 2008.
2. Большая энциклопедия спорта для школьников и студентов. – Москва: ОЛМА Медиа Групп, 2007.
3. Закон Российской Федерации «Об образовании» (в последней редакции от 17.07.2009г.)
4. Здоровьесберегающая технология в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения: мет. Рекомендации/ под ред.М.М.Безруких, В.Д.Сонькина. М.,2002г.

5. Матвеев А.П. Очерки по теории и методике образования школьников в сфере физической культуры - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 1997.
6. Путешествие по играй - городу. Организация досуговой деятельности школьников: основные аспекты, сценарии мероприятий (автора Н. И. Дереклеева)/Москва. ООО «5 за знания». 2006 год/
7. Реализация здоровьесберегающих технологий в начальной школе (составитель Л.А. Зиновьев)/Москва. СЦРО. 2003год/
8. ФГОС «Планируемые результаты начального общего образования».-«Просвещение», Москва, 2009г.
9. ФГОС «Примерные программы начального образования».-«Просвещение»; Москва, 2009г.
10. Федеральный Государственный образовательный стандарт начального общего образования. Приказ Минобрнауки от 06.10.2009г., № 373
11. Электронный журнал «Учительская» ИРО – РТ, ИЮЛЬ 2009г.