

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с. Пашино  
Афанасьевского муниципального округа Кировской области

Утверждаю:  
Приказ №29/од от 14.08.2023г.  
Директор школы \_\_\_\_\_ Меркучев Н. Г.

**Рабочая программа школьного спортивного клуба  
«Адреналин»**

**МБОУ СОШ с. Пашино**

**НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Руководитель:  
Белёва Г.И.

Пашино, 2023 г.

## **Школьный спортивный клуб «Адреналин»**

**Цель:** формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

### **Задачи:**

- 1) Сохранение и укрепление здоровья детей и подростков, воспитание потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.
- 2) Пропаганда среди школьников и приобщение их к здоровому образу жизни. Воспитание потребности и умения школьников самостоятельно заниматься физкультурой, использовать различные подвижные и спортивные игры в организации своего отдыха.
- 3) Приобретение знаний в области гигиены и медицины, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту.
- 4) Развитие основных двигательных качеств.
- 5) Воспитание учащихся в народных традициях

### **Ожидаемые результаты:**

1. Рациональное использование внеурочного времени, укрепление здоровья и профилактика заболеваний, разностороннее физическое развитие обучающихся;
2. Рост числа обучающихся, участвующих в спортивно-массовых мероприятиях;
3. Улучшение спортивных достижений обучающихся.

План работы включает в себя семь основных направлений развития спортивно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе.

**ПЛАН СПОРТИВНО – МАССОВЫХ, ФИЗКУЛЬТУРНО – СПОРТИВНЫХ И СОЦИАЛЬНО – ЗНАЧИМЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№	МЕРОПРИЯТИЯ	Дата проведения	Ответственные за выполнение
1.	<p><b><i>Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Обсудить на совещании при директоре порядок проведения физкультминуток, подвижных игр на переменах, гимнастики перед занятиями.</li> <li>2) Провести беседы в классах о режиме дня школьника, о порядке проведения гимнастики до занятий, подвижных игр на переменах и физкультминуток.</li> <li>3) Провести совещание ШСК «Адреналин»</li> <li>4) Проводить физкультминутки на общеобразовательных уроках в 1-11 классах.</li> <li>5) Проводить дни здоровья, экскурсии и походы</li> </ol>	<p>До начала учебного года</p> <p>До 15 сентября</p> <p>До 15 сентября</p> <p>Ежедневно</p> <p>В течение года</p>	<p>Администрация школы</p> <p>Классные руководители</p> <p>Физорги классов</p> <p>Классные руководители, учитель физической культуры</p>
2	<p><b><i>Спортивная работа по внеурочной деятельности, в секциях:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Назначить физоргов в каждом классе.</li> <li>2) Составить расписание занятий секций, внеурочной деятельности, тренировок команд.</li> <li>3) Организация секций, внеурочной деятельности: <ul style="list-style-type: none"> <li>- «Мини-футбол» (все классы)</li> <li>- «Подготовка и сдача норм ГТО» (все классы)</li> <li>- «Лыжные гонки» (все классы)</li> <li>- «Полиатлон» (все желающие)</li> <li>- «Волейбол» (5-11 классы)</li> <li>- «Баскетбол» (5-11 классы)</li> <li>- «Лёгкая атлетика» (все классы)</li> <li>- «Шашки, шахматы» (все желающие)</li> <li>- «Настольный теннис» (все желающие)</li> </ul> </li> <li>4) Подготовка команд классов по видам спорта.</li> <li>5) Направлять сильнейших спортсменов в МБУ ДЮСШ</li> </ol> <p><b><i>Организация работы ШСК «Адреналин»:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Заседания ШСК</li> </ol>	<p>До 5 сентября</p> <p>До 15 сентября</p> <p>В течение учебного года</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>	<p>Классные руководители Учитель физической культуры</p> <p>Учитель физической культуры</p> <p>Учитель физической культуры</p> <p>Руководитель спортивного клуба</p>

	2) Организация и судейство спортивных мероприятий в школе		
3.	<p><b><i>Спортивно-массовая и физкультурно-оздоровительная работа:</i></b></p> <p>1) Декада здоровья. Спортивные мероприятия, посвященные Дню физкультурника:</p> <p>2) Турнир по мини-футболу в рамках проекта «Вместе к победе!»</p> <p>3) День здоровья. Спортивные мероприятия на осенних каникулах «Золотая осень»</p> <p>4) Спортивный праздник «Веселые старты»</p> <p>5) День здоровья. Спортивные мероприятия на зимних каникулах «Зимние забавы»</p> <p>6) Спортивные праздники, посвященные Дню защитника Отечества</p> <p>7) Спортивные праздники, посвященные международному женскому дню 8 марта</p> <p>8) День здоровья. Спортивные мероприятия на весенних каникулах «Весенний марафон»</p> <p>9) Спортивные мероприятия в рамках акции «Территория здоровья!»</p> <p>10) День здоровья. Экскурсии и походы.</p> <p><b><i>Летняя оздоровительная компания:</i></b></p> <p>1) Спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные мероприятия по плану лагеря с дневным пребыванием детей на базе школы.</p>	<p>Сентябрь</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Декабрь</p> <p>Январь</p> <p>Февраль</p> <p>Март</p> <p>Март-апрель</p> <p>Апрель</p> <p>Май</p> <p>Июнь</p>	<p>Руководитель спортивного клуба, учитель физкультуры, классные руководители</p> <p>Администрация, учитель физической культуры</p>
4.	<p><b><i>Участие в районных соревнованиях:</i></b></p> <p>1) Спортивные игры: волейбол, баскетбол</p> <p>2) Осенний и весенний кроссы</p> <p>3) Соревнования по мини-футболу</p> <p>4) Соревнования по полиатлону</p> <p>5) Соревнования по легкой атлетике</p> <p>6) Соревнования по настольному теннису</p> <p>7) Губернаторские состязания</p> <p>8) Спортивный праздник «Веселые старты»</p> <p>9) Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре</p> <p>10) Многоборье допризывной молодежи</p> <p>11) Президентские спортивные игры</p> <p>12) Соревнования по лыжным гонкам</p>	В течение года в соответствии с планом районных и областных спортивных мероприятий	Учитель физической культуры, руководитель спортивного клуба

5.	<p><b><i>Агитация и пропаганда здорового образа жизни:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Систематическое ознакомление с результатами спартакиады школьников.</li> <li>2) Поздравление лучших спортсменов.</li> <li>3) Организация цикла бесед и лекций на классных часах по спортивным темам и о ЗОЖ</li> <li>4) Проектно-исследовательская работы</li> <li>5) Спортивная колонка в школьной газете</li> <li>6) Страница ШСК «Адреналин» на сайте школы</li> </ol>	<p>В течение года</p> <p>В течение года Апрель</p> <p>В течение года</p> <p>Ежемесячно</p> <p>В течение года</p>	<p>Учитель физической культуры, классные руководители, физорги классов, руководитель ШСК</p>
6.	<p><b><i>Медико-санитарный и медико-педагогический контроль:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Медицинский осмотр обучающихся</li> <li>2) Диспансеризация обучающихся</li> <li>3) Тестирование: проверка уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся</li> </ol>	<p>в течение года</p>	<p>Медработники Учитель физической культуры</p>
7.	<p><b><i>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Здоровье наших детей - в наших делах (итоги медосмотра, анализ состояния здоровья учащихся).</li> <li>2) Консультации, беседы для родителей. Проведение совместных экскурсий, походов.</li> <li>3) Проведение спортивных мероприятий с участием родителей</li> </ol>	<p>Родительские собрания</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>	<p>Классные руководители, учитель физической культуры, родители</p>
8.	<p><b><i>Хозяйственные мероприятия:</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Текущий косметический ремонт спортивных залов</li> <li>2) Слежение за правильным хранением спортивного инвентаря</li> <li>3) Текущий ремонт спортивного инвентаря, лыжных принадлежностей</li> </ol>	<p>Июль-август</p> <p>В течение года</p> <p>В течение года</p>	<p>Завхоз школы, учитель физической культуры</p>

## Календарный план физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий спортивного клуба «Адреналин» на 2023-2024 учебный год

№п/п	Мероприятия	Дата проведения	Ответственные
1	Медицинский осмотр	Сентябрь	Фельдшер ФАП
2	Вовлечение учащихся в активные формы работы с целью их развития.	В течение года	Белёва Г.И. Классные руководители
3	Участие в соревнованиях:	В течение года	Белёва Г.И.
4	- Первенство района по лёгкой атлетике	Сентябрь	Белёва Г.И., ДЮСШ
5	- « Кросс наций»	Сентябрь	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
6	- Районные соревнования по ОФП для учащихся, занимающихся зимними видами спорта	Октябрь	Белёва Г.И., ДЮСШ
7	- Открытие зимнего сезона (школьный этап)	Ноябрь	Белёва Г.И.
8	- Открытие зимнего сезона (районный этап)	Декабрь	Белёва Г.И., ДЮСШ
9	- Новогодняя лыжная гонка	Декабрь	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
10	- Районные соревнования по зимнему полиатлону	Декабрь	Белёва Г.И., ДЮСШ
11	- Лично-командный чемпионат и первенство области (1 тур)	Январь	Белёва Г.И., ДЮСШ
12	- Чемпионат района по зимнему полиатлону на приз памяти О.М. Коровина	Январь	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ, администрация Пашинского с/п
13	- Областная Спартакиада учащихся Кировской области по лыжным гонкам	Февраль	Белёва Г.И., ДЮСШ
14	- Первенство района на приз «Быстрая лыжня»	Январь	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
15	- Спартакиада школьников Кировской области по зимнему полиатлону	Январь	Белёва Г.И., ДЮСШ
16	- Первенство области по лыжным гонкам младший возраст (1 тур)	Январь	Белёва Г.И., ДЮСШ
17	- Мемориал Новосёлова	Январь	Белёва Г.И., ДЮСШ
18	- Районный лыжный марафон	Февраль	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
19	- Соревнования по лыжным гонкам среди учащихся начальных классов (школьный этап)	Февраль	Белёва Г.И.

20	- Районные соревнования по лыжному спорту среди учащихся начальных классов	Февраль	Белёва Г.И., ДЮСШ
21	Районные соревнования по лыжным гонкам (классический стиль)	Февраль	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
22	- Первенство области (2 тур) младший, средний возраст	Февраль	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
23	- Чемпионат и первенство области, памяти Дудина А.В. (2 тур)	Февраль	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
24	- «Лыжня России»	Март	Белёва Г.И. ОФС и РМ
25	- Районные соревнования по лыжным гонкам памяти Черанёва Г.П.	Март	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
26	- Первенство ДЮСШ по зимнему полиатлону	Март	Белёва Г.И., ДЮСШ
27	- Этап кубка области на призы Олимпийского чемпиона Ю.Г.Скобова	Март	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
28	- Чемпионат и Первенство области по лыжным гонкам (3 тур)	Март	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
29	- Открытые областные соревнования «Верхошижемский лыжный марафон»	Март	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ, УО
30	- Соревнования по стрельбе	Апрель	Белёва Г.И. ОФС и РМ
31	- Первенство района по лёгкой атлетике	Май	Белёва Г.И., ДЮСШ
32	- Легкоатлетический пробег	9 мая	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ
33	- Открытый Чемпионат и первенство Афанасьевского района по летнему полиатлону памяти В.И.Бузмакова	Июнь	Белёва Г.И., ДЮСШ ОФС и РМ, администрация Гординского с/п
34	Оформление стенда «Гордость школы»	В течение года	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино
35	Своевременное поощрение успехов (приобретение инвентаря)	В течение года	администрация СОШ с.Пашино
36	Отправление благодарственных писем родителям обучающихся	В течение года	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино
37	Сообщение о заслугах спортсменов на общешкольных собраниях	В течение года	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино
38	Организация конкурса «Лучший спортсмен года»	В течение года	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино
39	Представление фамилий одарённых детей, достигших значительных результатов в спорте для выделения им стипендий	В течение года	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино
40	Создание цикла репортажей и	В течение года	Белёва Г.И.,

	публикаций об одарённых детях, их родителей, тренерах		администрация СОШ с.Пашино, ДЮСШ
41	Выездные, летние лагеря, сборы	Июнь, август	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино, ДЮСШ
42	Сотрудничество с руководителями ШСК, тренерами из других школ, обмен опытом	В течение года	Белёва Г.И., администрации школ, ДЮСШ
43	Работа с родителями	В течение года	Белёва Г.И., администрация СОШ с.Пашино, ДЮСШ
44	Работа по индивидуальным планам	В течение года	Белёва Г.И.

### **Расписание занятий ШСК «Адреналин»**

№	Название клуба	Место проведения	Время проведения	Ответственный
1	«Адреналин»	Спортивный зал школы	Понедельник 15.00 – 16.0	Белёва Г.И.
2	«Адреналин»	Спортивный зал школы	Вторник 15.20 – 16.20	Белёва Г.И.
3	«Адреналин»	Спортивный зал школы	Среда 15.20 – 16.20	Белёва Г.И.
4	«Адреналин»	Спортивный зал школы	Четверг 15.45 – 16.45	Белёва Г.И.

### **Члены спортивного клуба «Адреналин»**

1	Булычева Елизавета Алексеевна	22.12.2009	7 класс
2	Бузмакова Евгения Анатольевна	12.01. 2006	11 класс
3	Некрасов Антон Олегович	21.04.2010	7 класс
4	Лембей Глеб Юрьевич	19.06.2009	8 класс
5	Михайлов Александр Сергеевич	10.02.2008	9 класс
6	Марков Савелий Юрьевич	9.06.2008	9 класс
7	Меркучев Руслан Сергеевич	26.10. 2007	9 класс
8	Булычев Вадим Вячеславович	04.01. 2009	8 класс
9	Черанёв Евгений Тимофеевич	16.08. 2007	9 класс
10	Меркучев Дмитрий Владимирович	13.02.2008	9 класс
11	Мормышев Александр Александрович	26.01.2010	7 класс
12	Бузмакова Алёна Валерьевна	11.01.11	6 класс
13	Булычев Павел Алексеевич	12.08.15	2 класс
14	Кузнецов Алексей Анатольевич	14.01.12	5 класс



15	Меркучева Виктория Владимировна	02.09.11	6 класс
16	Меркучева Ульяна Юрьевна	28.08.11	6 класс
17	Некрасова Анна Андреевна	21.10.15	2 класс
18	Трушников Егор Дмитриевич	11.11.12	5 класс
19	Утёмов Иван Евгеньевич	24.06.10	7 класс
20	Меркучева Варвара Юрьевна	15.11.12	5 класс
21	Черанёв Ярослав Денисович	12.09.13	4 класс
22	Чугаев Максим Вячеславович	13.03.13	4 класс
23	Черанёв Архип Николаевич	18.12.13	4 класс
24	Меркучева Надежда Владимировна	01.09.13	4 класс
25	Марков Тимофей Юрьевич	02.11.12	4 класс