

Утверждаю
Директор МОУ Лицея №13
Васильева Т.В.



План спортивно-массовых мероприятий на 2020 – 2021 уч. год

Пояснительная записка

Настоящая программа является программой курса дополнительного образования детей. Программа реализуется в рамках образовательной программы физкультурно-спортивной направленности.

Обоснование актуальности программы.

Настоящая рабочая программа курса дополнительного образования разработана в соответствии с нормативными правовыми документами федерального уровня:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (п. 22 ст. 2; ч. 1,5 ст. 12; ч. 7 ст. 28; ст. 30; п. 5 ч. 3 ст. 47; п. 1 ч. 1 ст. 48);
- федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утверждённым приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 (п. 18.2.2);
- письмом Рособнадзора от 16.07.2012 № 05-2680 «О направлении методических рекомендаций о проведении федерального государственного контроля качества образования в образовательных учреждениях»;
- письмом Минобрнауки России от 18.06.2003 № 28-02-484/16 «О направлении Требований к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Данная программа направлена на содействие правильному физическому развитию обучающихся, обеспечивает физическое, нравственное, интеллектуальное развитие, призвана способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям, наряду с этим развиваются организаторские способности и задатки, психические свойства личности.

Новизна программы состоит в том, что основное ее назначение конкретизируется в задачах по укреплению здоровья, закаливанию организма, воспитанию у юных спортсменов привычки к систематическим самостоятельным занятиям физкультурой и спортом, привитию необходимых гигиенических навыков и умений.

Гибкость и вариативность настоящей программы курса обеспечивается при выполнении следующих дидактических условий:

- содержание вырастает из интеграции идей науки, спортивной практики, возрастной физиологии и психологии, педагогики;
- наложение содержания деятельности отражает правильное физическое развитие ребенка, укрепление здоровья, изменение уровня и направленности его интересов, достижений и способностей;
- выбор форм и методов развития деятельности отражает уровень развития физических способностей, формирование здорового образа жизни;
- осознанный выбор ориентиров на пути постижения смысла жизни на основе ориентиров в русле развития физкультурно-спортивных традиций человеческой цивилизации.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что ставится задача на привлечение максимально возможного числа детей и подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, утверждение здорового образа жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств. На тренировочных занятиях ставятся задачи: улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие; повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учетом индивидуальных особенностей и требований программы по волейболу; профилактика вредных привычек и правонарушений.

Этим обуславливается **направленность** данной программы:

- на создание условий для физического развития ребёнка;
- укрепление физического, психологического и интеллектуального здоровья ребёнка;
- обеспечение физического и эмоционального благополучия ребёнка;
- создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения;
- профилактику асоциального поведения;
- взаимодействие педагога дополнительного образования с семьёй;
- дополнение системы общего образования в целом и воздействие на нее.

Педагогическая целесообразность настоящей программы объясняет содержание, общее для любых образовательных программ физкультурно-спортивной направленности, определяемое базовым образовательным минимумом, который получают обучающиеся при освоении программы курса. Этот минимум обусловлен тем видом физкультурно-спортивной деятельности, которой занимаются дети в пространстве выбранной ими образовательной программы. Данная программа разработана с учётом современных образовательных технологий, которые отражаются в:

- принципах обучения (индивидуальность, доступность, преемственность, результативность);
- формах и методах обучения (дифференцированное обучение, занятия, соревнования, игры и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (тестирование удовлетворённости, анализ результатов соревнований и т.д.);
- средствах обучения (спортивные залы, тренажёрный зал, бассейн, аудио техника, видео техника, компьютер и т.д.)

Цели и задачи программы.

Цель: Формирование двигательной сферы, овладение техникой и тактикой игр. Выступление на соревнованиях.

Задачи:

Оздоровительные:

1. Укрепление физического и психологического здоровья.
2. Улучшение физического развития.
3. Устойчивость организма к различным заболеваниям.

Образовательные:

1. Совершенствовать координацию тела.
2. Развитие физических качеств (ловкость, выносливость, прыгучесть и т.п).
3. Формирование двигательных умений и навыков.
4. Усвоение знаний о физическом воспитании.

Воспитательные:

1. Выработка у учащихся привычку соблюдения режима.
2. Воспитывать любовь к занятиям, спорту, интерес к результатам, достижениям спортсменов.
3. Воспитывать положительные черты характера (организованность, дисциплинированность и т.д.), нравственные качества (честность, справедливость) и волевые качества (смелость, решительность и т.д).

Условия реализации программы

Оборудование: мячи, скакалки, свисток, конусы, секундомер.

Дидактические материалы: плакаты, тесты, схемы, иллюстрации, журналы, таблицы.

Необходимые материалы для выполнения программы: спортивная форма занятий.

План

Спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий лицея №13
На 2020-2021 учебный год

СЕНТЯБРЬ

1. Турслёт «Тропа здоровья» 2-4 классы (2 неделя)
2. 5-11 классы (3 неделя)
2. Футбол 5 классы (3 неделя)
5. Кросс 2 классы (4 неделя)
6. Кросс 3 классы (4 неделя)

7. Кросс 4 классы (4 неделя)
8. Ознакомление учащихся с комплексом ФСК ГТО (в теч. Четверти)
9. Футбол 4 классы (3 неделя)
10. Футбол 6 классы (3неделя)
11. Мой друг велосипед (5-6 классы)

ОКТАБРЬ

- «Муравейник» 2-4 классы (в течении месяца)
- «Чудо-шашки» 4-5 классы (3 неделя)
- «Весёлые старты» 2-4 классы (4 неделя)
- Футбол 9-11 классы (2 неделя)
 - Футбол 6 классы (1 неделя)

НОЯБРЬ

4. В дни каникул «Пионербол» для 6-х классов
5. «Баскетбольные эстафеты» 5 классы (2 неделя)
6. Стритбол 6-11 классы (юноши и девушки) (3-4 неделя)

ДЕКАБРЬ

- «Белая ладья 5-6 классы (1 неделя)
Волейбол среди 9-11-х классов (1-2 неделя)
- Весёлые старты 2 классы. (3 неделя)
- «Весёлые старты» среди учащихся 1-х классов (3 неделя)

ЯНВАРЬ

1. Лыжные эстафеты 5-8 классы (3 неделя)
2. «Перестрелка» 4 классы (3 неделя)
3. Перестрелка 5 классы (4 неделя)
4. Папа, мама, я-спортивная семья 1-4 классы (4 неделя)

ФЕВРАЛЬ

1. «А ну-ка парни» ОФП (отжимание, подтягивание пресс) 8-10 классы (3 неделя)
2. Зимние забавы для 1-х классов на лыжах и санках. (4 неделя)
3. «Зарничка» 3-4 классы
4. Лыжные эстафеты 2 классы (3 неделя)
5. Лыжные эстафеты 3 классы (3 неделя)
6. Лыжные эстафеты 4 классы (3 неделя)

МАРТ

- Соревнования по волейболу среди 8-11 классов (1 неделя)
- Весёлые старты 1 классы (3 Неделя)
- Весёлые старты 2 классы (3 Неделя)
- «Пионербол» 5-6 классы (2 неделя)
- Лыжня России 5-11 классы (1 неделя)

АПРЕЛЬ

1. «Армрестлинг» среди юношей 5-11 классы (1 неделя)
2. Всемирный День здоровья в лицее (7 апреля)
3. Волейбол 7-9 классы (2 неделя)
4. Подготовка команды лицея к спартакиаде по легкой атлетике
5. Мой друг велосипед (7-8 классы)
6. Городская Зарница

МАЙ

1. Кросс 1-4 классы (2 неделя)
2. Футбол 2-5 классы (3 неделя)
3. Спортивный праздник лицея №13 – подведения итогов года (4 неделя)
4. Эстафета 9 мая
5. Спартакиада по легкой атлетике (3 неделя)