

Утверждаю

Директор

Меньшикова

Н.В.Меньшикова



Учебный план

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности

Муниципального казенного общеобразовательного учреждения основная общеобразовательная школа п. Водла

Пудожского муниципального района Республики Карелия

2025-2026 учебный год

| Наименование | Уровень образования | Срок реализации | Объем учебной нагрузки | | | | | | Продолжительность занятий, час | Кол-во обучаящихся | Количество часов в год | | | |
|---------------------------|---------------------|-----------------|------------------------------------------|------------------|------------------|------------------|---------------------------------------------|------------------|--------------------------------|--------------------|------------------------|------------------|------------------|--|
| | | | Учебная нагрузка на 1 группу (недел.час) | Учебных групп | | | Количество часов по годам обучения в неделю | | | | 1-й год обучения | 2-й год обучения | 3-й год обучения | |
| | | | | 1-й год обучения | 2-й год обучения | 3-й год обучения | 1-й год обучения | 2-й год обучения | 3-й год обучения | | | | | |
| «Спортивная общая секция» | Основное общее | От 1 года до 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 102 | 102 | |
| Всего: | | | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 102 | 102 | |

Пояснительная записка

к учебному плану дополнительной образовательной программы спортивно-оздоровительной направленности

Основная цель политики государства в области физической культуры – оздоровление нации, формирование здорового образа жизни населения. В последние годы в России ухудшилось состояние здоровья населения. Правительство РФ в настоящее время во главу угла ставит задачу оздоровления общества, формирование культуры здоровьесбережения. Самой высокой социальной и гуманитарной ценностью является здоровье детей. Одной из приоритетных задач является ориентация образования на сохранение здоровья школьников. Одним из приоритетных направлений деятельности образовательных учреждений является обеспечение качественного уровня физической культуры, физического развития и физической подготовленности обучающихся.

Помочь решить эти задачи в школе мы пытаемся с помощью организации физкультурно-спортивной работы, спортивно-массовых мероприятий.

Цель: укрепление здоровья и физического совершенствования учащихся общеобразовательных школ на основе систематически организованных обязательных внеклассных спортивно-оздоровительных занятий всех детей

Задачи:

- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех учащихся в спортивной жизни школы;
- Закрепление и совершенствование умений и навыков учащихся, полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;
- воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;
- профилактика асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, выработка потребности в здоровом образе жизни.

Программа рассчитана на обучающихся с 5 по 9 класс. Планируемая наполняемость группы – 21 человек. Продолжительность занятий – 40 минут.

Уровень готовности обучающихся для освоения программы физкультурно-спортивной направленности.

Программы спортивно-технической направленности предназначены для всех возрастных уровней от начального общего до основного общего образования и не требуют специальной подготовки для их освоения.

Формы реализации программы:

- Деятельность кружков и секций физкультурно-спортивной направленности:
- Спортивные игры (футбол, волейбол и др.)
- Участие в конкурсах, играх, проектах физкультурно-спортивной направленности;
- Участие учащихся в традиционных мероприятиях школы.

Ожидаемые результаты:

1. Содействие всестороннему развитию личности;
2. Воспитание активно развитой личности.
3. Охрана и укрепление здоровья детей;
4. Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями;
5. Развитие физических качеств;
6. Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха;
7. Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

8. Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности.

Планреализации программы.

1. Работа по подготовке команд классов по видам спорта, включенным во внутришкольные соревнования

2. Физкультурно-спортивные праздники:

- День здоровья
- Неделя спорта
- «Полоса препятствий»

4. Участие в районных мероприятиях

(согласно плану проведения районных соревнований)

Содержание программы направлено на решение конкретных взаимосвязанных с уроком задач, активно способствующих всестороннему развитию подрастающего поколения.

Основными направлениями и отличием программы кружка «Спортивная секция» является отведение большого количества времени, используемого непосредственно для практических занятий с целью выработки автоматизма действий, необходимых для занятий спортивными играми. Теоретическая часть, помимо изучения устройства оружия, включает в себя историко-краеведческие обзоры для расширения общего кругозора школьников.