



УТВЕРЖДАЮ:

Директор РЖД Лицея № 5

А.А. Крамер

Приказ от 10.01.2024 г. № 20

**План работы
школьного спортивного клуба «Сапсан»
на 2023-2024 учебный год**

Цель: Организация и совершенствование физкультурно-массовой работы в лицее, вовлечение обучающихся Лицея к систематическим занятиям физической культурой, школьным и массовым спортом, формирование здорового образа жизни. А также развитие и популяризация традиций региона в области физической культуры и спорта. Повышение спортивного мастерства членов ШСК «Сапсан»

Задачи:

- разработка предложений по развитию физической культуры и спорта в Лицее в рамках учебной и внеурочной деятельности;
- вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом, формирование у них мотивации и устойчивого интереса к укреплению здоровья;
- организация физкультурно-спортивной работы Лицея во внеурочное время;
- активизация физкультурно-спортивной работы и участие всех обучающихся и иных участников образовательного процесса в спортивной жизни Клуба;
- укрепление здоровья и физическое совершенствование участников образовательного процесса на основе систематически организованных массовых спортивно-оздоровительных мероприятий;
- закрепление и совершенствование умений и навыков обучающихся, полученных на занятиях физической культурой, формирование жизненно необходимых физических качеств;
- воспитание у обучающихся общественной активности и трудолюбия, самостоятельности и организаторских способностей;
- привлечение к спортивно-массовой работе в Клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей обучающихся;
- профилактика таких асоциальных проявлений в подростковой среде как наркомания, курение, алкоголизм, выработка потребности в здоровом образе жизни;
- повышение рейтинга Лицея.

План работы Клуба

№	Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
<i>рик-оздоровительное направление</i>			
Деятельность по организации и проведению физкультурно-оздоровительных и социально-значимых мероприятий			
1	Организация и проведение физкультурно-оздоровительных и социально-значимых школьных мероприятий для учащихся 1 - 11 классов	Согласно календарному плану мероприятий клуба	Руководитель клуба, учителя физической культуры, входящие в Совет клуба (далее – Совет клуба) Спортивные волонтеры/инструкторы
2	Участие в организации Родительского всеобуча: - выпуск информационно-просветительских буклетов для	1-2 раза в год	Руководитель клуба, Совет клуба

	родителей по актуализации ценности здоровья, формирования ЗОЖ и профилактики вредных привычек, популяризация ВФСК ГТО; - выявление спортивных родителей и вовлечение их в школьные физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия	В течение учебного года	
<i>Спортивно – массовое направление</i>			
Соревновательная деятельность / отбор на школьном этапе:			
1	Организация и проведение Президентских состязаний	Сентябрь - апрель	Руководитель клуба, педагоги, Совет клуба, спортивные волонтеры
2	Организация и проведение Игр ШСК	Январь-февраль	
3	Организация и проведение ДНЕЙ ЗДОРОВЬЯ	Сентябрь - май	
4	Организация и проведение школьных спортивно-массовых мероприятий по различным видам спорта	В течение учебного года	
<i>Образовательное направление (в рамках внеурочной деятельности)</i>			
Подготовка участников Всероссийской олимпиады школьников			
1	<i>Теоретическая подготовка</i>	Согласно графику ВсОШ	Руководитель клуба, педагоги, Совет клуба
2	<i>Практическая подготовка</i>		
2.1	Упражнения и комбинации раздела «Гимнастика с основами акробатики».		
2.2	Упражнения и комбинации раздела «Спортивные игры. Баскетбол».		
2.3	Упражнения и комбинации раздела «Спортивные игры. Волейбол».		
2.4	Упражнения и комбинации раздела «Спортивные игры. Футбол».		
2.5	Упражнения раздела «Легкая атлетика».		
2.6	Упражнения раздела «Общая физическая подготовка».		
Подготовка команд для дальнейшего участия в Президентских соревнованиях			
1	Президентские состязания	Согласно Положениям муниципального и регионального этапов	Руководитель ШСК, педагоги
2	Игры ШСК		
3	Президентские спортивные игры		
Подготовка спортивных волонтеров /инструкторов			
1	Подготовка спортивных волонтеров/инструкторов к разработке и проведению школьных мероприятий со сверстниками	В течение учебного года	Руководитель клуба
2	Судейская практика	В течение учебного года	Руководитель клуба, спортивные волонтеры/инструкторы
<i>Информационно – пропагандистское направление</i>			
Волонтерская деятельность			
1	Формирование групп спортивных волонтеров/инструкторов	Сентябрь	Руководитель клуба, педагоги

2	Разработка положений о школьных физкультурно–спортивных и социально–значимых мероприятиях, их организация и проведение	В течение учебного года	Руководитель клуба, Совет клуба
3	Сопровождение самостоятельной работы волонтеров / инструкторов	В течение учебного года	Руководитель клуба, педагога
4	Выпуск спортивных бюллетеней о результатах спортивных соревнований и личных достижений обучающихся	В течение учебного года	Руководитель клуба, педагога
5	Создание презентаций, видеороликов о лучших спортсменах школы	Один раз в четверть	Спортивные волонтеры/ инструкторы
Пропаганда ВФСК ГТО, ЗОЖ			
1	Конкурсы рисунков, плакатов по пропаганде ВФСК ГТО, ЗОЖ	В течение учебного года	Руководитель клуба, Совет клуба
2	Беседы, классные часы, акции для обучающихся по пропаганде Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», здорового образа жизни	1 раз в три месяца	
3	Встречи с представителями спортивной общественности	1-2 раза в год	Руководитель клуба, педагога
4	Выпуск спортивных бюллетеней, информационные заметки в социальных сетях о ЗОЖ, ВФСК ГТО	В течение учебного года	Руководитель клуба, Совет клуба, спортивные волонтеры
Информационное освещение деятельности клуба			
1	Создание и ведение страницы (сообщества) клуба в социальных сетях	1 раз в год, постоянно	Руководитель клуба
2	Размещение документов клуба на сайте ОУ, подготовка и размещение информации о деятельности ШСК в сети Интернет, на информационном стенде	В течение учебного года	Лицо, уполномоченное в ОУ вести работу сайта; руководитель клуба
3	Информирование о результатах спортивных соревнований и личных достижений обучающихся	В течение учебного года	Руководитель клуба
4	Публикация презентаций, трансляция видеороликов о лучших спортсменах школы	1-2 раза в год	Совет клуба
<i>Организационно–педагогическая деятельность</i>			
Организация деятельности клуба			
1	Выбор Совета клуба	Сентябрь	Руководитель клуба
2	Организация заседаний Совета клуба	Не менее 2 раза в год	Руководитель клуба
3	Разработка Календарного плана мероприятий клуба на новый учебный год, контроль за его реализацией	Сентябрь В течение учебного года	Руководитель клуба, Совет клуба
4	Координация деятельности Совета клуба, спортивных волонтеров /инструкторов	В течение учебного года	Руководитель клуба, учителя физической культуры

5	Оформление спортивного уголка	Сентябрь	Совет клуба, спортивные волонтеры/инструкторы
Работа с документацией			
1	Разработка форм планирующей, учетной и отчетной документации	Сентябрь	Руководитель клуба
2	Ведение документации (журнал учета, протоколы соревнований)	В течение учебного года	Руководитель клуба, педагоги
3	Заполнение отчетов школьных этапов Президентских состязаний и Президентских спортивных игр, Игр ШСК	Апрель	Руководитель клуба
4	Подготовка письменного отчета о деятельности клуба за учебный год	Май	
5	Отчет о работе клуба на совещаниях и педсоветах	Май	
Конкурсная деятельность			
1	Участие в конкурсах различного уровня среди клубов: муниципального, регионального, федерального	В течение учебного года	Руководитель клуба, учителя физической культуры - Совет клуба, спортивные волонтеры/инструкторы
Организационно-методическая деятельность			
1	Организация и участие в семинарах, конференциях и других формах с целью обмена опытом	1-2 раза в год	Руководитель клуба
2	Обмен информацией между ШСК	В течение учебного года	Руководитель клуба
3	Участие в организации муниципальных (региональных) физкультурно-спортивных мероприятий	По необходимости	Руководитель клуба Совет клуба
4	Обобщение опыта деятельности ШСК и оформление методических материалов	В течение учебного года	Руководитель клуба Совет клуба

Взаимодействие с другими организациями и социум

№	Содержание деятельности	Сроки	Ответственные
1	Школы города Кургана (обмен информацией, организация физкультурно-спортивных мероприятий)	В течение учебного года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
2	Отдел спорта Департамента социальной политики Администрации города Кургана (участие в различных акциях, спартакиадах)	В течение учебного года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
3	МБУДО ДЮСШ (проведение общих мероприятий)	В течение учебного года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
4	Курганское региональное отделение общероссийской общественно-государственной детско-юношеской	В течение учебного года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры

	организации «Российское движение школьников» (проведение и участие в акциях РДШ разного уровня)		
5	Курганский Дом молодежи (сотрудничество, проведение различных мероприятий)	В течение учебного года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
6	Отдел по физической культуре, спорта и молодёжной политики	В течение учебного года	Руководитель ШСК, учителя физической культуры
7	ИРОСТ города Кургана (участие в фестивалях, конференциях)	В течение учебного года	Руководитель ШСК
8	МБУ ИМЦ города Кургана (сотрудничество и участие в городских соревнованиях, конкурсах, жюри)	В течение учебного года	Учителя физической культуры
9	Центр тестирования ВФСК «ГТО», г. Курган	В течение учебного года	Учителя физической культуры

План городских соревнований школьников «Президентские состязания «Спорт для всех!» на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Вид соревнования	Классы	Сроки проведения	Ответственные
1	Эстафета 4 по100 М.; 4 по100 Д.	1-4	Сентябрь	Михайлова Ж. А.
2	Тесты:3х10,прыжок в длину с/м, метание мяча из за головы сидя	5	Февраль	Михайлова Ж. А.
3	Л/атлетическое многоборье: 60м., прыжок в длину с разбега, метание мяча.	6	Сентябрь	Михайлова Ж. А.
4	Кросс 1000 метров Кубок города по лыжным гонкам	7	Сентябрь Февраль	Сыренкова С. Л.
5	Кубок города по гимнастике	8	Декабрь	Сыренкова С. Л.
6	Тесты:3х10, прыжок в длину с/м, наклон вперед, подтягивание/отжимание	9	Декабрь	Сыренкова С. Л.
7	Кросс 1000 м. Ю., 500 м. Д.	10	Апрель	Сыренкова С. Л.
8	Тесты:3х10,прыжок в длину с/м, наклон вперед, подтягивание/отжимание	11	Октябрь	Сыренкова С. Л.

План Спартакиады учащихся общеобразовательных учреждений г. Кургана на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Вид спорта	Участники	Сроки проведения	Примечание	Ответственные
1	Мини-футбол	Сборная команда юношей	Ноябрь	В рамках ШФЛ	Михайлова Ж.А.

2	Волейбол	Команда юношей Команда девушек	Декабрь	В рамках ШВЛ	Сыренкова С. Л.
3	Баскетбол	Команда юношей Команда девушек	Ноябрь- декабрь	В рамках ШБЛ	Михайлова Ж.А. Сыренкова С. Л
4	Шахматы	2 юн.+1 дев.	Март		Смычагин А. В.
5	Лыжные гонки	5юн.+3дев.	Март	В рамках «Курганская лыжня- 2023»	Учителя физической культуры
6	Настольный теннис	3юн.+2 дев	Апрель		Учителя физической культуры
7	Легкоатлетиче ский кросс	10юн.+10дев.	Май	В рамках Чемпионата и Первенства г. Кургана по кроссу	Учителя физической культуры
8	Легкоатлетиче ская эстафета	По положению	Май	В рамках л/а эстафеты на призы газеты «Новый мир»	Учителя физической культуры

**Календарный план городских спартакиад ВФСК ГТО
на 2023-2024 учебный год**

№ п/п	Спартакиада	Участники	Сроки проведения	Ответственные
1	Спартакиада «Готов к труду и обороне» среди школьников 1-2 ступени ВФСК ГТО	1-4 классы	сентябрь- октябрь	Михайлова Ж. А.
2	Спартакиада «Готов к труду и обороне» среди школьников 5-6 ступени ВФСК ГТО	9-11 классы	сентябрь, март	Михайлова Ж. А. Сыренкова С.Л.
3	Спартакиада «Готов к труду и обороне» среди школьников 3-4 ступени ВФСК ГТО	5-8 классы	апрель	Михайлова Ж. А. Сыренкова С.Л.
4	Спартакиада «Готов к труду и обороне» среди всех категорий населения ВФСК ГТО	Сборная школы	март-апрель	Учителя физической культуры

Календарный план городских соревнований на базе клуба «Сапсан»

№ п.п	Соревнования	Сроки проведения	Ответственные
1	Легкоатлетический кросс «Забег Победы 1418 м»	Май	Общее руководство ШСК «Сапсан»