

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Октябрьская средняя общеобразовательная школа»

Утверждено:
И.о. директора
МБОУ «Октябрьская СОШ»
_____ / Сакс Э.А.

от «28» августа 2025 г.

Программа
ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА
«ОЛИМП»

Педагог: Сакс Э.А.

2024-2025 уч.г.

Пояснительная записка

Цели:

- организация и проведение спортивно-массовой работы в образовательном учреждении в внеурочное время;
- формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и здоровому образу жизни.

Задачи:

- Привлечь учащихся школы, педагогов и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом для укрепления их здоровья и формирования здорового стиля жизни;
- Обеспечить внеурочную занятость детей «группы риска»;
- Развивать у школьников общественную активность и трудолюбие, творчество и организаторские способности;
- Привлекать к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей учащихся школы, общественные организации.

Направления деятельности Клуба

Основными направлениями деятельности школьного спортивного клуба являются:

1. Проведение внутришкольных спортивных соревнований (товарищеских встреч между классами, спортивными командами, школами);
2. Обеспечение систематического посещения занятий физической культурой и спортом учащимися 5-9-х классов школы;
3. Проведение конкурсов на лучшую постановку массовой культурно-оздоровительной и спортивной работы среди классов;
4. Выявление лучшего спортсмена класса, школы;
5. Награждение грамотами, дипломами, жетонами, значками лучших спортсменов, команд – победителей в школьных соревнованиях по видам спорта;
6. Поощрение лучших спортсменов и активистов клуба;
7. Пропаганда физической культуры и спорта в школе;
8. Проведение дней здоровья в образовательных учреждениях под девизом: «Спорт – формула жизни»; смотров-конкурсов на лучшую постановку спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы общеобразовательных учреждений «Красота и здоровье в подарок»
9. Информационное обеспечение спортивной жизни школы через школьную газету, стенные газеты, сменные информационные стенды, интернет и т.д.

Физическое воспитание – это педагогический процесс, направленный на формирование здорового, физически совершенного, социально активного поколения.

Физическое воспитание решает задачи укрепления здоровья, всестороннего развития физических и духовных сил, повышение трудоспособности, продления творческого долголетия и жизни людей, занятых во всех сферах деятельности. В процессе физического воспитания осуществляется морфологическое и

функциональное совершенствование организма человека, развитие физических качеств, формирование двигательных умений, навыков, специальной системы знаний и использование их в общественной практике и повседневной жизни. Физические упражнения влияют на продуктивность работы, они способствуют высокой творческой активности людей, занятых умственным трудом. Регулярные занятия определенными видами спорта и физическими упражнениями, правильное использование их в режиме обучения способствуют повышению умственной трудоспособности, совершенствованию ряда необходимых качеств – глубины мышления, комбинаторных способностей, оперативной, зрительной и слуховой памяти,

сенсомоторных реакций. Физическая культура и спорт является важным фактором снижения уровня заболеваний и травматизма.

Занятия физической культурой и спортом необходимы для всех людей, а не только для тех, профессии которых требуют особенной физической силы или особенного умственного усилия, еще и потому, что современные условия жизни (как на производстве, так и в быту) приводят к неизбежному снижению двигательной активности человека. Сниженная двигательная активность в свою очередь – к снижению тренированности организма, которая сопутствует снижению умственной и физической трудоспособности, снижению сопротивления организма человека к заболеваниям.

Физическая культура и спорт имеют в своем распоряжении большие возможности для воспитания всесторонне развитой личности. В процессе занятий совершается моральное, умственное, трудовое и эстетическое образование. При этом влияние физической культуры и спорта на личность довольно специфично и не может быть заменено или компенсировано какими-либо другими способами.

Календарно-тематическое планирование работы школьного
спортивного клуба «Олимп» в 2024/2025 уч.г.

№ недели	Неделя	Мероприятие
1	02.09. – 07.09.	Легкоатлетическая эстафета
2	09.09. – 14.09.	Первенство школы по мини-футболу
3	16.09. – 21.09.	Осенний кросс
4	23.09. – 27.09.	Соревнования «Будь здоров!» (7-8классы)
5	30.09 – 05.10.	Соревнования «Русская лапта» (8-9 классы)
6	07.10. – 12.10.	Соревнования «Русская лапта» (5-6 классы)
7	14.10. – 19.10.	Первенство школы по теннису
8	21.10 – 26.10.	«Веселые старты»
9	28.10 – 02.11.	Олимпиада по физкультуре. Школьный этап
10	11.11 – 16.11.	ГТО
11	18.11. – 23.11.	Первенство школы по шахматам
12	25.11. – 30.11.	Эстафета «Мы против СПИДа»
13	02.12. – 07.12.	Соревнования по волейболу (7-8 классы)
14	09.12. – 14.12.	Соревнования по волейболу (8-9 классы)
15	16.12. – 21.12.	Соревнования по мини-футболу (5-6 классы)
16	23.12. – 28.12.	Соревнования по мини-футболу (7-9 классы)
17	13.01. – 18.01.	«Лыжня России»
18	20.01. – 25.01.	Первенство школы по лыжным гонкам
19	27.01 – 01.02.	Эстафета «В здоровом теле – здоровый дух!»
20	03.02. – 08.02.	Соревнования по баскетболу (5-6 классы)
21	10.02. – 15.02.	Соревнования по баскетболу (7-9классы)
22	17.02 – 22.02.	Соревнования «Вперед, мальчишки!»
23	24.02. – 27.02.	День здоровья и спорта
24	03.03. – 08.03.	«Папа, мама, я – спортивная семья!»
25	10.03. – 15.03.	Соревнования по пионерболу (5-6 классы)
26	17.03. – 22.03.	Первенство школы по гимнастике среди девушек
27	24.03. – 25.03.	Первенство школы по гимнастике среди юношей
28	07.04 – 12.04.	Первенство школы по волейболу
29	14.04. – 19.04.	Спортивная эстафета «Быстрее, выше, сильнее»
30	21.04. – 26.04.	Игра-соревнование «Экстремальная ситуация»
31	28.04. – 30.04.	Пробег «Пробег памяти героев ВОВ»
32	05.05. – 07.05.	Соревнования по метанию мяча

33	12.05. – 17.05.	Первенство школы по легкой атлетике
34	19.05. – 24.05.	Эстафета «К старту готов!»
35	26.05. – 30.05	ГТО

*Спортивный
клуб*

«Олимп»

МБОУ «Октябрьская СОШ»

2024-2025 уч.год



«Спорт – это единственное зрелище, в котором, несмотря на количество повторов, конец остается неизвестным».

Н. Саймон

**План работы
школьного спортивного клуба «Олимп»
на I четверть 2024/2025 уч.г.**

№ недели	Неделя	Мероприятие
1	02.09. – 07.09.	Легкоатлетическая эстафета
2	09.09. – 14.09.	Первенство школы по мини-футболу
3	16.09. – 21.09.	Осенний кросс
4	23.09. – 27.09.	Соревнования «Будь здоров!» (7-8классы)
5	30.09 – 05.10.	Соревнования «Русская лапта» (8-9 классы)
6	07.10. – 12.10.	Соревнования «Русская лапта» (5-6 классы)
7	14.10. – 19.10.	Олимпиада по физкультуре. Школьный этап
8	21.10 – 26.10.	«Веселые старты»
9	28.10 – 31.10.	Подготовка к муниципальному этапу ВсОШ



**План работы
школьного спортивного клуба «Олимп»
на II четверть 2024/2025 уч.г.**

№ недели	Неделя	Мероприятие
1		Олимпиада по физкультуре. Школьный этап
2	11.11 – 16.11.	ГТО
3	18.11. – 23.11.	Первенство школы по шахматам
4	25.11. – 30.11.	Эстафета «Мы против СПИДа»
5	02.12. – 07.12.	Соревнования по волейболу (7-8 классы)
6	09.12. – 14.12.	Соревнования по волейболу (8-9 классы)
7	16.12. – 21.12.	Соревнования по мини-футболу (5-6 классы)
8	23.12. – 28.12.	Соревнования по мини-футболу (7-9 классы)



**План работы
школьного спортивного клуба «Олимп»
на III четверть 2024/2025 уч.г.**

№ недели	Неделя	Мероприятие
1	13.01. – 18.01.	«Лыжня России»
2	20.01. – 25.01.	Первенство школы по лыжным гонкам
3	27.01 – 01.02.	Эстафета «В здоровом теле – здоровый дух!»
4	03.02. – 08.02.	Соревнования по баскетболу (5-6 классы)
5	10.02. – 15.02.	Соревнования по баскетболу (7-9классы)
6	17.02 – 22.02.	Соревнования «Вперед, мальчишки!»
7	24.02. – 27.02.	День здоровья и спорта
8	03.03. – 08.03.	«Папа, мама, я – спортивная семья!»
9	10.03. – 15.03.	Соревнования по пионерболу (5-6 классы)
10	17.03. – 22.03.	Первенство школы по гимнастике среди девушек
11	24.03. – 25.03.	Первенство школы по гимнастике среди юношей



**План работы
школьного спортивного клуба «Олимп»
на IV четверть 2024/2025 уч.г.**

№ недели	Неделя	Мероприятие
1	07.04 – 12.04.	Первенство школы по волейболу
2	14.04. – 19.04.	Спортивная эстафета «Быстрее, выше, сильнее»
3	21.04. – 26.04.	Игра-соревнование «Экстремальная ситуация»
4	28.04. – 30.04.	Пробег «Пробег памяти героев ВОВ»
5	05.05. – 07.05.	Соревнования по метанию мяча
6	12.05. – 17.05.	Первенство школы по легкой атлетике
7	19.05. – 24.05.	Эстафета «К старту готов!»
8	26.05. – 30.05	ГТО

