

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МАРЬИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете
Протокол № 1
«31» августа 2026 г.

Утверждаю.
Директор школы:

Т.А. Дружинина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА
«СПАРТАК»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации: 2 года

Возраст обучающихся: 7–18 лет

Составитель: Немцева К.Э., инструктор
по физической культуре

с. Марьино

ОГЛАВЛЕНИЕ

ОГЛАВЛЕНИЕ	2
1. Паспорт программы	5
2. Пояснительная записка	5
2.1. Актуальность.....	5
2.2. Педагогическая целесообразность и особенности	5
2.3. Адресат, набор и организация	6
3. Нормативно-правовая основа	6
4. Цель и задачи.....	6
5. Планируемые результаты.....	7
5.1. Личностные	7
5.2. Метапредметные	7
5.3. Предметные.....	7
6. Содержание программы	7
ОФП	7
Баскетбол	8
Волейбол.....	8
Лёгкая атлетика	8
Шашки.....	8
Лыжная подготовка	8
Подвижные игры	8
Самоконтроль	8
Судейство и соревнования	8
Безопасность	8
7. Учебно-тематический план.....	9
7.1. План на 1-й год обучения (36 часов).....	9
7.2. План на 2-й год обучения (36 часов).....	9
8. Подробное содержание обучения	10
8.1. Первый год обучения.....	10
8.2. Второй год обучения	10
9. Календарно-тематическое планирование	10
9.1. Календарный план на 1-й год (36 занятий).....	10

9.2. Календарный план на 2-й год (36 занятий).....	12
10. Формы контроля и оценочные материалы	14
10.1. Входная диагностика	14
10.2. Текущий контроль	14
10.3. Промежуточный контроль.....	14
10.4. Итоговый зачёт.....	14
11. Организационно-педагогические условия	15
12. Методическое обеспечение.....	15
13. Воспитательная работа клуба «Спартак»	15
14. Требования безопасности.....	15
14.1. Общие правила.....	15
14.2. Спортивный зал.....	15
14.3. Баскетбол и волейбол	15
14.4. Лёгкая атлетика.....	16
14.5. Лыжная подготовка.....	16
14.6. Подвижные игры и шашки	16
14.7. Соревнования и ЧС	16
15. Взаимодействие с родителями.....	16
16. Ожидаемые результаты и показатели эффективности.....	16
17. Список рекомендуемой литературы и ресурсов	17
18. Приложения	17
Приложение 1. Форма списка группы	17
Приложение 2. Лист посещаемости.....	17
Приложение 3. Карта индивидуального прогресса	18
Приложение 4. Лист инструктажа по безопасности.....	18
Приложение 5. Пример положения о внутришкольном соревновании.....	18
1. Общие положения	18
2. Цели и задачи	18
3. Участники.....	19
4. Программа и порядок.....	19
5. Судейство и безопасность.....	19
6. Подведение итогов	19

Приложение 6. Протокол соревнований.....	19
Приложение 7. Памятка обучающемуся.....	19

1. Паспорт программы

Показатель	Содержание
Наименование	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа школьного спортивного клуба «Спартак»
Образовательная организация	МБОУ «Марьинская средняя общеобразовательная школа», Юринский район, с. Марьино
Направленность	Физкультурно-спортивная
Срок реализации	2 года
Возраст	7–18 лет
Форма обучения	Очная
Режим занятий	1 академический час в неделю; 36 учебных недель в год
Объём	36 часов в год; 72 часа за 2 года
Состав группы	Разновозрастные группы; задания дифференцируются по возрасту, уровню физической подготовленности и медицинским рекомендациям
Формы занятий	Групповые, подгрупповые, индивидуальные; учебно-тренировочные занятия, игры, эстафеты, соревнования, беседы
Итоговая аттестация	Итоговый зачёт/итоговое спортивно-оздоровительное мероприятие с учётом индивидуальной динамики

Программа является рабочим документом школы и подлежит адаптации под расписание, материально-технические условия, погодные условия, санитарные требования и медицинские рекомендации. Конкретные локальные реквизиты, даты, ФИО и подписи заполняются школой.

2. Пояснительная записка

2.1. Актуальность

Для сельской школы спортивный клуб является доступной формой организации двигательной активности, содержательного досуга и социальной коммуникации детей и подростков. Программа позволяет использовать школьный спортивный зал, пришкольную площадку и имеющийся инвентарь, формировать привычку к регулярным занятиям физической культурой, поддерживать здоровье и вовлекать обучающихся в школьные и муниципальные спортивные события Юринского района.

2.2. Педагогическая целесообразность и особенности

Содержание объединяет общую физическую подготовку, игровые виды спорта, лёгкую атлетику, лыжную подготовку, шашки и подвижные игры. Такое сочетание развивает выносливость, координацию, быстроту, силу, гибкость, тактическое мышление и навыки взаимодействия. Разновозрастный состав используется как ресурс взаимного обучения: старшие обучающиеся могут выполнять функции помощников, судей и организаторов при педагогическом сопровождении.

2.3. Адресат, набор и организация

К занятиям приглашаются обучающиеся 7–18 лет, проявляющие интерес к физической культуре и спорту. Набор осуществляется на добровольной основе по заявлению обучающегося/родителя (законного представителя), при наличии медицинского допуска и с учётом возможностей школы. Занятия проводятся очно, в группах разного возраста; нагрузка и сложность заданий регулируются педагогом.

- словесные и наглядные объяснения, показ, практическая отработка;
- игровые и соревновательные формы с обязательным соблюдением безопасности;
- самостоятельная разминка и рефлексия — постепенно, по мере готовности;
- дифференциация по возрасту, полу, физической подготовленности, опыту и медицинским рекомендациям;
- при ухудшении самочувствия обучающийся прекращает упражнение и сообщает педагогу.

3. Нормативно-правовая основа

При утверждении и реализации программы необходимо проверить актуальность редакций, действие и применимость документов на соответствующую дату, а также включить в локальный перечень школы точные номера, даты и ссылки на официальные источники. В настоящем проекте номера нормативных актов намеренно не выдумываются.

- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- федеральные государственные образовательные стандарты общего образования — в части воспитания, здоровья и физической культуры;
- порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- санитарные правила и нормы, регулирующие условия и безопасность обучения, режима занятий, физического воспитания и пребывания детей;
- правила по охране труда и требования пожарной безопасности для образовательных организаций;
- устав школы, образовательная программа, положение о дополнительном образовании, положение о школьном спортивном клубе, инструкции по охране труда и локальные акты о соревнованиях;
- календарь спортивно-массовых мероприятий школы и муниципального уровня — при наличии.

4. Цель и задачи

Цель: создание условий для укрепления здоровья, физического развития, формирования устойчивой мотивации к занятиям физической культурой и приобретения обучающимися базовых спортивных и командных навыков.

Задачи:

- оздоровительные: развивать физические качества и повышать двигательную активность без перегрузок;
- образовательные: обучать базовой технике и правилам спортивных игр, лыжной подготовки, лёгкой атлетики и шашек;
- воспитательные: формировать дисциплину, ответственность, честную игру, командность и уважение к сопернику;
- развивающие: развивать самоконтроль, тактическое мышление, инициативу и способность к сотрудничеству;
- организационные: вовлекать обучающихся в судейство, соревнования, спортивное самоуправление и волонтерство.

5. Планируемые результаты

5.1. Личностные

- ценностное отношение к здоровью и активному образу жизни;
- ответственность за своё поведение и безопасность;
- уважение к партнёрам, соперникам и правилам честной игры;
- готовность к сотрудничеству, взаимопомощи и участию в жизни клуба.

5.2. Метапредметные

- умение ставить простую цель занятия, планировать действия и оценивать результат;
- умение работать по инструкции, наблюдать, сравнивать и корректировать технику;
- коммуникация в команде, распределение ролей, принятие решений;
- навыки самоконтроля и рефлексии физического состояния.

5.3. Предметные

- выполнение базовых общеразвивающих и координационных упражнений;
- знание основных правил баскетбола, волейбола, подвижных игр, шашек и безопасного поведения;
- владение начальными техническими действиями: стойки, перемещения, передачи, ведение, броски, подачи, бег, прыжки, лыжные ходы;
- участие в эстафетах и соревнованиях, выполнение доступных функций судьи и помощника организатора.

6. Содержание программы

ОФП

Строевые упражнения, разминка, бег, прыжки, упражнения на силу, гибкость, координацию и выносливость; круговые и эстафетные комплексы с дозировкой по возможностям.

Баскетбол

Стойка, перемещения, остановки, ведение, передачи, ловля, бросок с места и в движении, индивидуальные и командные действия, правила.

Волейбол

Стойки и перемещения, нижняя передача, приём мяча, нижняя прямая подача в облегчённых условиях, взаимодействие и правила.

Лёгкая атлетика

Бег на короткие и средние доступные отрезки, ускорения, прыжки, метания лёгких снарядов, эстафеты, техника старта и финиша.

Шашки

Доска и шашки, ходы, взятие, дамка, простые комбинации, разбор партий, задачи и культура игры.

Лыжная подготовка

Подготовка инвентаря, стойка, попеременный и одновременный ходы в доступном объёме, подъёмы и торможения; только при снежном покрове и безопасных условиях.

Подвижные игры

Игры на внимание, быстроту, ловкость, взаимодействие, эстафеты и командные задания с адаптацией правил.

Самоконтроль

Самочувствие, пульс до/после нагрузки, дыхание, признаки утомления, дневник активности, восстановление.

Судейство и соревнования

Роли судьи, секретаря, капитана, порядок проведения, жеребьёвка, протокол, участие в внутришкольных мероприятиях.

Безопасность

Инструктажи, безопасная дистанция, техника работы с инвентарём, поведение в зале, на площадке и при ЧС.

7. Учебно-тематический план

7.1. План на 1-й год обучения (36 часов)

№	Раздел/тема	Количество часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	ОФП	6	1	5	наблюдение, практическая проверка
2	Баскетбол	4	1	3	карточки техники, игра
3	Волейбол	4	1	3	практическая проверка
4	Лёгкая атлетика	4	1	3	эстафета, наблюдение
5	Шашки	3	1	2	задачи, партия
6	Лыжная подготовка	3	1	2	показ хода, наблюдение
7	Подвижные игры	4	0	4	игра, командное взаимодействие
8	Самоконтроль	2	2	0	беседа, лист самонаблюдения
9	Судейство и соревнования	3	1	2	роль в мероприятии
10	Безопасность	3	3	0	инструктаж, опрос
	Итого	36	11	25	итоговый зачёт

7.2. План на 2-й год обучения (36 часов)

№	Раздел/тема	Количество часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	ОФП	6	1	5	наблюдение, практическая проверка
2	Баскетбол	4	1	3	карточки техники, игра
3	Волейбол	4	1	3	практическая проверка
4	Лёгкая атлетика	4	1	3	эстафета, наблюдение
5	Шашки	3	1	2	задачи, партия
6	Лыжная подготовка	3	1	2	показ хода, наблюдение
7	Подвижные игры	4	0	4	игра, командное взаимодействие
8	Самоконтроль	2	2	0	беседа, лист самонаблюдения
9	Судейство и соревнования	3	1	2	роль в мероприятии

10	Безопасность	3	3	0	инструктаж, опрос
	Итого	36	11	25	итоговый зачёт

Примечание: сезонное распределение уточняется календарно-тематическим планированием; лыжные занятия заменяются равноценными занятиями в зале/на площадке при отсутствии снега, неблагоприятной погоде или отсутствии безопасных условий.

8. Подробное содержание обучения

8.1. Первый год обучения

- ОФП: базовые двигательные умения, правильная осанка, доступные упражнения на быстроту, ловкость, гибкость, силу и выносливость.
- Баскетбол и волейбол: стойки, перемещения, ловля и передача мяча, ведение, бросок с места, нижняя передача и облегчённая подача; простые правила.
- Лёгкая атлетика и игры: бег с изменением темпа, прыжки, метание, простейшие эстафеты; игры на внимание и взаимодействие.
- Шашки: назначение поля, ходы, обязательность взятия, дамка, простые комбинации начального уровня.
- Лыжная подготовка: перенос лыж, стойка, попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ход в доступных условиях, торможение.
- Самоконтроль и безопасность: оценка самочувствия, дыхания, пульса, разминка/заминка, правила поведения и сообщение о травме.

8.2. Второй год обучения

- ОФП: совершенствование двигательных качеств, круговые комплексы, эстафеты и самостоятельная разминка под контролем педагога.
- Баскетбол и волейбол: сочетание технических действий, открывание, взаимодействие в парах и командах, игровые ситуации и тактика.
- Лёгкая атлетика: техника старта, ускорения, прыжки и метания, командные эстафеты с распределением ролей.
- Шашки: более сложные комбинации, размен, ловушки, анализ позиции и самостоятельное решение задач.
- Лыжная подготовка: совершенствование ходов, подъёмы/спуски, безопасные лыжные переходы на доступную дистанцию.
- Судейство и соревнования: правила, протокол, жеребьёвка, организация этапов, судейские сигналы и спортивное самоуправление.

9. Календарно-тематическое планирование

9.1. Календарный план на 1-й год (36 занятий)

№	Тема занятия	Часы	Содержание	Форма контроля
1	Вводное занятие. Инструктаж	1	правила клуба, медицинский допуск, знакомство; приём	опрос

			безопасных упражнений	
2	ОФП: разминка и осанка	1	общеразвивающий комплекс, ходьба, лёгкий бег	наблюдение
3	ОФП: координация	1	упражнения на равновесие и ловкость	практическая проверка
4	ОФП: быстрота	1	старты из разных положений, эстафета	эстафета
5	ОФП: сила	1	упражнения с весом собственного тела	наблюдение
6	ОФП: гибкость и заминка	1	растягивание без боли, дыхание	самооценка
7	ОФП: контрольный комплекс	1	индивидуально дозированный комплекс	лист прогресса
8	Баскетбол: стойка и перемещения	1	стойка, остановка, повороты	показ
9	Баскетбол: ведение	1	ведение правой/левой рукой, смена направления	упражнение
10	Баскетбол: передачи и ловля	1	передачи двумя руками от груди, в парах	наблюдение
11	Баскетбол: бросок и игра	1	бросок с места, мини-игра по упрощённым правилам	игра
12	Волейбол: стойки	1	перемещения и верхняя готовность	показ
13	Волейбол: нижняя передача	1	передача мяча снизу в парах	практическая проверка
14	Волейбол: приём и подача	1	приём мяча, облегчённая подача	наблюдение
15	Волейбол: командная игра	1	зоны, взаимодействие, мини-игра	игра
16	Шашки: правила	1	доска, расстановка, ходы	опрос
17	Шашки: взятие	1	простые взятия и обязательность взятия	задачи
18	Шашки: комбинации	1	двухходовые комбинации начального уровня	задачи
19	Лёгкая атлетика: бег	1	разминка, бег с изменением темпа	наблюдение
20	Лёгкая атлетика: старт	1	высокий старт, ускорение, финиш	эстафета
21	Лёгкая атлетика: прыжки	1	прыжок в длину с места, многоскоки по готовности	практика
22	Лёгкая атлетика: метание	1	метание лёгкого мяча в цель/на дальность	наблюдение
23	Подвижные игры: внимание	1	игры на реакцию и смену ролей	игра
24	Подвижные игры: эстафеты	1	командные задания на скорость и точность	эстафета
25	Подвижные игры:	1	игры с передачей предмета	игра

	взаимодействие		и поддержкой	
26	Подвижные игры: итоговая	1	выбор безопасных игр группой	самооценка
27	Самоконтроль: пульс	1	пульс до и после нагрузки, дыхание	лист наблюдений
28	Самоконтроль: восстановление	1	признаки утомления, вода, сон, заминка	беседа
29	Лыжи: инвентарь/замена	1	подготовка лыж; при отсутствии снега — зал	опрос/наблюдение
30	Лыжи: ход/замена	1	основной ход; альтернативное ОФП- занятие	показ
31	Лыжи: торможение/замена	1	торможение; безопасная эстафета в зале	наблюдение
32	Безопасность: зал	1	дистанция, инвентарь, действия при травме	инструктаж
33	Безопасность: площадка/лыжи	1	погода, маршрут, снег, одежда	инструктаж
34	Безопасность: соревнования	1	правила поведения, эвакуация, ЧС	опрос
35	Судейство: роли	1	судья, секретарь, капитан	практика
36	Судейство: протокол	1	заполнение протокола и счёт	проверка
37	Итоговый зачёт клуба	1	комплекс доступных заданий, игра/шашечная партия	итоговый зачёт

9.2. Календарный план на 2-й год (36 занятий)

№	Тема занятия	Часы	Содержание	Форма контроля
1	Организация работы клуба. Инструктаж	1	правила клуба, медицинский допуск, знакомство; приём безопасных упражнений	опрос
2	ОФП: разминка и осанка	1	общеразвивающий комплекс, ходьба, лёгкий бег	наблюдение
3	ОФП: координация	1	упражнения на равновесие и ловкость	практическая проверка
4	ОФП: быстрота	1	старты из разных положений, эстафета	эстафета
5	ОФП: сила	1	упражнения с весом собственного тела	наблюдение
6	ОФП: гибкость и заминка	1	растягивание без боли, дыхание	самооценка
7	ОФП: контрольный комплекс	1	индивидуально дозированный комплекс	лист прогресса
8	Баскетбол: сочетание действий	1	ведение, остановка, передача и бросок в связках	практика

9	Баскетбол: ведение	1	ведение правой/левой рукой, смена направления	упражнение
10	Баскетбол: передачи и ловля	1	передачи двумя руками от груди, в парах	наблюдение
11	Баскетбол: бросок и игра	1	бросок с места, мини-игра по упрощённым правилам	игра
12	Волейбол: стойки	1	перемещения и верхняя готовность	показ
13	Волейбол: нижняя передача	1	передача мяча снизу в парах	практическая проверка
14	Волейбол: подача и приём	1	сочетание подачи, приёма и передачи	игра
15	Волейбол: командная игра	1	зоны, взаимодействие, мини-игра	игра
16	Шашки: правила	1	доска, расстановка, ходы	опрос
17	Шашки: взятие	1	простые взятия и обязательность взятия	задачи
18	Шашки: сложные комбинации	1	трёхходовые задачи, разбор позиции	задачи
19	Лёгкая атлетика: бег	1	разминка, бег с изменением темпа	наблюдение
20	Лёгкая атлетика: старт	1	высокий старт, ускорение, финиш	эстафета
21	Лёгкая атлетика: прыжки	1	прыжок в длину с места, многоскоки по готовности	практика
22	Лёгкая атлетика: метание	1	метание лёгкого мяча в цель/на дальность	наблюдение
23	Подвижные игры: внимание	1	игры на реакцию и смену ролей	игра
24	Подвижные игры: эстафеты	1	командные задания на скорость и точность	эстафета
25	Подвижные игры: взаимодействие	1	игры с передачей предмета и поддержкой	игра
26	Подвижные игры: итоговая	1	выбор безопасных игр группой	самооценка
27	Самоконтроль: пульс	1	пульс до и после нагрузки, дыхание	лист наблюдений
28	Самоконтроль: восстановление	1	признаки утомления, вода, сон, заминка	беседа
29	Лыжи: инвентарь/замена	1	подготовка лыж; при отсутствии снега — зал	опрос/наблюдение
30	Лыжный переход/замена	1	переход по безопасному маршруту; альтернативное ОФП-занятие	наблюдение
31	Лыжи: торможение/замена	1	торможение; безопасная эстафета в зале	наблюдение
32	Безопасность: зал	1	дистанция, инвентарь, действия при травме	инструктаж

33	Безопасность: площадка/лыжи	1	погода, маршрут, снег, одежда	инструктаж
34	Безопасность: соревнования	1	правила поведения, эвакуация, ЧС	опрос
35	Судейство и положение	1	составление положения и распределение ролей	проверка
36	Проведение соревнования	1	судейство, протокол, подведение итогов	практика
37	Итоговый зачёт и рефлексия	1	спортивное мероприятие, анализ прогресса	итоговый зачёт

10. Формы контроля и оценочные материалы

10.1. Входная диагностика

Проводится в начале года в щадящем формате: беседа о здоровье и опыте, наблюдение за координацией, выполнением разминки, ходьбой/лёгким бегом по самочувствию, метанием лёгкого мяча в цель, простым упражнением на гибкость. Жёсткие нормативы не являются обязательными.

10.2. Текущий контроль

Наблюдение за техникой, активностью, соблюдением правил безопасности, взаимодействием; мини-задания, игровые ситуации, шашечные задачи, листы самоконтроля.

10.3. Промежуточный контроль

В конце каждого года: доступный комплекс ОФП, техническое задание по одному игровому виду, шашечная задача/партия, вопросы безопасности и рефлексия.

10.4. Итоговый зачёт

Зачёт выставляется по совокупности участия, освоения базовых действий, соблюдения безопасности и индивидуальной динамики; допускается выполнение задания в облегчённом варианте.

Уровень	Критерии
Зачтено	Обучающийся выполняет доступные действия с учётом рекомендаций, понимает правила, соблюдает безопасность, демонстрирует положительную динамику или устойчивое участие.
Рекомендации к дальнейшей работе	Требуется дополнительная помощь/показ, дозирование, повторение отдельных действий; фиксируются конкретные шаги поддержки.

Оценивание адаптируется по возрасту, полу, уровню подготовки и состоянию здоровья; сравнивается прежде всего индивидуальный прогресс. При наличии медицинских ограничений нагрузка снижается, отдельные упражнения заменяются, а результаты фиксируются в карте индивидуального прогресса.

11. Организационно-педагогические условия

- педагог, имеющий необходимую квалификацию и инструктажи по охране труда;
- медицинский допуск обучающихся, учёт ограничений и экстренных контактов в установленном порядке;
- спортивный зал, пришкольная площадка, безопасная зона для бега и игр;
- мячи, стойки/фишки, скакалки, обручи, гимнастический инвентарь, секундомер, свисток, разметка;
- лыжи и лыжные палки — при наличии, исправности, снежного покрова и безопасного маршрута;
- комплекты шашек и досок, аптечка, журнал инструктажей, журнал посещаемости, протоколы соревнований.

12. Методическое обеспечение

Используются словесные, наглядные, практические, игровые и соревновательные методы; показ с пошаговым объяснением, подводящие упражнения, повторение, обратная связь, работа в парах и малых группах. Применяются индивидуальный и дифференцированный подход, дозирование времени и интенсивности, смена видов деятельности, рефлексия.

13. Воспитательная работа клуба «Спартак»

- формирование культуры здорового образа жизни и личной ответственности;
- дисциплина, взаимоуважение, честная игра и неприятие неспортивного поведения;
- участие в школьных и муниципальных соревнованиях Юринского района по возможностям и при согласовании;
- спортивное самоуправление: капитаны, помощники судьи, ответственные за инвентарь;
- волонтерские инициативы: помощь в подготовке площадок, информационное сопровождение, поддержка младших участников.

14. Требования безопасности

14.1. Общие правила

Заниматься только с разрешения педагога, в спортивной форме и обуви; соблюдать дистанцию, выполнять команды, не использовать неисправный инвентарь; сообщать о боли, головокружении и травме.

14.2. Спортивный зал

Проверить покрытие и инвентарь, не бегать за пределами задания, не толкаться, соблюдать очередность и зоны приземления.

14.3. Баскетбол и волейбол

Контролировать мяч, не выбивать его опасным способом, не подставлять ноги, соблюдать дистанцию под кольцом/сеткой, не висеть на конструкциях.

14.4. Лёгкая атлетика

Бегать по своей дорожке/маршруту, метать только по команде в свободную зону, возвращаться после разрешения.

14.5. Лыжная подготовка

Проверить крепления, одежду и маршрут; соблюдать дистанцию, не выходить на лёд/опасный склон, учитывать температуру и видимость; при небезопасных условиях занятие заменяется.

14.6. Подвижные игры и шашки

В играх — обозначить границы, исключить опасные столкновения; шашки не бросать, не брать мелкие предметы в рот, хранить комплект организованно.

14.7. Соревнования и ЧС

До старта провести инструктаж, назначить судей и ответственных; при травме остановить деятельность, сообщить педагогу, оказать первую помощь в пределах компетенции и вызвать помощь; при ЧС действовать по плану эвакуации и указаниям работников школы.

15. Взаимодействие с родителями

- информирование о целях, расписании, правилах посещения и медицинском допуске;
- получение заявлений и необходимых согласий в установленном школой порядке;
- обратная связь об индивидуальной динамике, самочувствии и рекомендациях;
- привлечение родителей к поддержке здорового режима, участию в мероприятиях и безопасной логистике;
- разъяснение, что участие в соревнованиях и лыжных выходах возможно только при соблюдении условий безопасности и медицинских рекомендаций.

16. Ожидаемые результаты и показатели эффективности

Направление	Показатели
Охват и посещаемость	комплектование группы; регулярность посещения; участие в мероприятиях
Физическое развитие	индивидуальная положительная динамика по доступным упражнениям; улучшение координации и выносливости без перегрузки
Спортивные умения	освоение базовых действий и правил не менее чем по нескольким разделам программы
Безопасность	соблюдение инструкций; отсутствие опасного поведения; знание алгоритма действий при травме
Воспитательный эффект	командность, дисциплина, честная игра, участие в самоуправлении и волонтерстве
Удовлетворённость	обратная связь обучающихся и родителей, предложения по улучшению программы

17. Список рекомендуемой литературы и ресурсов

Перечень подлежит проверке на актуальность редакций, доступность и соответствие возрасту перед утверждением программы.

- официальные тексты федеральных законов и нормативных документов в сфере образования, физической культуры и спорта на государственных правовых ресурсах;
- актуальные методические материалы по физической культуре, спортивным играм, лыжной подготовке и безопасности;
- правила соревнований соответствующих спортивных федераций — в действующей редакции;
- учебные пособия по шашкам для начинающих и задачки соответствующего уровня;
- официальные информационные ресурсы Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства спорта Российской Федерации и региональных органов управления образованием/спортом;
- локальные документы МБОУ «Марьинская средняя общеобразовательная школа».

18. Приложения

Приложение 1. Форма списка группы

№	ФИО обучающегося	Год рождения	Класс	Медицинская группа/ограничения	Контакт родителя	Примечание
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Приложение 2. Лист посещаемости

[illegible]

13										
14										
15										

Приложение 3. Карта индивидуального прогресса

Дата	Раздел/умение	Исходный уровень	Наблюдаемая динамика	Рекомендации	Подпись педагога

Приложение 4. Лист инструктажа по безопасности

Дата	Тема инструктажа	ФИО обучающегося	Подпись обучающегося	Подпись педагога

Приложение 5. Пример положения о внутришкольном соревновании

1. Общие положения

Наименование соревнования: _____. Организатор: _____. Дата, место и время: _____. Положение утверждается локальным актом школы.

2. Цели и задачи

Популяризация физической культуры, развитие командного взаимодействия, выявление интереса и поддержки участия.

3. Участники

Обучающиеся, допущенные к участию по медицинским и организационным условиям; возрастные подгруппы и состав команд определяются организатором.

4. Программа и порядок

Виды/этапы: _____. Жеребьёвка, порядок стартов, продолжительность и правила доводятся до участников до начала.

5. Судейство и безопасность

Судейская коллегия: _____. Ответственные за безопасность: _____. При травме действуют инструкции школы.

6. Подведение итогов

Результаты определяются по утверждённым критериям; награждение: _____.

Приложение 6. Протокол соревнований

№	Команда/участник	Возрастная группа	Результат/очки	Место	Примечание

Приложение 7. Памятка обучающемуся

- приходи на занятие в спортивной форме, с водой и хорошим настроением;
- выполняй разминку, слушай команды и соблюдай дистанцию;
- не используй инвентарь без разрешения и сообщай о неисправностях;
- не скрывай боль или плохое самочувствие — сразу скажи педагогу;
- уважай партнёров и соперников, соблюдай честную игру;
- после занятия убери инвентарь и оцени своё самочувствие.

Программа рассмотрена и утверждается с учётом конкретных условий школы. Перед началом учебного года проверяются расписание, инвентарь, состояние спортивных объектов, погодные условия, санитарные требования, медицинские рекомендации и актуальность нормативной базы.