

Директор МБОУ «Икшурминская средняя школа»



Р.Х. Альмаметова

Положение
о физкультурно-спортивном клубе
Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
«Икшурминская средняя школа»

1. Общие положения

1.1 В своей деятельности физкультурно-спортивный клуб руководствуется Конституцией Российской Федерации, Семейным кодексом РФ, Законом РФ «Об образовании».

1.2 Физкультурно-спортивный клуб призван средствами физической культуры всемерно способствовать:

- укреплению здоровья детей и подростков;
- воспитанию в них сознательного отношения к своему физическому развитию;
- вовлечению жителей микрорайона в занятия массовым спортом;
- созданию дворовых команд данного микрорайона;
- организации досуга;
- повышению спортивного мастерства его членов.

1.3 Деятельность физкультурно-спортивного клуба строится, исходя из интересов учащихся и включает в себя физкультурно-оздоровительное и спортивное направление.

1.4 Физкультурно-спортивный клуб не является юридическим лицом, он имеет собственное название и эмблему.

1.5 Школа оказывает физкультурно-спортивному клубу помощь в материально-техническом обеспечении и оснащении образовательного процесса, оборудовании помещений клуба в соответствии с государственными и региональными требованиями.

1.6 В своей деятельности физкультурно-спортивный клуб руководствуется данным положением.

1.7 Школа осуществляет контроль за деятельностью физкультурно-спортивного клуба.

2. Структура клуба

2.1 Непосредственное управление деятельностью клуба осуществляет руководитель, который назначается приказом директора школы на основании трудового договора в соответствии с действующим законодательством.

2.2 Деятельность руководителя физкультурно-спортивного клуба регламентируется его должностной инструкцией.

2.3 Членом физкультурно-спортивного клуба может быть любой человек в возрасте от четырех лет и старше, не имеющий медицинских противопоказаний.

2.4 Члены клуба имеют право:

- бесплатно пользоваться инвентарем, оборудованием и сооружениями клуба, а также методическими пособиями;
- получать консультации работников физкультурно-спортивного клуба;
- избирать и быть избранным в Совет клуба;
- вносить предложения по совершенствованию работы физкультурно-спортивного клуба;
- участвовать в физкультурно-оздоровительных мероприятиях и спортивных соревнованиях, организуемых клубом;

2.5 Члены физкультурно-спортивного клуба обязаны:

- соблюдать правила техники безопасности;
- выполнять установленный в физкультурно-спортивном клубе внутренний порядок;
- соблюдать расписание занятий и соревнований;
- на занятиях и соревнованиях присутствовать только в специальной одежде и обуви;
- бережно относиться к имуществу и спортивному инвентарю;
- помогать физкультурно-спортивному клубу в проведении массовых мероприятий;
- соблюдать личную гигиену и требования медицинских работников;
- показывать личный пример здорового образа жизни.

2.6 Членам физкультурно-спортивного клуба запрещается:

- приносить, передавать, использовать в физкультурно-спортивном клубе спиртные напитки, табачные изделия, токсические и наркотические вещества и иные вещества, способные причинить вред здоровью людей;
- применять физическую силу для выяснения отношений;
- осуществлять любые действия, способные повлечь за собой травматизм, порчу личного имущества членов физкультурно-спортивного клуба и его сотрудников, имущества клуба и т.п.

3. Цели и задачи физкультурно-спортивного клуба

3.1 Физкультурно-спортивный клуб создается в целях широкого привлечения обучающихся, родителей, педагогов и жителей микрорайона к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни.

3.2 Основными задачами клуба являются:

- воспитание у детей и подростков устойчивого интереса к здоровому образу жизни, систематическим занятиям физической культурой, спортом и туризмом;
- организация занятий в спортивных секциях и группах оздоровительной направленности;
- проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- организация здорового досуга учащихся;
- развитие видов спорта;

Бег 30 м (юноши, девушки). Проводиться на беговой дорожке (старт произвольный). Результат фиксируется с помощью секундомера с точностью до 0,1 секунды.

Подтягивание на перекладине (юноши). Подтягивается непрерывным движением так, чтобы его подбородок оказался над перекладиной.. Не допускается: сгибание рук поочередно, рывок ногами или туловищем, перехват руками, остановка при выполнении очередного подтягивания. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек.

Сгибание и разгибание рук, в упоре «лежа» (отжимание) (девушки). Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 5 см. Пауза между повторениями не должна превышать 3 сек. Фиксируется количество отжиманий, при условии правильного выполнения упражнения.

Подъем туловища из положения «лежа на спине» (юноши, девушки) Исходное положение - лежа на спине, руки за головой, пальцы в замок, ноги согнуты в коленях, ступни закреплены. Фиксируете количество выполненных упражнений до касания локтями коленей в одной попытке за 30 сек.

Прыжок в длину с места (юноши, девушки). Выполняется с места двумя ногами от стартовой линии с махом рук. Участнику предоставляете три попытки.

Наклон вперед из положения «сидя» (юноши, девушки). На полу обозначается центровая и перпендикулярная линии Участник, сидя на полу, ступнями ног касается центровой линии, ноги выпрямлены в коленях, ступни вертикальны, расстояние между ними составляет 20-30 см. Выполняется три наклона вперед, на четвертом фиксируется результат касания и фиксации (не менее 2 сек кончиков пальцев на перпендикулярной мерной линии. Сгибание ног в коленях не допускается

6. Условия подведения итогов

Итоги подводятся в конце учебного года по результатам участия во всех видах программы.

7. Награждение

Победители в командном и личном первенстве награждаются грамотами и дипломами

привлечение жителей микрорайона к регулярным занятиям физической культурой на пришкольном стадионе;
создание дворовых команд своего микрорайона;
привлечение дополнительных средств (спонсоры, юридические лица) на укрепление материальной базы физкультурно-спортивного клуба;
строительство и реконструкция пришкольной площадки;

4. Руководство физкультурно-спортивным клубом

4.1 Непосредственное руководство деятельностью физкультурно-спортивного клуба осуществляет руководитель клуба.

4.2 Органом самоуправления физкультурно-спортивного клуба является Совет клуба.

4.3 Общее собрание членов физкультурно-спортивного клуба созывается по мере необходимости, но не реже одного раза в год. Общим собранием членов физкультурно-спортивного клуба избирается правление (Совет клуба) из числа лучших членов (спортсменов-активистов, родителей, педагогических работников).

4.4 Решения принимаются простым большинством голосов.

4.5 Заседания Совета клуба проводятся не реже 1 раза в квартал.

4.6 Совет клуба:

утверждает план физкультурно-спортивной работы;
проводит спартакиады, спортивные соревнования и праздники в школе. Организует походы, экскурсии;
организует и проводит оздоровительную и спортивную работу с детьми в микрорайоне;
организует участие членов физкультурно-спортивного клуба в ремонте и благоустройстве спортивных сооружений школы;
подводит итоги проведения физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий;
рассматривает положения по совершенствованию деятельности физкультурно-спортивного клуба.

5. Работа физкультурно-спортивного клуба

5.1 Секции формируются на основе спортивных интересов школьников.

5.2 Занятия в физкультурно-спортивном клубе проводятся в соответствии с графиками и расписаниями.

5.3 Непосредственное проведение занятий осуществляется:

Учителем образовательного учреждения;

6. Организация деятельности физкультурно-спортивного клуба

6.1 Физкультурно-спортивный клуб осуществляет свою деятельность в соответствии с положением, утвержденным образовательным учреждением.