

Содержание работы Школьного спортивного клуба с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации

Методические рекомендации



г. Хабаровск, 2025 г.

Печатается по решению
научно-методического совета
КГАОУ ДО РМЦ
протокол № 04 от 20.11.2024 г.

Содержание работы Школьного спортивного клуба с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации. Методические рекомендации / сост.: О.А. Карпенко, Е.Г. Ланина, В.В. Трегубенко. — Хабаровск: КГАОУ ДО РМЦ, 2025. — 24 стр.

Ответственный редактор: В.В. Шевченко
Ответственный за выпуск: В.В. Плюснин
Дизайн обложки: В.А. Тирская

Методические рекомендации предназначены для педагогов дополнительного образования, тренеров, учителей физической культуры образовательных организаций, работающих с обучающимися в Школьных спортивных клубах, спортивных объединениях, секциях.

Материалы будут полезны при организации спортивной деятельности детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

В методических рекомендациях представлен опыт работы педагогов школьного спортивного клуба краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Специальное учебно-воспитательное учреждение «Хабаровский краевой центр педагогической реабилитации».

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАБОТЫ ПО ВОВЛЕЧЕНИЮ ДЕТЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ, В СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	3
Средства и методы привлечения в спортивные кружки и секции ШСК	7
Мероприятия по приобщению детей к участию в спортивной жизни школы	8
Мотивация к занятиям спортом	9
О РАБОТЕ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА КРАЕВОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СПЕЦИАЛЬНОЕ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ХАБАРОВСКИЙ КРАЕВОЙ ЦЕНТР ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ»	12
Теоретическая подготовка к спортивной деятельности	14
Психофизические личностные особенности детей, находящихся в трудной жизненной ситуации	15
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	17
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	18
ПРИЛОЖЕНИЕ 1.	
Календарный план работы школьного спортивного клуба «Юниор»	19
ПРИЛОЖЕНИЕ 2.	
Документы, регламентирующие работу с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации	24

ВВЕДЕНИЕ

Согласно статье 1 Федерального закона от 17.07.1999 № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи» «трудная жизненная ситуация — обстоятельство или обстоятельства, которые ухудшают условия жизнедеятельности гражданина и последствия которых он не может преодолеть самостоятельно».

Работа с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, регламентируется следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Федеральный закон от 17.07.1999 № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи»;
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2013 г. № ВК-843/07 «О направлении методических рекомендаций по организации обучения».

Одним из механизмов поддержки детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, является реализация моделей адресной работы и специальных программ, направленных на решение конкретных проблем и оказание помощи этим детям.

Эффективно также вовлечение детей и подростков в разнообразную деятельность, которая вызывает у них интерес, в том числе в физкультурно-спортивную. Физкультура и спорт — это сфера, с помощью которой ребёнок (подросток) может преодолеть возникшие жизненные трудности, стать здоровым, социализироваться и сформировать активную жизненную позицию.

В данных методических рекомендациях представлен опыт краевого государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Хабаровский краевой центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (КГБОУ ХК ЦППМСП) по привлечению к занятиям в школьные спортивные клубы (далее — ШСК) детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Методические рекомендации будут полезны учителям физической культуры, педагогам дополнительного образования, реализующим программы физкультурно-спортивной направленности, тренерам и руководителям школьных спортивных клубов при планировании учебно-воспитательного процесса с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, помогут выбрать оптимальные средства и условия, индивидуально подобрать комплекс педагогических воздействий.

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ РАБОТЫ ПО ВОВЛЕЧЕНИЮ ДЕТЕЙ, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ, В СПОРТИВНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

Каждый ребёнок в разные периоды своей жизни по независящим от него причинам может оказаться в сложной жизненной ситуации и соответственно будет нуждаться в помощи и защите в разной степени. Если брать за основу психологические особенности детей, наиболее сложным периодом является подростковый возраст.

Подростковый возраст — это время больших возможностей для формирования здорового образа жизни, в то же время, это период большого риска для здоровья. Физические и половые изменения в организме подростков опережают их психоэмоциональное и социальное развитие, поэтому легко создаются отрицательные модели поведения.

Одним из приоритетных направлений работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, — физкультурно-спортивная деятельность, цель которой — оградить детей от пагубного влияния «улицы», предостеречь от дурных поступков, а также от всецело поглощающих гаджетов, предложив взамен различные спортивные мероприятия и занятия в спортивных кружках и секциях, отвечающих их вкусам.

В ШСК Хабаровского края развиваются 48 видов спорта: бадминтон, баскетбол, бокс, велосипедный спорт, военно-прикладной спорт, волейбол, гандбол, гиревой спорт, дартс, джиу-джитсу, дзюдо, каратэ и многие другие. В современных условиях каждый ребёнок, проживающий в нашем регионе, на безвозмездной основе имеет возможность выбрать по своим интересам и возможностям полюбившийся вид спорта, который впоследствии раскроет его способности. Нужно только показать разнообразие спортивных направлений и помочь детям сделать правильный выбор — это основная задача педагогов и тренеров.

Большая часть детей, попавших в трудную жизненную ситуацию, требует особого отношения и особых знаний взрослых людей, которые с ними общаются и работают, потому что для взрослых — это работа, а для детей — их жизнь. Если взрослые, находясь в сложной ситуации, могут сделать выбор, принять решение, то дети, в силу недостатка опыта, сил и знаний, нуждаются в помощи мудрого человека. В школьном спортивном

клубе таким человеком должен стать учитель физической культуры или тренер.

В повседневной практике педагогу приходится постоянно корректировать поведение «трудных» детей, развивать нужные качества личности и черты характера, преодолевать недостатки. В этих случаях педагог использует разумные методы и приёмы педагогического воздействия¹:

- необходимо оградить ребёнка от прежнего окружения;
- предложить широкий выбор спортивной деятельности;
- положить в основу педагогической деятельности принцип ежедневного создания ситуации успеха для каждого подростка;
- использовать понимающие способы общения (индивидуальные беседы);
- нельзя предъявлять требования к «трудному» подростку, угрожать, вспоминать прошлые грехи, брать обещания, которые он не может выполнить, необходимо быть искренним с ним, не унижать его достоинство;
- влиять на «трудного» ребёнка необходимо, прежде всего, примером собственного поведения, беречь тайны детей, не предавать их, требовать от себя больше, чем от окружающих.

Одним из важнейших условий оптимизации развития личности ребёнка, оказавшегося в трудной жизненной ситуации, является умение педагога реализовать личностно-ориентированный подход в работе с каждой растущей личностью, находящейся в непростой ситуации, который отличается не только содержанием используемого материала, но и разнообразием методик.

Содержание работы по вовлечению детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в спортивную деятельность необходимо рассматривать как единство трёх взаимосвязанных компонентов.

Первый — подбор средств и методов, способствующих вовлечению трудных подростков в спортивные секции ШСК с последующим формированием интереса к систематическим тренировкам.

Второй — коррекция нравственного, психического и физического здоровья.

Третий — освоение подростками способов, методов физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в выбранных видах спорта.

¹ Бадмаев С.А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников.— М.: Академический проект, 1997. — 128 с.

Учитывая, что воспитание и перевоспитание трудновоспитуемых подростков — длительный процесс, планирование учебно-воспитательной работы осуществляется по этапам.

На **первом этапе** основное внимание обращается на исправление отрицательных качеств личности с последующим воспитанием трудолюбия, честности, настойчивости, инициативности, формирования интереса к избранному виду спортивной деятельности, повышение общей физической подготовленности².

Методы и средства работы на этом этапе должны соответствовать интересам подростков, быть доступны и понятны им, а процесс обучения опираться на сознательность и активность обучаемых.

- **Использование метода поощрения** — поощрение даже за минимальный успех воспитывает трудолюбие и решительность.

- **Создание педагогических ситуаций** — например: выполнение упражнений в облегчённых условиях, подбор партнёров, равных по физическим данным, предоставление форы тревожным подросткам.

- **Постепенное усложнение упражнений и увеличение нагрузки** — способствует формированию решительности, уверенности, интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

- **Использование соревнований** — соревнования внутри группы, групповой анализ успехов и недостатков в учебно-тренировочной работе способствуют развитию воли, решимости, самолюбия, уверенности в своих силах.

- **Теоретическая подготовка** — может проводиться в форме бесед, лекций, круглых столов, встреч со спортсменами.

На **втором этапе**, когда преобладающим стимулом к занятиям становится увлечённость, большое внимание уделяется индивидуальной работе с каждым подростком. Учебно-воспитательный процесс направлен на воспитание таких качеств, как самообладание, выдержка, смелость, смекалка, умение контролировать свои поступки. Средства физического воспитания направлены на совершенствование общей и специальной физической подготовленности в избранном виде спорта.

² Дидарова И.К. Методика занятий физической культурой с трудными подростками в условиях социально-реабилитационного центра: автореф. канд. пед. наук: 13.00.04 / Дидарова И.К. — Волгоград, 2010. — 24 с.

- **Физические упражнения** — бег, плавание, спортивные и подвижные игры, лыжный спорт, велоезда, упражнения с отягощениями и др. применяются для общей физической подготовки (ОФП).

- **Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы** — водные и воздушные процедуры, тренировочные занятия в различных погодных условиях.

- **Специально-подготовительные упражнения** — используются для специальной подготовки, способствуют направленному и дифференцированному развитию специальных физических качеств и техники движений, необходимых спортсмену. В зависимости от направленности такие упражнения подразделяются на подводящие (направленные на освоение техники движений) и развивающие (направляемые на развитие физических качеств).

- **Технические средства и тренажёрные устройства** — способствуют быстрому формированию двигательных навыков, развитию необходимых физических качеств и разнообразию учебно-тренировочного процесса.

Выбор средств зависит от конкретных задач и условий занятий, поэтому рекомендуется подбирать их с учётом пола, возраста, состояния здоровья, уровня подготовленности и других факторов.

На **третьем этапе** предусматриваются развитие и совершенствование у занимающихся навыков самовоспитания и контроля в основных видах деятельности (учебной, спортивной, общественно значимой).

- **Организирующие средства** — выполнение поручений тренера, физические упражнения, тренировки, участие в соревнованиях, самостоятельное преодоление трудностей в процессе тренировок, соблюдение рационального двигательного режима и режима дня, недели.

- **Контролирующие и оценивающие средства** — контроль со стороны тренера за деятельностью занимающихся, временное отстранение от занятий (но с обязательным присутствием), вынесение благодарности и награждения, контроль за успеваемостью, самоконтроль занимающихся за соблюдением режима дня, ведение дневника тренировок, оказание помощи товарищам по группе, работа в активе группы.

Средства и методы привлечения в спортивные кружки и секции ШСК

При разработке средств, методов и педагогических приёмов по привлечению к занятиям спортом и воспитанию детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, в условиях деятельности школьных спортивных клубов используются материалы дополнительных образовательных программ по различным видам спорта, методические рекомендации по организации и проведению учебных занятий, переработанные в соответствии с рекомендациями, касающимися коррекции нравственного и психического состояния занимающихся.

Разработка программы предусматривает:

- теоретическую подготовку;
- нравственное воспитание;
- коррекцию физического и психического здоровья подростков;
- общую физическую подготовку;
- совершенствование в избранных видах спорта.

Процесс работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации в условиях деятельности ШСК даёт положительный эффект только в том случае, если тренер, педагог дополнительного образования или учитель физической культуры в работе будет использовать разнообразные средства педагогического воздействия, влияющие на их нравственную сферу.

Средства нравственного воздействия условно разделены на четыре группы:

- побуждающие;
- подготовительные;
- организующие;
- контролирующие и оценивающие.

Суханова Г.Н. Трудный подросток:
проблемы обучения и воспитания, сайт infourok.ru



Мероприятия по приобщению детей к участию в спортивной жизни школы

Для того чтобы привлечь детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации к регулярным занятиям спортом, нужно приобщать их к участию в мероприятиях, реализуемых в ШСК.

Мероприятия могут быть различного характера³:

- **посещение спортивных секций** — в процессе дети знакомятся с разными видами спорта и определяют по своим интересам и возможностям, какой из них выбрать;
- **выявление спортивных предпочтений и интересов** — для этого проводят анкетирование и беседы, после чего детей условно распределяют по спортивной направленности;
- **встреча с психологом** — психолог знакомит детей с физиологическими особенностями подросткового возраста, помогает определиться с выбором того или иного спортивного кружка или секции;
- **спортивные праздники** — массовые спортивные мероприятия помогают, прежде всего, увлечь «трудных» детей спортом, а также научить работать в команде, находить общий язык со сверстниками и взрослыми;
- **контроль за посещением спортивных секций и кружков** — наблюдение и опрос педагогов, тренеров помогают выявить регулярность посещений;
- **приобщение детей к судейству в школьных соревнованиях** — это помогает развить самостоятельность в принятии решений и углублённо познакомить с правилами определённой спортивной игры;
- **посещение летнего спортивного лагеря** — здесь дети укрепляют здоровье, совершенствуют спортивные навыки, повышают свои физические данные и навыки общения со сверстниками;
- **соревнования по спортивным играм** — такие мероприятия популяризируют игровые виды спорта и привлекают детей к систематическим занятиям спортом.

Для проведения мероприятий необходима хорошая материально-техническая база: спортивный инвентарь, оборудованный спортивный зал, технические средства.

Участие детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, в спортивной жизни образовательной организации помогает поднять их самооценку, научить общаться со сверстниками и взрослыми, сформировать здоровые привычки.

³ Джолиев И.М., Кулаков О.В. Физическая культура как метод воспитания трудных подростков, <https://min.urgau.ru/images/2023/10-2023/43-10-2023.pdf>

Мотивация к занятиям спортом

Одним из условий развития любого вида спорта является грамотный подход к его популяризации. Важно стимулировать интерес, демонстрировать подрастающему поколению как можно больше позитивных примеров, создать такие условия, чтобы школьникам было выгодно быть здоровым и успешным.

Осознанная деятельность невозможна без мотивации, и спорт — не исключение⁴. Мотивацию можно представить, как остронаправленное воздействие на чувства и эмоции человека, которые в конечном итоге формируют призыв к действию. Чтобы мотивировать и себя, и другого человека, особенно ребёнка, правильно, нужно понимать, что это явление из себя представляет и как работает.

Совершать любые действия человека побуждают мотивы. Они могут быть самые разные: желание получить материальную вещь или самоутвердиться, моральный долг, интерес к самому процессу и так далее. Мотивацией психологи называют совокупность этих мотивов плюс какие-либо внешние факторы, например, влияние другого человека или жизненные условия.

Самыми распространёнными мотивами, побуждающими человека заниматься спортом, являются:

- **стремление к физическому и моральному совершенству** — спорт развивает тело, укрепляет организм, воспитывает характер;
- **стремление к самоутверждению** — спорт даёт возможность стать лидером, снискать уважение окружающих, получать похвалу и признание, а также иметь успех у другого пола;
- **социальные факторы** — мода на здоровый образ жизни, престиж спорта в городе, стране, мире, много друзей-спортсменов, семейные традиции;
- **стремление к удовлетворению духовных потребностей** — спорт вносит новые впечатления, позволяет почувствовать себя частью чего-то большего, даёт больше возможностей для общения со сверстниками и авторитетными фигурами, посетить различные регионы России (и даже и другие страны).

⁴ Глухова М.Ю. Исследования мотивации к занятиям физической культурой у обучающихся старшего школьного возраста/<https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-motivatsii-k-zanyatiyam-fizicheskoy-kulturoy-u-obuchayushchih-sya-starshego-shkolnogo-vozrasta>

Важно сделать акценты на некоторых социальных установках. Независимо от того, где человек родился и вырос, кто его родители и какой социальный статус семьи, спорт может стать каналом социальной мобильности в успешную жизнь.

Социальная мобильность (или социальный лифт) — это перемещение отдельных людей и групп в социальной структуре общества, изменение их социального статуса.

Для подрастающего поколения с твёрдой волей, амбициями и надлежащим здоровьем путь вверх — к общественному признанию часто лежит через спорт, который является наиболее объективным мерилем таланта, характера, дисциплины, умения преодолевать боль, усталость, неудачи и внутренние комплексы. Спорт, в отличие от других социальных лифтов, является интуитивно понятным и предсказуемым на годы вперёд.

Молодые люди уже с юности осознают, что многие известные спортсмены после завершения спортивной карьеры становятся депутатами, политиками, главами спортивных федераций, известными тренерами, звёздами тележурналистики. Примеров тому великое множество⁵.

— Спорт является социальным лифтом. Поэтому для детей, которые живут в неблагополучных семьях, в деревнях, сёлах, спорт — это возможность выбиться из этого социального круга, — делится своим мнением чемпион мира по боксу Григорий Дрозд. — Но даже если юноша или девушка и не становятся чемпионами континента или Олимпиад, то всё равно спорт становится хорошим подспорьем для закалки души и тела, обретения дружеских и деловых связей, укрепления здоровья и силы воли. Спорт — это не только достижения и лавры победителей, но и повседневные упорные тренировки, борьба с собой, болью, усталостью, унынием. Без спорта молодому человеку трудно правильно оценить свои способности и таланты, своё место в обществе.

То же самое можно сказать и об отношении к окружающим — через призму соперничества и повседневного соревнования лучше ощущаются достижения других, формируется уважение и ценности, характерные только для посвящённых.

Следует отметить тот факт, что люди, выбравшие спорт для восхождения вверх, преимущественно общаются с людьми такими же

⁵ Медников А.Б. Спорт как социальный лифт: институциональные, массмедийные и экзистенциальные факторы/<https://cyberleninka.ru/article/n/sport-kak-sotsialnyy-lift-institutsionalnye-massmediynye-i-ekzistentsialnye-factory>

целестремлёнными и близкими им по духу. Не имея вредных привычек, которые мешают достижению высоких спортивных результатов, атлеты представляют собой более качественный человеческий капитал, чем те молодые люди, что пробуют наркотики, алкоголь, сигареты, проводят время в ночных посиделках.

Спортивные успехи известных спортсменов — отличная мотивация для начинающих спортсменов. Личный пример важен в любом аспекте воспитания, и спорт — не исключение. Очевидно, что увещевания о пользе спорта успешных спортсменов подействуют даже на маленького ребёнка. А ещё лучше, если среди спортивных звёзд ребёнок найдёт кумира и, глядя на него, будет стремиться достичь таких же высоких результатов.

Интересные книги и фильмы о спорте и великих спортсменах — также очень вдохновляют и заряжают на успех



**О РАБОТЕ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА
КРАЕВОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
«СПЕЦИАЛЬНОЕ УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ХАБАРОВСКИЙ КРАЕВОЙ ЦЕНТР
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ»**

Хабаровскому краевому центру педагогической реабилитации в 2025 году исполнилось 30 лет. Уникальность воспитательной системы Центра заключается в индивидуальном подходе к каждому ребёнку, совершившему правонарушение.

Особенностями системы работы Центра являются:

- помощь в поиске интересов и увлечений — детям стараются помочь не ограничиваться миром Центра и дома, а видеть, как интересно и разнообразно всё вокруг;
- профилактика правонарушений — с детьми проводят профилактические беседы, чтобы они знали, что такое хорошо и плохо, и стремились к правопослушному поведению;
- совместное проживание мальчиков и девочек — дети учатся проживать отношения уважения, любви и заботы;
- использование «своего» языка — в Центре есть свои наименования, например, вместо столовой — трапезная, вместо комнаты психологической разгрузки — светлица.

За время работы Центра его сотрудники помогли встать на правильный путь в жизни почти 1600 малолетних правонарушителей и проблемных подростков. Благодаря отлаженной за годы работы системы показатель рецидивов у воспитанников центра низкий: около 5 %.

Ребята, которые попадают в Центр, зачастую не научены справляться со своими эмоциями, настроением, резкими переменами в поведении, борьбой с отрицательными привычками. Один из эффективных способов работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации — это вовлечение подростков в работу школьного спортивного клуба, развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Школьный спортивный клуб создан почти с самого начала работы учреждения. Основными видами спорта в клубе являются: футбол, хоккей, дартс, армреслинг, шахматы, бильярд. Прежде, чем выбрать вид

спорта, ребята знакомятся с тем, какие личностные стороны они могут раскрыть и развить в себе:

- **футбол** (в летний период) и **хоккей** (в зимний период) — вырабатывают умение действовать в команде;

- **дартс** — развивает меткость, навыки точного броска дротика;

- **армреслинг** — часто воспринимается как силовой вид спорта, однако в нём как в шахматах есть стратегия и тактика ведения борьбы (надо рассчитать силу свою и соперника, распределить напряжение, выбрать подходящий момент для одержания победы);

- **шахматы** — соединяют в себе многое из перечисленного, а также знания по математике, умение планировать свои дальнейшие действия и предвидеть действия соперника. Обучение разным тактическим решениям игры помогает обучающимся в обычной жизни продумывать свои действия;

- **бильярд** — способствует формированию важных качеств личности и интеллекта, так как в этой игре надо рассчитывать силу, скорость и векторы движения шара, чтобы он попал точно в лузу.

Занятия разными видами спорта нацеливают на достижение новых результатов, на победы над собой и своими пагубными пристрастиями.

Дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, бывают очень умелыми и знающими в бытовых вопросах, но недостаточно зрелыми для своего возраста эмоционально, поэтому основным видом деятельности для них остается игра. Спортивные игры как массовые, так и индивидуальные способны в более интенсивном порядке помочь развить недостающие качества психологического характера: взаимодействие в группе, ответственность, коммуникабельность, выявление лидерских качеств, принятие решения для себя и для команды.

Вся работа ШСК включена в Календарный план работы Школьного спортивного клуба «Юниор» (Приложение 1).

Участники клуба выезжают на встречи со знаменитыми спортсменами и командами Хабаровского края. К знаменательным датам проходят товарищеские турниры и соревнования с шефами учреждения. Стоит отметить, что ребята достойно играют и соревнуются со взрослыми соперниками.

Регулярные занятия в Школьном спортивном клубе воспитывают у обучающихся Центра привычку заботиться о своём здоровье.

Теоретическая подготовка к спортивной деятельности

Важное место в процессе привлечения подростков к спортивной деятельности занимает теоретическая подготовка. Она проходит в форме бесед, лекций, круглых столов, встреч со спортсменами.

Беседы, упражнения, разъяснения проводятся в ходе учебно-тренировочных занятий и носят краткий, ясный характер, подкрепляются примерами. Главным условием для проведения бесед, убеждений является готовность подростков к восприятию:

- в начале занятий — хорошее настроение группы;
- в середине — сложившаяся или специально созданная ситуация;
- в конце — удовлетворённость проведением занятий.

Лекции, круглые столы, встречи с интересными людьми проводятся в свободное от тренировок время по плану.

Примерная тематика лекционного материала:

- Занятия спортом и всестороннее развитие личности.
 - О культуре поведения подростка в общественных местах.
 - О честности и справедливости.
 - Строение и функции организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм человека.
 - Гигиена, закаливание организма.
 - Врачебный контроль и самоконтроль.
 - Правила соревнований по выбранному виду спорта.
- Характеристика видов спорта.
- Об уголовной ответственности несовершеннолетних по материалам Уголовного кодекса РФ.
 - Проблемы борьбы с безнадзорностью и преступностью среди несовершеннолетних.
 - Неформальные молодёжные организации, их роль в воспитании подрастающего поколения.
 - Роль физической культуры и спорта в профилактике правонарушений среди несовершеннолетних.

Психофизические личностные особенности детей, находящихся в трудной жизненной ситуации

Детям группы социального риска присущи определённые психофизические личностные особенности: повышенный уровень тревожности, агрессивности, заниженная самооценка личности. Занятия физической культурой и спортом как никакой другой вид деятельности способствуют коррекции названных психических отклонений. Поэтому на протяжении всего тренировочного процесса следует использовать **комплекс приёмов**⁶:

1. Приём переключения внимания с одного вида деятельности на другой — способствует снижению психического напряжения.

2. Создание ситуаций, в которых тревожные дети действовали бы уверенно, без страха, напряжения (выполнение упражнений в облегчённых условиях, подбор партнёров, равных по физическим данным, предоставление форы тревожным и т. д.).

3. Использование метода поощрения даже при неудачном выполнении задания — способствует преодолению неуверенности, страха. Поощрение даже за минимальный успех воспитывает трудолюбие, решительность.

4. Приём постепенного, но постоянного усложнения упражнений, увеличения нагрузки — способствует формированию решительности, уверенности, интереса к систематическим занятиям физическими упражнениями.

5. Для снижения агрессивного состояния дезадаптированным детям следует отводить ведущую роль при изучении новых упражнений, проведении эстафет, тестирований.

6. Создавать ситуации, при которых у агрессивных спортсменов могут быть неудачи, временно отстранять их от занятий, но с обязательным присутствием, участием в соревнованиях как внутри секции/спортивного кружка, так и вне.

7. Принимать справедливые решения конфликтных ситуаций.

8. Проведение групповых бесед, акцентируя внимание на положительных сторонах деятельности спортсменов, умышленно умалчивая об отрицательных.

Воспитание нравственности проходит параллельно с формированием интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом⁷.

⁶ Машко В.В. Психологические особенности детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации/<https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-detey-okazavshih-sya-v-slozhnyh-zhiznennyh-situatsiyah>

⁷ Булавинова А. Г., Лесникова Г. Н. «Нравственное воспитание молодёжи в процессе занятия физической культурой и спортом»/ «Вестник науки», 2024 г., № 3 (72), том 5.

На начальных этапах экспериментальных занятий необходимо вызвать у занимающихся положительные эмоциональные переживания и удовлетворение от спортивной деятельности. Это достигается путём подбора таких средств и методов, которые бы соответствовали интересам детей, были им доступны и понятны, а сам процесс обучения опирался на сознательность и активность обучаемых. При этом усваивать предлагаемый материал они должны не легко, а с определённым напряжением, в противном случае процесс обучения перестанет их увлекать. Начиная с первой тренировки требования для всех занимающихся одинаковые; своевременно и правильно применяются методы принуждения, наказания и поощрения. Занятия проводятся эмоционально, с введением в каждую тренировку элементов нового, ставятся задачи для каждого подростка.

На последующих этапах проведения тренировок (по мере формирования интереса к избранному виду спорта) осуществляется постоянное, но постепенное увеличение нагрузки. Частота сердечных сокращений (ЧСС) при выполнении физических упражнений может достигать 140–160 уд/мин.

Основные методы проведения занятий: круговой, повторный, повторно-серийный, до «отказа», соревновательный как внутри группы, так и вне её.

В процессе упражнений создаются ситуации, в которых дети действовали бы уверенно; широко используется метод поощрения, даже за неудачно выполненное задание; поощряется самостоятельность, оказание помощи товарищам по группе, ведение дневника тренировочных занятий. Включение детей в любимую и нелюбимую работу, опора на их положительные качества, использование соревнований внутри секции / спортивного кружка, групповой анализ успехов и недостатков в учебно-тренировочной работе способствуют развитию воли, решимости, самолюбия, уверенности в своих силах.

Необходимо постоянно проводить контроль успеваемости, дисциплины, внешнего вида, посещаемости тренировок.

Решающая роль в выполнении всех вышеперечисленных мероприятий принадлежит педагогу (тренеру). Побуждая своих обучающихся к систематическим тренировкам, он должен иметь не только глубокие знания в своей области, но и быть чутким, внимательным воспитателем, знать возрастные и индивидуальные особенности занимающихся, состояние их физического и психического здоровья.

Спортивное совершенствование детей в выбранном ими виде спорта при умелом руководстве можно рассматривать как наиболее эффективное средство воспитания морально-волевых и физических качеств.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, развитие деятельности школьного спортивного клуба — это приобщение к занятиям физической культурой и спортом, один из важнейших компонентов обучения и воспитания детей и подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации и важнейшее условие их эффективности.

Важно осознание детьми и их значимыми взрослыми понятия «здоровье», влияния заботы о нём на общее состояние человека, в том числе развития качеств личности. Необходимо повысить уровень ориентации к современным условиям жизни — привить интерес к спорту, ограничить влияние телевизора, смартфона и компьютера. Необходимо научить детей навыкам самооздоровления, повысить потребность к получению новых знаний через самостоятельную поисковую деятельность, использовать инновационные технологии, повышающих интерес к занятиям физической культурой, формирующих творческую активность и самостоятельность.

Спорт — это средство для самореализации детей, находящихся трудной жизненной ситуации. Очень велика при работе с такими детьми ответственность педагога (тренера): он должен заинтересовать спортом, формировать физические нагрузки с учётом индивидуальной специфики, блокировать негативные моменты в отношениях, приучать ребёнка к контролю за собственным состоянием (как физическим, так и психическим). Тогда физкультура становится способом организации досуга, а спорт — значимым средством самореализации детей. Поэтому привлечение их к занятиям физической культурой — это путь к гармонизации российского общества в целом.



СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Антонова, Л.Н. Дети группы риска как социально-педагогический феномен // Педагогика. – 2010. – № 9. – с. 28–33.
2. Бадмаев С.А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников [Текст]: / С.А. Бадмаев. – М.: Академический проект, 1997. – 128 с.
3. Бажин А.С. Карьера и профессиональные компетенции специалистов /А.С. Бажин //Высшее образование сегодня. – 2007. – № 9. – 154 с.
4. Бойко В.В. Трудные характеры подростков: развитие, выявление, помощь. – СПб: «Сударыня», 1998. – 244 с.
5. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: ФиС, 1985. – 175 с.
6. Дидарова, И.К. Методика занятий физической культурой с трудными подростками в условиях социально-реабилитационного центра: автореф. канд. пед. наук: 13.00.04 / Дидарова И.К. – Волгоград, 2010. – 24 с.
7. Ильин Е.Н. Путь к ученику. – М.: Педагогика, 1988. – 224 с.
8. Курбатов, А.В. Социализация подростков в обществе // Педагогика. – 2009. – № 3. – с. 62–65.
9. Матвеев Л.П. Общая теория спорта. – М.: ФиС, 1997. – 304 с.
10. Рабочая книга школьного психолога/ И.В. Дубровина, М.К. Акимова, Е.М. Борисова и др.; под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Просвещение, 1991. – 218 с.

Календарный план работы Школьного спортивного клуба «ЮНИОР»

Цель: формирование в детской среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям спортом.

Приоритетные задачи ШСК:

- пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;
- вовлечение учащихся в систематические занятия физической культурой и спортом;
- организация различных форм физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с подростками;
- развитие культуры и традиций болельщиков спортивных команд.

1. ОРГАНИЗАЦИОННО-МАССОВАЯ РАБОТА

№ п/п	Месяц	Наименование спортивно-массовых мероприятий	Классы	Ответственный
1.	Сентябрь	Спортивные соревнования «Мы выбираем здоровый образ жизни»	6–9	Воспитатель
2.	Октябрь	Соревнования по мини-футболу среди классов/групп	6–9	Учитель физической культуры
3.	Октябрь	Военно-спортивная эстафета «Дети России»	6–9	Воспитатель
4.	Осенние каникулы	Турнир по шашкам, шахматам	6–9	Учитель математики
5.	Осенние каникулы	Турнир по теннису	6–9	Педагог дополнительного образования
6.	Осенние каникулы	Выезд на пейнтбол для воспитанников, оставивших вредные привычки	6–9	Заместитель директора по ВР
7.	Ноябрь	Спортивная эстафета «Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас»	6–9	Учитель физической культуры
8.	Декабрь	Турнир по бильярду	6–9	Педагог дополнительного образования
9.	Январь–февраль	Турнир по хоккею	6–9	Учитель физической культуры

10.	Февраль	Военно-спортивная эстафета «Зарница»	6–9	Воспитатель
11.	Весенние каникулы	Турнир по армрестлингу	8–9	Воспитатель
12.	Апрель	Спортивный праздник «Делай с нами, делай как мы, делай лучше нас»	6–9	Учитель физической культуры
13.	Май	Военно-спортивная эстафета «Героями не рождаются, героями становятся»	6–9	Педагог дополнительного образования
14.	Каждое воскресенье	Выезд воспитанников в бассейн ДВГУПС	6–9	Педагог дополнительного образования

2. УЧЕБНО-ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	«Добрая дорога детства» (информационная встреча с работниками ГИБДД)	Сентябрь	Заместитель директора по ВР
2.	Информационная встреча воспитанников с главным специалистом, экспертом управления по обороту наркотиков УМВД России по Хабаровскому краю с беседой об административной, уголовной ответственности	Октябрь	Заместитель директора по ВР
3.	Конкурс агитбригад «Здоровье — превыше всего!»	Октябрь	Заместитель директора по ВР, воспитатели
4.	Акция в День всемирного отказа от курения «Меняем сигареты на витамины и конфеты»	Ноябрь	Педагоги-психологи
5.	День здоровья. Праздник Крещения (выезд в п. Красная Речка)	Январь	Заместитель директора по ВР, воспитатели
6.	Информационная встреча врача-нарколога с воспитанниками «Современные синтетические наркотики»	Февраль	Заместитель директора по ВР
7.	Фестиваль патриотической песни «Готов служить России», посвящённый Дню защитника Отечества	Февраль	Заместитель директора по ВР, воспитатели
8.	Праздник «О подвиге, о доблести, о славе», посвящённый Дню защитника Отечества	Февраль	Заместитель директора по ВР, воспитатели

9.	Праздник, посвящённый Международному женскому дню	Март	Заместитель директора по ВР, воспитатели
10.	Возложение цветов к памятнику павшим воинам в ВОВ, расположенному в Северном округе	Май	Заместитель директора по ВР, воспитатели
11.	Участие в параде 9 мая в рядах «Бессмертного полка»	Май	Заместитель директора по ВР, воспитатели
12.	Информационная встреча с воспитанниками «Осторожно, пожары!»	Май	Заместитель директора по ВР

3. КОНТРОЛЬ И РУКОВОДСТВО

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственный
1.	Организация работы спортивных секций дополнительного образования и внеурочной деятельности	До 10 сентября	Заместители директора
2.	Порядок проведения физкультминуток, оздоровительных мероприятий в классах/группах	В течение учебного года	Заместители директора

Документы, регламентирующие работу с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации

Федеральный закон от 28 декабря 2013 года № 442-ФЗ
«Об основах социального обслуживания населения в Российской Федерации»



Федеральный закон от 24 июня 1999 г. № 120-ФЗ
«Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»



Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ (ред. от 28.12.2024)
«Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»



Федеральный закон от 17.07.1999 № 178-ФЗ (ред. от 29.10.2024)
«О государственной социальной помощи»



Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2013 г. п вк-843/07 «О направлении методических рекомендаций по организации обучения»



**Содержание работы Школьного спортивного клуба с детьми,
находящимися в трудной жизненной ситуации.
Методические рекомендации**

Краевое государственное автономное образовательное
учреждение дополнительного образования «Центр развития
творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного
образования детей Хабаровского края)»

680000, г. Хабаровск, ул. Комсомольская, 87
тел. / факс: (4212) 30-57-13
Телеграм: @dopobrazovanie27
ВКонтакте: @dop.obrazovanie27
e-mail: rmc@rmc.27.ru
<http://www.kcdod.khb.ru>

Подписано в печать: 26.06.2025
Тираж: 30 экз.

Методические материалы размещены на сайте КГАОУ ДО РМЦ



физкультурно-спортивная



туристско-краеведческая



художественная



естественнонаучная



техническая



социально-гуманитарная