Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа п Идель

РАБОЧАЯПРОГРАММА

внеурочной деятельности

Школьный спортивный клуб«Старт»

5-9классы

п. Идель
2024 г.

Пояснительнаязаписка

Программа курса внеурочной деятельности «школьный спортивный клуб»разработана в соответствии с требованиями:

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 №

286 "Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования";

- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);
- СанитарнымиправиламиинормамиСанПиН1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);
- УставомМКОУСОШп.Идель;

Образовательной программой школы: основная общеобразовательная программа(ООПНОО)имеетспортивно-оздоровительнуюнаправленность, рассчитана на 1 год, всего 34 часа (по 1 часу в неделю) (5-9 классы);

Программа направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в общеобразовательной организации традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта; формирование у обучающихся здорового образа жизни, их успешную социализацию.

«Внеурочная деятельность учащихся», Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов, М.: Просвещение, 2011

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» по модулям позволяет максимально учесть в образовательномивоспитательномпроцессеспецификуразвития

обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учётаиндивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на ступени основного образования помогает педагогам интенсивно формировать личность и получить подростку правильный нравственный опыт, удовлетворитьпотребностьпервостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обусловливающие различные поведенческие отклонения в этом возрасте: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

Для старших школьников программа практически готовит их к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные. Мышление в судейской и инструкторской практике, арбитраж дает обучающимся возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между людьми. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием старшеклассника, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность. Он стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь: профилируется, готовится к труду, к выполнению гражданских обязанностей.

Программа предназначена для занятий с обучающимися на ступени основной и старшей школы и рассчитана на обучающихся:

- проявляющихповышенныйинтерескфизическойкультуреиспорту;
- мотивированных на дальнейшее обучение в учебных заведениях спортивного назначения.

Виды деятельности обучающихся в рамках программы: игровая, познавательная, досугово - развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая добровольческая деятельность); спортивно-оздоровительная деятельность; туристско-краеведческая деятельность;

Образовательные формы, предусмотренные в программе: экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования,круглыестолы,мозговыештурмы,деловыеигры,тренинги,

проекты, в том числе через организацию деятельности обучающегося во взаимодействии со сверстниками, педагогами, родителями.

Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности и широкой вариативности направлений обучения школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению. С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в школе. Они включаются в проектную деятельность в роли консультантов, помощников, организаторов внеурочных мероприятий, и самое главное родители тесно взаимодействуют со своими детьми, что способствует налаживанию между ними доверительных отношений и положительно влияет на результативность освоения данной программы и процесса обучения в целом.

Всоставинвариантныхмодулейвходятобразовательныймодуль «Спортивный менеджмент» и модули спортивных секций по выбору образовательной организации, как традиционных для нее, так и основанных на новых видах спорта для школы.

Учебно-тематические планы модулей, содержание тем и объем отведенных на них часов определяет сама школа, разрабатывают педагоги, реализующие их в зависимости от уровня своего профессионализма, материально-технической базы школы, широты спектра контактов школы с социальными партнерами и т.д. (по этой причине в представленном фрагменте программынепредставлены учебно-тематическиепланысразбивкойначасы и темы, теорию и практику.

Планируемыерезультатыреализациипрограммывнеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

Личностные результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»:

- активноевключениевобщениеивзаимодействиесосверстникамина принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья;
- широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района, округа;
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;
- конструктивнореагироватьнаошибкиитрудности,возникающиев процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

*Метапредметныерезультаты*освоенияобучающимисяпрограммы:

- осознание здоровья как социокультурного феномена в контексте физического, психологического и социального здоровья, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- анализиобъективнаяоценкарезультатовсобственнойдеятельности;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

Предметные результаты освоения обучающимися программы по модулю«Медико-биологическая лаборатория»обучающиеся:помодулям спортивных секций обучающиеся научатся: по модулю «Психологическая служба» обучающиеся: по модулю «Туризм и краеведение» обучающиеся научатся: по модулю «Спортивный пресс-центр» обучающиеся научатся:

-- приобретут представление о здоровье и здоровом образе жизни как о сложных социокультурных феноменах;
- изучатосновныефакторы,влияющиеназдоровье;
- научаться применять навыки профилактики и гигиены, позволяющие сохранить здоровье во всех присущих человеческому организму функциональных состояниях;
- узнают основные группы пищевых продуктов и их влияние на организм;
- научаться оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему в пределахсвоихвозрастныхифизиологическихвозможностей.-активно использовать различные виды двигательной активности и расслабления (физкультминутки, динамические паузы, отдельные упражнения, подвижные игры, релаксация, минутный отдых);
- активно включаться в совместную спортивно-оздоровительную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья.
- приобретут устойчивое негативное отношение к наркомании, алкоголизму, табакокурению как к сложно излечимым заболеваниям;
- выработают алгоритм поведения в различных ситуациях, в том числе конфликтных и экстремальных ситуациях общения с людьми, находящимися в различных психологических состояниях.
- получатьзарядздоровьяотвстречиспрекраснымвприродеинауках;
- осознают необходимость природоохранной деятельности как условия полноценной жизни и здоровья человека.
- доносить информацию по здоровье сберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- использовать речевые средства и средства ИКТ для решения коммуникативных и познавательных задач; знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- выступатьсаудио-,видео-играфическимсопровождением;
- овладеют различными способами поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве Интернета), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации.

Воспитательные результаты реализации программы оцениваются по 3-м уровням.

Первый уровень результатов - приобретение школьниками социальных знаний(обобщественныхнормах,устройствеобщества,осоциально

одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика с учителем как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта.

Первый уровень по программе – школьник знает и понимает все разнообразие спортивно-оздоровительной работы в школе, районе, округе и т.д.

Второй уровень результатов - получение школьниками опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т. е. в защищенной, дружественной социальной среде. Именно в этой среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Второй уровень воспитательныхрезультатов по программе –школьник ценит общественно-полезную деятельность в школе и мотивирован на активное участие в спортивно-оздоровительной деятельности школы.

Третий уровень результатов - получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия за пределами дружественной среды школы. Школьник самостоятельно организовывает различные спортивно-оздоровительные мероприятия, активно участвует в ихразработке и подготовке.

Основными формами образовательных достижений и результатов освоения, обучающимися программы являются:

- анкетирование обучающихся, педагогов и родителей по вопросам здоровья и поведения обучающихся и реализации программы формирования здорового и безопасного образа жизни (проводится в начале и концеучебного года);
- проявление социальной активности: проведение спортивно-оздоровительных мероприятий, участие в кроссах, олимпиадах, конкурсах, соревнованиях на разных уровнях;
- разработка и презентация проектов и результатов учебных исследований, конференциях, подготовка и распространение печатных материалов и т.п.

РезультатыосвоенияпрограммысоответствуюттребованиямФГОСООО.

Модулипрограммывнеурочнойдеятельности
«Школьныйспортивныйклуб»

Модули программы		Класс
		5-9
МодульА	«Баскетбол»	12
МодульВ	«Волейбол»	17
МодульС	«Футбол»	5
	Всего	34

МодульА:«Баскетбол»

Модуль ориентирован на детей, участвующих или потенциально готовящихся к участию в спортивных соревнованиях различного уровня, школьных спартакиадах и т.п. В программе могут быть модули по всемвидам спорта, входящим в программу спартакиады школьников. Цель, планируемые результаты, темы и их содержание конструирует учитель физической культуры.За основу конструирования и реализации данного модуля по баскетболу использована программа «Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов /В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. -М.: Просвещение, 2013.

МодульВ:«Волейбол»

За основу конструирования и реализации данного модуля можно взять Программуфизического воспитаниядляобучающихсяобщеобразовательных учреждений на основе автора В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. 5 – 11 класс», Москва «Просвещение», 2016

МодульС:«футбол»

Реализация данного модуля предусматривает использование возможностей урочной деятельности по предмету «физическая культура», внеурочных секционных занятий.

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Каждое занятие программы внеурочной деятельности состоит изтрех частей: подготовительной, основной и заключительной. Подготовительная часть включает в себя актуализацию имеющихся знаний и включение обучающихся в процесс целеполагания. В основной частизанятия, обучающиеся знакомятся с содержанием различных учебных задач,втомчислепроектногоилиисследовательскогохарактера,выбирают

уровень их выполнения (базовый или повышенный), анализируют их, взаимодействует в процессе их выполнения, коллективно решают.

В процессе прохождения по программе, наряду с традиционными занятиями используются современные образовательные технологии:деловые, ролевые, интеллектуальные игры, тренинги, исследовательская и проектная деятельность обучающихся, ИКТ-технологии и др., происходит процессинтеграцииурочнойивнеурочнойдеятельностинаосновесистемно-деятельностного подхода, как методологической основы ФГОС.

ПланируемыерезультатыизучениякурсаВД

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности ШСК «Старт» учащиеся получат представление:

 освязизанятийфизическимиупражнениямисукреплением здоровья и повышением физической подготовленности;

режимедняиличнойгигиене;

способахизмененияскоростидвижения; соблюдении правил игры

будутуметь:

 выполнятькомплексыупражнений,направленныенаразвитиефизических качеств; выполнятькомплексыупражненийутреннейзарядкиифизкультминуток; играть в подвижные и спортивные игры;

выполнятьпередвиженияходьбе,беге, прыжкахразнымиспособами;

соблюдать правила игры

Ожидаемыйрезультат

• устойчивость интересов и положительное эмоционально-ценностное отношение к спортивно-оздоровительной деятельности;

• умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить спортивную или подвижную игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;

• проявлениечувстваколлективизма;

• расширение знаний о физической культуре и спорте, истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

• умение самостоятельно подбирать упражнения для развития внимания, ловкости, быстроты реакции, умения ориентироваться в пространстве;

• соблюдение культуры игрового общения, ценностного отношения к подвижным и спортивным играм.

Ученикнаучится:

• ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

 раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

 ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основныефизическиекачества(силу,быстроту,выносливость,координацию, гибкость) и различать их между собой;

 организовыватьместа занятийфизическими упражнениямииподвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями

 организовывать и проводить подвижные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками;

 выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая);

 выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Календарно–тематическое планирование

№	Тема	Кол-во часов
Баскетбол		
1	Стойкииперемещения Остановкибаскетболиста	1
2,3	Передачаиловлямяча Ведениемяча	2
4,5	Броскивкольцо	2
	Тактическиедействия:	
6,7,8	Игравзащите	3
9	Игравнападении	1
10	Диагностированиеитестирование	1
11	Двухсторонняяигра	1
12	Судействоиорганизациясоревнований	1
Волейбол		
13	Верхняяпередачадвумярукамивпрыжке	1
14	Передачадвумярукаминазад	1
15	Прямойнападающий удар	1
16,17,18	Совершенствованиеприемамяча сподачиив защите	3
19,20	Одиночноеблокированиеистраховка	2
21,22,23	Двусторонняяучебнаяигра	3
24, 25	Двусторонняяучебнаяигра	2
26,27	Командныетактическиедействияв нападениии защите	2
28	Судейскаяпрактика	1
29	Соревнования	1
Футбол		
30	Ударыпомячу, остановкамяча Ведениемяча, ложныедвижения(финты)	1
31	Отбормяча, перехватмяча Выбрасываниемяча	1
32	Тактическиедействия,тактикавратаря	1
33	Тактикаигры внападениииизащите	1
34	Судейскаяпрактика	1

Описаниеучебно-методическогоиматериально-технического обеспечения образовательного процесса

1. Учебно-методическаялитература:

1.1. Учебникиипособия,которыевходятвпредметнуюлинию учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха: Физическая культура. 5—7 классы/Под редакциейМ.Я.Виленского.

 М.Я.Виленский,В.Т.Чичикин.Физическаякультура.Методические рекомендации. 5—7 классы.

 В.И.Лях.Физическаякультура.Тестовыйконтроль.5—9классы (серия «Текущий контроль»).

 Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельностьучащихся.Лёгкаяатлетика(серия«Работаемпоновым стандартам»).

 Г.А.Калодницкий,В.С.Кузнецов,М.В.Маслов.Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»)

1. Учебная,научная,научно-популярнаялитературапофизической культуре и спорту, олимпийскому движению.
2. Методическиеизданияпофизическойкультуредлячителей
3. Федеральныйзакон«Офизическойкультуреиспорте»
4. Техническиесредстваобучения
5. Мячмалый(теннисный)
6. Обручгимнастический

Подвижныеиспортивныеигры

7. Мячиволейбольныеибаскетбольные
8. Стойкиволейбольныеуниверсальные
9. Сеткаволейбольная
10. Свисток
11. Скакалки
12. Комплектщитовбаскетбольныхскольцамиисеткой
13. Компрессордлянакачиваниямячей
14. Легкийрезиновыймяч
15. Кубики

Измерительныеприборы

16. Секундомер

Измерительнаярулетка.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699195

Владелец Епихова Алла Антоновна

Действителен С 12.01.2026 по 12.01.2027