

**муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Школа № 26»**

Утверждаю
Директор МБОУ «Школа № 26»

Приказ № 306 от «31»08 2024 г.

_____ Зиновьева Е.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

Спортивный клуб

(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)

Среднее общее образование 11 «А» класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Направление: Спортивное

Количество часов: 33 часа

Учитель: Асриян Давид Мосесович

Программа разработана на основе: рабочей программы в соответствии с ФГОС по физической культуре для учащихся 10 – 11 классов. В.И.Лях, М.: Просвещение 2016г. и программы внеурочной деятельности (работаем по новому) по лёгкой атлетике. Авторы: Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. - М.: Просвещение, 2013г.

2024 - 2025 учебный год

Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению «Спортивный клуб» разработана на основе рабочей программы в соответствии с ФГОС по физической культуре для учащихся 10 – 11 классов. В.И.Лях, М.: Просвещение 2016г. и программы внеурочной деятельности (работаем по новому) по лёгкой атлетике. Авторы: Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. - М.: Просвещение, 2013г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности школьников разработана на основании основных **нормативных документов:**

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Минобрнауки от 17.05.2012 № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены 29.12.2012г.);

На основании учебного плана МБОУ «школа №26» количество часов, отведенное на изучение курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» -33 учебных часа, из расчета 1 час в неделю. Форма реализации программы – внеурочная.

Цель программы: формирование устойчивого, заинтересованного, уважительного отношения к культуре родной страны и культуре других стран; содействие укреплению и сохранению здоровья младших школьников; создание эмоционально положительной основы для развития патриотических чувств: любви и преданности к Родине.

Задачи программы:

1. Расширять кругозор учащихся, формировать представления об окружающем мире.
2. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств, потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять

их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; развитию психических процессов и свойств личности,

3. Укреплять здоровье обучающихся через игровую деятельность.

Программа содержит все необходимые разделы и соответствует современным требованиям, предъявляемым к программам внеурочной деятельности.

ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Примерной программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося.

Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля «Спортивный клуб» программы воспитания;
- в возможности комплектования разновозрастных групп для организации профориентационной деятельности школьников, воспитательное значение которых отмечается в примерной программе воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Примерной программой воспитания.

Планируемый результат

В результате обучений ученики должны познакомиться со многими играми, что позволит воспитать у них интерес к игровой деятельности, умение самостоятельно подбирать и проводить их с товарищами в свободное время.

Универсальными компетенциями:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий подвижными играми;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами:

- организовывать отдых и досуг с использованием разученных подвижных игр;
- обобщать и углублять знаний об истории, культуре народных игр;
- представлять спортивные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- формировать навыки здорового образа жизни;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Планируемые результаты реализации программы

Первый уровень воспитательных результатов (приобретение школьниками социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни) обеспечивается формой игры с ролевым акцентом: приобретение школьниками знаний о здоровом образе жизни, о народных играх и играх других народов, о способах организации досуга, о способах организации коллективной деятельности.

В достаточно сложной ролевой игре (особенно организованной на социальном материале) можно выйти на второй уровень – формирование у школьников позитивных отношений к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом.

Развитие ценностных отношений

школьников к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к другим людям, к труду.

Воспитательным результатом третьего уровня является социально - моделирующая игра, образовательной формой в которой возможно получение школьниками в игровой

деятельности опыта самостоятельного общественного действия. Приобретение школьниками опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве, опыта заботы о младших и организации их досуга, опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Спортивный клуб»

№	Тема	Кол-во часов	Дата Плана	Дата факт	Форма организации занятия	Использование дополнительного материала (интернет-ресурсе)
1.	Терминология волейбола. Стойки и перемещения волейболиста. Комбинация из перемещений. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	04.09.2024		Практическое занятие	http://volleyball-nauka.ru/техника-игры/стойки_перемещения/
2.	Передача мяча: сверху над собой на месте и в движении приставными шагами вперед, назад, в стороны, с различной высотой перемещения мяча, с поворотами направо. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	11.09.2024		Практическое занятие	
3.	Передача мяча снизу перед собой на месте и в движении приставными шагами вперед, назад, в стороны, с различной высотой перемещения мяча, с поворотами направо, налево по кругу. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3)	1	18.09.2024		Практическое занятие	http://volleyball-nauka.ru/техника-игры/стойки_перемещения/
4.	Передача мяча сверху над собой и в стену, в парах в стену со сменой мест, через сетку. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3)	1	25.09.2024		Практическое занятие	

5.	Передача мяча снизу перед собой и в стену, в парах со сменой мест, через сетку. Двухсторонняя игра в волейбол.	1	02.10.2024		Практическое занятие	http://volleyball-nauka.ru/техника-игры/стойки_перемещения/
6.	Передача мяча сверху в тройках со сменой мест, чередование передачи мяча сверху и снизу на месте, в стену, в парах. Игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3.	1	09.10.2024		Практическое занятие	
7.	Верхняя прямая подача мяча и его прием. Совершенствование технических элементов игры в волейбол.	1	16.10.2024		Практическое занятие	http://dodsport.marian.obr55.ru/files/2020/04/Пособие-для-теоретической-подготовке-№1.pdf
8.	Общие требования безопасности при проведении занятий по баскетболу. Стойки и перемещения игрока. Остановки прыжком, двумя шагами, повороты, прыжки. Комбинация из передвижений баскетболиста. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1	23.10.2024		Практическое занятие	
9.	Терминология баскетбола. Стойки и перемещения игрока. Остановки прыжком, двумя шагами, повороты, прыжки. Комбинация из передвижений баскетболиста. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1	06.11.2024		Практическое занятие	https://urok.1sept.ru/articles/684998

10.	Ведение мяча с изменением скорости, направления, частоты отскока без сопротивления с сопротивлением. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3	1	13.11.2024		Практическое занятие	https://yandex.ru/video/preview/6034212169632992626
11.	Правила и организация соревнований по баскетболу. Передача мяча на месте двумя руками от груди, сверху, с отскока от пола, снизу, сбоку в парах, в тройках четверках без сопротивления и с сопротивлением. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1	20.11.2024		Практическое занятие	https://urok.1sept.ru/articles/684998
12.	Передача мяча на месте двумя руками от груди, сверху, с отскока от пола, снизу, сбоку в парах, в тройках четверках без сопротивления и с сопротивлением. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1	27.11.2024		Практическое занятие	https://urok.1sept.ru/articles/684998
13.	Передача мяча на месте одной рукой от груди, от плеча, с отскока от пола, снизу, сбоку в парах, тройках, четверках без сопротивления и с сопротивлением. Двухсторонняя игра в баскетбол.	1	04.12.2024		Практическое занятие	https://www.youtube.com/watch?v=upJ8Qlw0qh0
14.	Передача мяча различными способами в парах и тройках в движении без сопротивления и с сопротивлением. Передача мяча при встречном	1	11.12.2024		Практическое занятие	https://www.youtube.com/watch?v=upJ8Qlw0qh0

	движении. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3					
15.	Судейство игры. Бросок от головы на месте, в прыжке без сопротивления и с сопротивлением. Баскетбольный «челнок»	1	18.12.2024		Практическое занятие	https://yandex.ru/video/preview/6034212169632992626
16.	Бросок от головы на месте, в прыжке без сопротивления и с сопротивлением. Баскетбольный «челнок».	1	25.12.2024		Практическое занятие	
17.	Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий, приближенных к содержанию разучиваемой игры.	1	15.01.2025		Практическое занятие	https://yandex.ru/video/preview/6034212169632992626
18.	Стритбол. Бросок от груди, головы со средней дистанции на месте, в прыжке без сопротивления с сопротивлением. Двухсторонняя игра в стритбол 3х3.	1	22.01.2025		Практическое занятие	https://basketball-training.org.ua/pravila_basketbola/pravila-stritbola.html
19.	Двухсторонняя игра в стритбол 3х3.	1	29.01.2025		Практическое занятие	https://basketball-training.org.ua/pravila_basketbola/pravila-stritbola.html
20.	ОФП. Терминология футбола. Стойки и перемещения футболиста. Игра мини-футбол.	1	05.02.2025		Практическое занятие	
21.	ОФП. Терминология футбола. Комбинация из перемещений футболиста. Игра мини-футбол	1	12.02.2025		Практическое занятие	https://helpiks.org/6-14030.html
22.	Игра вратаря. Правила и организация соревнований. Удары по неподвижному и	1	19.02.2025		Практическое занятие	https://www.youtube.com/watch?v

	катыщему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Игра мини-футбол.					=pBV3mDN3Nx4
23.	Удар по катыщему мячу внутренней частью подъема, по неподвижному мячу внешней частью подъема. Игра мини-футбол.	1	26.02.2025		Практическое занятие	https://www.youtube.com/watch?v=pBV3mDN3Nx4
24.	Помощь в судействе. Удар по катыщему мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу). Игра мини-футбол	1	05.03.2025		Практическое занятие	
25.	Комплектование команды. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Игра мини-футбол	1	12.03.2025		Практическое занятие	https://www.youtube.com/watch?v=pBV3mDN3Nx4
26.	Остановка катыщего мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка мяча грудью. Отбор мяча подкатом. Игра мини-футбол	1	19.03.2025		Практическое занятие	
27.	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения. Игра мини-футбол	1	02.04.2025		Практическое занятие	https://helpiks.org/6-14030.html
28.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).	1	09.04.2025		Практическое занятие	

29.	Эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнёру	1	16.04.2025		Практическое занятие	https://helpiks.org/6-14030.html
30.	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения для развития специальной выносливости.	1	23.04.2025		Практическое занятие	https://www.flexsport.ru/blog/fitness/trenirovki-dlya-razvitiya-vynoslivosti/
31.	Общая физическая и специальная подготовка. Упражнения для развития специальной выносливости.	1	30.04.2025		Практическое занятие	https://www.flexsport.ru/blog/fitness/trenirovki-dlya-razvitiya-vynoslivosti/
32.	Контрольные упражнения и спортивные соревнования.	1	07.05.2025		Практическое занятие	https://studopedia.ru/12_126946_kontrolnie-uprazhneniya-i-sorevnovaniya.html
33.	Контрольные упражнения и спортивные соревнования.	1	14.05.2025		Практическое занятие	https://studopedia.ru/12_126946_kontrolnie-uprazhneniya-i-sorevnovaniya.html
34.	Контрольные упражнения и спортивные соревнования.	1	21.05.2025		Практическое занятие	https://studopedia.ru/12_126946_kontrolnie-uprazhneniya-i-sorevnovaniya.html

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического совета
МБОУ «Школа № 26»
от _____ 20__ года № 1

подпись руководителя МС Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
_____ Соловская Е.С.
подпись Ф.И.О.
_____ 20__ года