

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

Утверждаю  
Директор МБОУ «Школа № 26»

Приказ № 306 от «31»августа 2024 г.

\_\_\_\_\_ Зиновьева Е.В.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

**Спортивный клуб**

(указать учебный предмет, курс)

**Уровень общего образования (класс)**

Среднее общее образование, 6 классы

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

Направление: Занятия, направленные на удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов

**Количество часов:** 34 часа

**Учитель:** Саломаха Елизавета Александровна

**Программа разработана на основе:** Комплексной программы физического воспитания учащихся 5-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2014 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации

**2024 - 2025 учебный год**

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности Подвижные и спортивные игры для учащихся 6 класса разработана на основе:

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 5-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2014 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;
- Примерной программы по физической культуре в рамках проекта Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения, реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию. Руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. М.: Просвещение, 2010.

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при совместных усилиях школы и семьи.

Поскольку у педагогов и психологов в последние годы вызывают опасения материалы, свидетельствующие о неблагополучии физического и психического здоровья школьников, основная задача обучения детей состоит в физическом и интеллектуальном развитии учащихся при таких условиях, когда обучение должно стать естественной формой выражения детской жизни.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся 6-го класса положены программа физического воспитания для учащихся средней школы, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

Рабочая программа курса по внеурочной деятельности Школьный спортивный клуб составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 3.07.2016) "Об образовании в Российской Федерации"(с изм. и доп., вступ. в силу с 1.09.2016)
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (далее – ФГОС ООО), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897;

3. Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12.05.2011 г. № 03- 296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
4. Санитарно-эпидемиологические правила "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. СанПин 2.4.2.2821-10» (ред. 24.11.2015);

Просвещение, 2011

5. Основная образовательная программа основного общего образования Учреждения.

На основании учебного плана МБОУ «школа №26» количество часов, отведенное на изучение курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» -34 учебных часа, из расчета 1 час в неделю. Форма реализации программы – внеурочная.

В соответствии с годовым учебным графиком и расписанием внеурочной деятельности на 2023-2024 учебный год программа фактически реализуется в 6 «А» классе в объеме 1 часа, что отражено в календарно-тематическом планировании.

Цель программы: – Целью курса по внеурочной деятельности является создание условий для увеличения двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания, формирование личности ребёнка средствами подвижных и спортивных игр через включение их в коллективную деятельность.

**Задачи программы:**

*Обучающие:*

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

*Развивающие:*

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности школьника;

*Воспитывающие:*

- формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями,

ответственности за своё здоровье;

-привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности.

-воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной 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 подвижные 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 подвижные 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 подвижных 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.

### **Формы подведения итогов:**

- организовать и провести со сверстниками разученные подвижные игры, в летнем школьном лагере;
- разработать (придумать) свои подвижные игры,

### **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-ресурс)
1.	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1	04.09.2024		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
2.	Терминология. Упражнения на развитие быстроты	1	11.09.2024		Практическое занятие	
3.	Бег на короткие дистанции, низкий старт	1	18.09.2024		Практическое занятие	<a href="https://kladraz.ru/scenarii/dlja-shkoly/scenarii-meroprijatii-i-prazdnikov-dlja-1-2-3-4-klasov/veselye-starty-v-4-klase-scenarii.html">https://kladraz.ru/scenarii/dlja-shkoly/scenarii-meroprijatii-i-prazdnikov-dlja-1-2-3-4-klasov/veselye-starty-v-4-klase-scenarii.html</a>
4.	Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега	1	25.09.2024		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
5.	Судейство в беге и прыжках. Прыжок в длину.	1	02.10.2024		Практическое занятие	<a href="https://infourok.ru/vneurochnaya-deyatelnost-v-beg-i-pryzhyki-1-4-klasse-5514437.html">https://infourok.ru/vneurochnaya-deyatelnost-v-beg-i-pryzhyki-1-4-klasse-5514437.html</a>
6.	Прыжок в длину с места, с разбега.	1	09.10.2024		Практическое занятие	
7.	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	1	16.10.2024		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
8.	Метание мяча в цель и на дальность.	1	23.10.2024		Практическое занятие	
9.	Упражнения на развитие выносливости. Игровые эстафеты	1	06.11.2024		Практическое занятие	

10.	Круговая тренировка	1	13.11.2024		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
11.	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты.	1	20.11.2024		Практическое занятие	
12.	ОРУ. Игра «Вышибалы». «Тянув круг»	1	27.11.2024		Практическое занятие	<a href="https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html">https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html</a>
13.	Ору. Игра «Третийлишний», «Внимание».	1	04.12.2024		Практическое занятие	
14.	ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Неурони».	1	11.12.2024		Практическое занятие	
15.	ОРУ. Игра «Вызов», «Гонкамячей по кругу».	1	18.12.2024		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
16.	ОРУ. Эстафета с элементами равновесия	1	25.12.2024		Практическое занятие	
17.	ОРУ. Эстафета с лазанием и перелезанием.	1	15.01.2025		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
18.	ОРУ. Перестрелка	1	22.01.2025		Практическое занятие	<a href="https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html">https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html</a>
19.	ОРУ. Пионербол.	1	29.01.2025		Практическое занятие	
20.	ОРУ. Пионербол.	1	05.02.2025		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
21.	Техника	1	12.02.2025		Практическое занятие	

	безопасности на <i>волейболе</i> . Правила игры. Основная стойка, эстафеты.					
22.	Техника приёма мяча в парах, в четверках	1	19.02.2025		Практическое занятие	<a href="https://infourok.ru/v-neurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html">https://infourok.ru/v-neurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html</a>
23.	Передача и прием мяча после передвижений.	1	26.02.2025		Практическое занятие	
24.	Техника владения мячом: нижняя прямая подача	1	05.03.2025		Практическое занятие	
25.	Нападающий удар.	1	12.03.2025		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
26.	Техника нападения у сетки.	1	19.03.2025		Практическое занятие	
27.	Тактика игры в защите	1	02.04.2025		Практическое занятие	
28.	Техника безопасности в баскетболе. Основная стойка	1	09.04.2025		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
29.	Правила игры. Техника передвижений. Остановка и передачи мяча.	1	16.04.2025		Практическое занятие	
30.	Правила судейства. Ведение мяча и передачи в движении.	1	23.04.2025		Практическое занятие	<a href="https://infourok.ru/v-neurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html">https://infourok.ru/v-neurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html</a>
31.	Броски мяча с места и в движении.	1	30.04.2025		Практическое занятие	<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry</a>
32.	Подстраховка. Выбивание мяча.	1	07.05.2025		Практическое занятие	

33.	ОРУ. Игра в баскетбол.		14.05.2025		Практическое занятие	
34.	ОРУ. Игра в баскетбол.		21.05.2025		Практическое занятие	



СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического совета  
МБОУ «Школа № 26»  
от \_\_\_\_\_ 20\_\_ года № 1  
\_\_\_\_\_  
подпись руководителя МС Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Соловская Е.С.  
подпись Ф.И.О.  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ года