

**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, 9 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: 33 часа

Учитель: Асриян Давид Мосесович

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 школьников спортивно – оздоровительного направления Спортивный клуб для обучающихся 7 классов разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования. Программа содержит дифференцированные требования к результатам освоения и условиям её реализации, обеспечивающие удовлетворение образовательных потребностей всех обучающихся. Рабочая программа разработана с учётом:

Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010г. №1897);

Примерной основной образовательной программы основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15));

СанПиН 2.4.2.2821 -10 «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (от 29.12.2010 г. №189 в редакции изменений №3, утверждённых постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 24.11.2015 г. №81);

Программа внеурочной деятельности Спортивного клуба направлена на формирование ключевых компетенций в области физической культуры; духовно- нравственное, гражданское, социальное, личностное, физическое и интеллектуальное развитие, саморазвитие и самосовершенствование обучающихся, развитие физических качеств и укрепление здоровья; на формирование способности осознания необходимости самостоятельного и систематического занятия физической культурой и спортом, умения поставить цель и организовать ее достижение, а также креативных (творческих) качеств – гибкости ума, терпимости к противоречиям, прогностичности, критичности, коммуникативных качеств, обусловленных необходимостью взаимодействовать с другими людьми, с объектами окружающего мира. Успешность в овладении физкультурными умениями способствует гармоничному развитию личности обучающихся, повышает вероятность самостоятельно осуществляемого, грамотного принятия решения. Умения подобного рода, как показывает практика, значимы и в дальнейшем вузовском обучении, сохранении и укреплении здоровья. Физкультурная деятельность школьников связана с решением задачи по заранее поставленной цели.

Человек имеет ярко выраженную потребность в движении и самосовершенствовании. Особенно ярко эта потребность проявляется в юном возрасте, так как на этот период приходится ряд физиологических периодов благоприятных (когнитивных) для формирования физических качеств организма, что способствует сохранению и укреплению здоровья. Так же основной деятельностью ребенка в этом возрасте является игра, учитель может использовать это природное стремление к самосовершенствованию в своей образовательной деятельности.

Особенностью программы Спортивного клуба по физической культуре является ее комплексный характер, объединяющий разные виды деятельности. Программа носит модульный характер, в ее структуре выделяются пять возрастных модулей: для обучающихся 9-х классов. Достаточно продолжительное время освоения программы обусловлено естественной скоростью течения психофизиологических процессов развития личности ребенка, необходимых для решения поставленных задач. В основу построения программы положены:

- принцип «спирального» освоения материала и разделов программы. Его использование позволяет выделять ключевые понятия, проблемы, которые при изучении одноименных разделов и тем в течение нескольких лет раскрываются более глубоко и детально с использованием тематических материалов и педагогических технологий, соответствующих возрастным особенностям обучающихся и году обучения по программе курса;
- принцип стимулирования и мотивации учебно- познавательной деятельности, предполагающий поддержание субъект-субъектных отношений между педагогом и обучающимися, сочетание объяснительно-иллюстративных и проблемных методов обучения; принцип воспитывающих ситуаций (ситуации, позволяющие пропагандировать здоровый образ жизни, формировать доброжелательные межличностные отношения, самостоятельность, решительность, ответственность);
- использование интерактивных (дискуссия, обсуждение, дебаты, сюжетно-ролевая игра, интерактивная беседа) и игровых форм организации занятий (подвижные и спортивные игры), метода параллельно изучения разделов программы.

На основании учебного плана МБОУ «школа №26» количество часов, отведенное на изучение курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» -32 учебных часа, из расчета 1 час в неделю. Форма реализации программы – внеурочная.

В соответствии с годовым учебным графиком и расписанием внеурочной

деятельности на 2024-2025 учебный год программа фактически реализуется в 9 «А» классе в объеме 1 часа, что отражено в календарно-тематическом планировании.

Цель и задачи программы курса внеурочной деятельности.

Цель программы — развитие компетенций, необходимых для проведения и организации самостоятельных и систематичных занятий физической культурой и спортом.

Задачи программы:

А) Обучающие:

- ✓ познакомить с алгоритмом работы при занятиях физической культуры, структурой занятия, видами организации занятия и требованиями безопасности;
- ✓ знать о видах и формах организации; уметь определять цель, ставить задачи, составлять и реализовывать план занятия (комплекса занятий);
- ✓ знать и уметь пользоваться различными источниками информации, ресурсами; представлять в виде презентации, оформлять письменную часть занятия (комплекс занятий);
- ✓ знать критерии оценивания физических качеств и элементов видов спорта, оценивать свои и чужие результаты;
- ✓ составлять отчет о ходе реализации комплекса занятий, вносить корректировки в программу занятий, делать выводы;
- ✓ иметь представление о рисках, их возникновении и преодолении;
- ✓ проводить рефлексию своей деятельности.

Б) Развивающие:

- ✓ формирование универсальных учебных действий; расширение кругозора;
- ✓ обогащение словарного запаса, развитие речи и дикции школьников;
- ✓ развитие физических качеств;
- ✓ развитие умения анализировать, вычленять существенное, связно, грамотно и доказательно излагать материал (в том числе и в письменном виде), самостоятельноприменять, пополнять и систематизировать, обобщать полученные знания;
- ✓ развитие мышления, способности наблюдать и делать выводы;
- ✓ на представленном материале формировать у обучающихся практические умения поовладению различными двигательными навыками.

В) Воспитательные:

- ✓ способствовать повышению личной уверенности у каждого участника

Спортивного клуба, его самореализации и рефлексии;

- ✓ развивать у учащихся сознание значимости коллективной работы для получения результата, роли сотрудничества, совместной деятельности в процессе выполнения различных заданий;
- ✓ вдохновлять детей на развитие коммуникабельности;
- ✓ воспитывать потребность в занятиях физической культурой и спортом, ведению ЗОЖ;
- ✓ дать возможность учащимся проявить себя.

Представленный курс имеет развивающую, деятельностную и практическую направленность, носит метапредметный характер. Обучающиеся получают не только некоторые первоначальные знания из области проектного метода, что понадобится при дальнейшем обучении разных школьных дисциплин, но и расширят свой кругозор, повысят эрудицию, уверенность в себе.

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 и занятия | Использование дополнительного материала (интернет-ресурс) |
|----|---|--------------|---------------|--------------|-----------------------------------|---|
| 1. | Основы знаний: «История возникновения спортивных игр»» | 1 | 02.09 | | Теоретическое занятие | |
| 2. | Пионербол: двухсторонняя игра. Правила игры. Техника безопасности. | 1 | 09.09 | | Беседа - опрос | |
| 3. | ОРУ. Двухсторонняя игра. | 1 | 16.09 | | Практическое занятие | |
| 4. | ОРУ. Двухсторонняя игра в пионербол с элементами волейбола. | 1 | 23.09 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 5. | ОРУ. Двухсторонняя игра в пионербол с элементами волейбола. | 1 | 30.09 | | Практическое занятие | https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html |
| 6. | ОРУ. Двухсторонняя игра в пионербол с элементами волейбола. | 1 | 07.10 | | Практическое занятие | |
| 7. | Составление плана и подбор подводящих упражнений: Волейбол: «Краткая характеристика вида спорта» | 1 | 14.10 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 8. | Составление плана и подбор подводящих упражнений Стойка игрока. Передача мяча сверху. Подвижные игры. Челночный бег 4*9 м. (у) | 1 | 21.10 | | Практическое занятие | |
| 9. | Стойка игрока. Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 | 11.11 | | Практическое занятие | |

| | | | | | | |
|-----|--|---|-------|--|----------------------|---|
| 10. | Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола. | 1 | 18.11 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 11. | Передача мяча сверху. Перемещение в стойке. Прием мяча снизу. Подвижные игры с элементами волейбола | 1 | 25.11 | | Практическое занятие | |
| 12. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача. | 1 | 02.11 | | Практическое занятие | https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html |
| 13. | Передача мяча, прием мяча снизу. Нижняя прямая подача. | 1 | 09.12 | | Практическое занятие | |
| 14. | Спец. беговые, на месте. Стойка игрока. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | 16.12 | | Практическое занятие | |
| 15. | Спец. беговые, на месте. Стойка игрока. Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | 23.12 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 16. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | 28.12 | | Практическое занятие | |
| 17. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | 13.01 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 18. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | 20.01 | | Практическое занятие | https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html |
| 19. | Передача мяча сверху. Нижняя прямая, боковая подача. | 1 | 27.01 | | Практическое занятие | |
| 20. | Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами. | 1 | 03.02 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |

| | | | | | | |
|-----|--|---|-------|--|----------------------|---|
| 21. | Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол. | 1 | 10.02 | | Практическое занятие | |
| 22. | Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди | 1 | 17.02 | | Практическое занятие | https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html |
| 23. | Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища. | 1 | 24.02 | | Практическое занятие | |
| 24. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2. | 1 | 03.03 | | Практическое занятие | |
| 25. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра баскетбол 2*2. | 1 | 10.03 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 26. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в мини-баскетбол 3*3 | 1 | 17.03 | | Практическое занятие | |
| 27. | Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в мини- баскетбол 3*3 | 1 | 07.04 | | Практическое занятие | https://kladraz.ru/scenari/dlja-shkoly/scenari-meroprijatii-i-prazdnikov-dlja-1-2-3-4-klasov/veselye-starty-v-4-klase-scenarii.html |
| 28. | Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол. | 1 | 14.04 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 29. | Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание | 1 | 21.04 | | Практическое занятие | |

| | | | | | | |
|-----|---|---|-------|--|----------------------|---|
| | и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол. | | | | | |
| 30. | Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол. | 1 | 28.04 | | Практическое занятие | https://infourok.ru/vneurochka-podvinye-igry-1-4-klasss-5514437.html |
| 31. | Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини-баскетбол. | 1 | 03.05 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 32. | ОРУ. Игра в мини- баскетбол. | 1 | 12.05 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |
| 33. | Игра в мини- баскетбол. | 1 | 19.05 | | Практическое занятие | https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/11/29/podvizhnye-igry |

СОГЛАСОВАНО

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

подпись руководителя МС Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

подпись Ф.И.О. Соловская Е.С

20__ года