

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Самарской области государственное бюджетное
общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная
школа с. Романовка муниципального района Хворостянский Самарской области
ГБОУ ООШ с. Романовка

РАССМОТРЕНО

Председатель метод
объединения

Астапова Т.А.
Протокол № 1 от «29»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

Косова Л.И.
Протокол №1 от «30»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором ГБОУ
ООШ с. Романовка

Российская Т.В.
Приказ № 1 от «30» августа
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1324697)

Курса внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

для обучающихся 5-9 классов

с. Романовка 2024г.

Пояснительная записка

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);
- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «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);
- Уставом ГБОУ ООШ с. Романовка.

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.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» по модулям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных 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, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обуславливающие 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:

- проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту;
- 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, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, 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.

В состав инвариантных модулей входят образовательный модуль «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 программы не представлены учебно-тематические планы с разбивкой на часы и темы, теорию и практику).

Цель программы: 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:

- воспитать устойчивость интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к спортивно- оздоровительной деятельности;
 - сформировать у занимающихся умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить спортивную или подвижную игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
 - создать условия для проявления чувства коллективизма;
- систематизировать знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
- развивать: внимание, ловкость, быстроту реакции, умения ориентироваться в пространстве;
- воспитать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным и спортивным играм.

Содержание курса

Тематические разделы программы:

Легкая атлетика является наиболее оптимальным видом спорта для развития и совершенствования сердечно-сосудистой и дыхательной систем, способствует повышению функциональных возможностей организма, развивает выносливость, ловкость, скоростно-силовые и силовые качества.

Спортивные игры содержат перечень упражнений для овладения техникой и тактикой игры в волейбол и баскетбол. Используемая методика проведения подводящих игр и эстафет, позволяет успешно воздействовать на различные системы организма, развивать ловкость, быстроту реакции.

Подвижные игры средство пополнения ребенком знаний и представлений об окружающем мире, развития мышления, смекалки, ловкости, сноровки, ценных морально-волевых качеств. В процессе игры дети используют уже имеющиеся двигательные и умственные навыки, закрепляют их и совершенствуют, а также формируют новые качества личности.

Весь программный материал направлен на решение оздоровительных задач, развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков, формирование самостоятельности и умений взаимодействовать с коллективом.

Срок реализации программы внеурочной деятельности 1 год, 68 часов, ~~2 часа в неделю~~
Участники программы: учащиеся 5-9 классов.

Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб»

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

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

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на 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;
- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

Метапредметные результаты освоения обучающимися программы:

- 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;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;
- 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: по модулям 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;
- изучат основные факторы, влияющие на здоровье;
- научатся 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;
- научатся оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему в пределах своих возрастных и физиологических возможностей. - 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.
- получать заряд здоровья от встречи с прекрасным в природе и науках;
- осознают необходимость природоохранной деятельности как условия полноценной жизни и здоровья человека.
- доносить информацию по здоровьесберегающей 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;
- выступать с аудио-, видео и графическим сопровождением;

- 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 (об общественных нормах, устройстве общества, о социально 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 воспитательных результатов 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 организует различные спортивно-оздоровительные мероприятия, активно участвует в их разработке 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 конце учебного 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.

Результаты освоения программы соответствуют требованиям ФГОС ООО.

Учебно-тематический план

| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|----|---|------------------|--------------------------|----------------------|
| | | Всего | Теоретические занятия | Практические занятия |
| 1. | Вводное занятие. ТБ на занятиях в группе Школьного спортивного клуба и во время самостоятельных занятий | 2 | 2 | - |
| 2. | Легкая атлетика | 16 | В течение занятия | 16 |
| 3. | Спортивные игры | 36 | | 36 |
| 4. | Подвижные игры | 14 | | 14 |
| | ИТОГО: | 68 | 2 | 66 |

Тематическое планирование

| № п/п | Тема учебного занятия, раздела | Кол-во часов | Форма занятия | ЭОР/ЦОР |
|------------------------|---|--------------|---------------------------------|--|
| ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА | | | | |
| 1. | Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты. | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 2. | Терминология. Упражнения на развитие быстроты | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 3. | Бег на короткие дистанции, низкий старт | 2 | Практическое | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | |
|------------------|---|---|---------------------------------|--|
| | | | занятие | ru/ https://www.sport.ru/ |
| 4. | Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 5. | Судейство в беге и прыжках. Прыжок в длину. | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 6. | Прыжок в длину сместа, с разбега. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 7. | Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 8. | Метание мяча в цель и на дальность. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 9. | Упражнения на развитие выносливости. Игровые эстафеты | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| БАСКЕТБОЛ | | | | |
| 10. | Техника безопасности на баскетболе. Основная стойка | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |

| | | | | |
|-----|--|---|---------------------------------|---|
| 11. | Правила игры. Техника передвижений. Остановки и передачи мяча. | 2 | Беседа. Практическое занятие | ort.ru/ https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 12. | Правила судейства. Ведение и передачи мяча в движении. | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 13. | Броски мяча с места и в движении. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 14. | Система личной защиты. Штрафной бросок мяча в корзину | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 15. | Подстраховка. Выбивание мяча. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 16. | Разбор результатов игры. Перехват мяча. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 17. | Правила игры в стритбол. Игра 3х3 | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sportort.ru/ |
| 18. | Правила игры в стритбол. Игра 3х3 | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ |

| | | | | |
|-----------------|---|---|---------------------------------|--|
| | | | занятие | https://www.sport.ru/ |
| ВОЛЕЙБОЛ | | | | |
| 19. | Техника безопасности на волейболе. Правила игры. Основная стойка, эстафеты. | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 20. | Техника приёма мяча в парах, в четверках | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 21. | Передача и прием мяча после передвижений. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 22. | Техника владения мячом: нижняя прямая подача | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 23. | Техника владения мячом: верхняя прямая подача | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 24. | Нападающий удар. Тактика игры в защите | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |
| 25. | Техника нападения у сетки. | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |

| | | | | |
|-----------------------|--|---|---|--|
| 26. | Правила игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| 27. | Правила игры в волейбол. Двусторонняя учебная игра | 2 | Беседа - опрос. Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ | | | | |
| 28. | Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты. | 2 | Беседа. Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| 29 | ОРУ. Игра «Вышибалы». «Тянув круг» | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| 30. | Ору. Игра «Третий лишний», «Внимание». | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| 31. | ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Неурони». | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| 32. | ОРУ. Игра «Вызов», «Гонка мячей по кругу». | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ https://www.sp ort.ru/ |
| 33. | ОРУ. Эстафета с элементами равновесия | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu. ru/ |

| | | | | |
|-----|-------------------|---|----------------------|--|
| | | | | https://www.sport.ru/ |
| 34. | ОРУ. Игра «Лепта» | 2 | Практическое занятие | https://resh.edu.ru/ https://www.sport.ru/ |