

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа №2 «Образовательный центр» имени Героя  
Советского Союза И.Т. Краснова с. Большая Глушица  
муниципального района Большеглушицкий Самарской области

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО  
учителей эстетического цикла  
протокол № от 29.08.2024г.  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_/Попов А.В.

ПРОВЕРЕНО  
Заместитель директора по  
ВР  
\_\_\_\_\_/Ямщикова Е.А.  
29.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГБОУ СОШ №2 «ОЦ»  
с. Большая Глушица  
\_\_\_\_\_/Фёдоров Е.Ю.  
от 29.08.2024 г.

**Модифицированная программа внеурочной деятельности**

**для обучающихся 5-8 классов**

**«Спортивный клуб»**

**спортивно-оздоровительное направление**

**2024-2025 учебный год.**

Срок реализации – 4 года



C=RU, O="ГБОУ  
СОШ №2 ""ОЦ"" с.  
Большая Глушица",  
CN=Е.Ю. Фёдоров,  
E=school2\_bgl@samar  
a.edu.ru  
008558f92923db0913  
2024.09.04 10:01:  
35+04'00'

На основании программы:

Физическая культура. 5, 6, 7 классы: Учебник для общеобразоват. организаций /  
[М. Я. Виленский и др.]; под ред. М. Я. Виленского. — М.: Просвещение, 2019. — 239 с.  
Учебник для общеобразовательных учреждений. *В.И. Лях, А.А. Зданевич.*  
Физическая культура. 5-9 классы / Под общ. ред. В.И. Ляха. М.Просвящение 2021.

Проверено: \_\_\_\_\_/Ямщикова Е.А./  
заместитель директора  
по воспитательной работе

Разработал учитель  
физической культуры  
Попов А.В.

с. Большая Глушица  
2024 год

## Содержание

1. Пояснительная записка...	2
2. Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Спортивный клуб».....	4
3. Модули программы внеурочной деятельности «Спортивный клуб» .....	6
4. Календарно-тематическое планирование.....	8

## Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «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);

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 «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 спортивноназначения.

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).

### **Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «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.

### Модули программы внеурочной деятельности «Спортивный клуб»

Модули программы		Класс
		<b>5-8</b>
Модуль А	«Легкая Атлетика»	16
Модуль В	«Баскетбол»	16
Модуль С	«Волейбол»	18
Модуль D	«Мини-футбол»	18
Всего		68

#### Модуль А: «Легкая Атлетика»

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. Цель, создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение легкой атлетике. За основу конструирования и реализации данного модуля использованы учебные пособия которые входят в предметную линию учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. Физическая культура. 1-4классы / Под редакцией М.Я. Виленского.

Учебник для общеобразовательных учреждений. *В.И. Лях, А.А. Зданевич.* Физическая культура. 5-9 классы / Под общ. ред. В.И. Ляха.

#### Модуль В: «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 всем видам 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, 2019.

#### Модуль С: «Волейбол»

За основу конструирования и реализации данного модуля можно взять Программу физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе автора В.И. Лях «Физическая культура. Рабочие программы. 5 – 11 класс», Москва «Просвещение», 2019

#### Модуль D: «Мини-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 из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Подготовительная часть включает в себя актуализацию имеющихся знаний и включение обучающихся в процесс целеполагания. В основной части занятия обучающиеся знакомятся с содержанием различных учебных задач, в том числе проектного или исследовательского характера, 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 процесс интеграции урочной и внеурочной деятельности на основе системно-деятельностного подхода, как методологической основы ФГОС.

Занятия проводятся 2 раз в неделю в течение года. Всего – 68ч.

№	Тема	Кол-во часов
<b>Легкая атлетика</b>		
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1
2	Терминология. Упражнения на развитие быстроты	1
3	Бег на короткие дистанции, низкий старт	3
4	Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега	2
5	Прыжок в длину с места, с разбега.	2
6	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	2
7	Метание мяча в цель и на дальность.	2
8	Соревнования	3
<b>Баскетбол</b>		
9	Остановки баскетболиста	2
10	Передача и ловля мяча	2
11	Ведение мяча	2
12	Броски в кольцо	2
<i>Тактические действия:</i>		
13	Игра в защите	2
14	Игра в нападении	2
15	Судейство и организация соревнований	2
16	Соревнования	2
<b>Волейбол</b>		
17	Верхняя передача двумя руками в прыжке	2
18	Передача двумя руками назад	2
19	Прямой нападающий удар	2
20	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
21	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
22	Одиночное блокирование и страховка	2
23	Двусторонняя учебная игра	2
24	Командные тактические действия в нападении и защите	2
25	Соревнования	2
<b>Мини-футбол</b>		
26	Удары по мячу, остановка мяча	2
27	Ведение мяча, ложные движения (финты)	2
28	Отбор мяча, перехват мяча	2
29	Выбрасывание мяча	2
30	Техника игры вратаря	2
31	Тактические действия, тактика вратаря	2
32	Тактика игры в нападении и защите	2
33	Судейская практика	2
34	Соревнования	2
	<b>Итого</b>	<b>68</b>

**Календарно – тематическое планирование 5 класс**  
**Календарно – тематическое планирование 6 класс**

**Календарно – тематическое планирование 6 класс**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
<b>Легкая атлетика</b>		
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1
2	Терминология. Упражнения на развитие быстроты	1
3	Бег на короткие дистанции, низкий старт	3
4	Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега	2
5	Прыжок в длину с места, с разбега.	2
6	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	2
7	Метание мяча в цель и на дальность.	2
8	Соревнования	3
<b>Баскетбол</b>		
9	Остановки баскетболиста	2
10	Передача и ловля мяча	2
11	Ведение мяча	2
12	Броски в кольцо	2
<i>Тактические действия:</i>		
13	Игра в защите	2
14	Игра в нападении	2
15	Судейство и организация соревнований	2
16	Соревнования	2
<b>Волейбол</b>		
17	Верхняя передача двумя руками в прыжке	2
18	Передача двумя руками назад	2
19	Прямой нападающий удар	2
20	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
21	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
22	Одиночное блокирование и страховка	2
23	Двусторонняя учебная игра	2
24	Командные тактические действия в нападении и защите	2
25	Соревнования	2
<b>Мини-футбол</b>		
26	Удары по мячу, остановка мяча	2
27	Ведение мяча, ложные движения (финты)	2
28	Отбор мяча, перехват мяча	2
29	Выбрасывание мяча	2
30	Техника игры вратаря	2
31	Тактические действия, тактика вратаря	2
32	Тактика игры в нападении и защите	2
33	Судейская практика	2
34	Соревнования	2
	<b>итого</b>	<b>68</b>

**Календарно – тематическое планирование 7 класс**

№	Тема	Кол-во часов
<b>Легкая атлетика</b>		
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1
2	Терминология. Упражнения на развитие быстроты	1
3	Бег на короткие дистанции, низкий старт	3
4	Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега	2
5	Прыжок в длину с места, с разбега.	2
6	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	2
7	Метание мяча в цель и на дальность.	2
8	Соревнования	3
<b>Баскетбол</b>		
9	Остановки баскетболиста	2
10	Передача и ловля мяча	2
11	Ведение мяча	2
12	Броски в кольцо	2
<i>Тактические действия:</i>		
13	Игра в защите	1
14	Игра в нападении	1
15	Судейство и организация соревнований	3
16	Соревнования	3
<b>Волейбол</b>		
17	Верхняя передача двумя руками в прыжке	2
18	Передача двумя руками назад	2
19	Прямой нападающий удар	1
20	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
21	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
22	Одиночное блокирование и страховка	1
23	Двусторонняя учебная игра	3
24	Командные тактические действия в нападении и защите	2
25	Соревнования	3
<b>Мини-футбол</b>		
26	Удары по мячу, остановка мяча	2
27	Ведение мяча, ложные движения (финты)	2
28	Отбор мяча, перехват мяча	2
29	Выбрасывание мяча	1
30	Техника игры вратаря	1
31	Тактические действия, тактика вратаря	2
32	Тактика игры в нападении и защите	2
33	Судейская практика	3
34	Соревнования	3
	<b>итого</b>	<b>68</b>

**Календарно – тематическое планирование 8 класс**

№	Тема	Кол-во часов
<b>Легкая атлетика</b>		
1	Техника безопасности и правила поведения в спортивном зале. Игровые эстафеты.	1
2	Терминология. Упражнения на развитие быстроты	1
3	Бег на короткие дистанции, низкий старт	3
4	Передача эстафетной палочки, особенности эстафетного бега	1
5	Прыжок в длину с места, с разбега.	2
6	Эстафетный бег, упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	2
7	Метание мяча в цель и на дальность.	2
8	Соревнования	4
<b>Баскетбол</b>		
9	Остановки баскетболиста	1
10	Передача и ловля мяча	1
11	Ведение мяча	1
12	Броски в кольцо	1
<i>Тактические действия:</i>		
13	Игра в защите	3
14	Игра в нападении	3
15	Судейство и организация соревнований	2
16	Соревнования	4
<b>Волейбол</b>		
17	Верхняя передача двумя руками в прыжке	1
18	Передача двумя руками назад	1
19	Прямой нападающий удар	1
20	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	1
21	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	2
22	Одиночное блокирование и страховка	2
23	Двусторонняя учебная игра	4
24	Командные тактические действия в нападении и защите	2
25	Соревнования	4
<b>Мини-футбол</b>		
26	Удары по мячу, остановка мяча	1
27	Ведение мяча, ложные движения (финты)	1
28	Отбор мяча, перехват мяча	1
29	Выбрасывание мяча	2
30	Техника игры вратаря	1
31	Тактические действия, тактика вратаря	2
32	Тактика игры в нападении и защите	3
33	Судейская практика	3
34	Соревнования	4
	<b>Итого</b>	<b>68</b>