

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области основная общеобразовательная школа № 17 города Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области

446213, Самарская область, г.о. Новокуйбышевск, ул. Киевская д. 15, тел. 8(84635)57271

Принято  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1  
от « 30 » августа 2023 г.

«Проверено»  
Зам. директора по ВР  
  
\_\_\_\_\_ О.В.Подледнова

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ ООШ № 17  
\_\_\_\_\_ А. С. Чевелёв  
Приказ № 148 - ОД  
от « 30 » августа 2023 г.

**Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности  
«Школьный спортивный клуб «Юниор»  
5- 9 класс**

(внеурочная деятельность по организации деятельности ученических сообществ)

Составители:  
Савина Н.Ю.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

**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

- изучат основные факторы, влияющие на здоровье;
- научиться 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;
- научиться 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.

## **Содержание курса внеурочной деятельности**

### **Модуль «Баскетбол»**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития баскетбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

### **Модуль «Волейбол»**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития волейбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

### **Модуль «Футбол»**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития футбола, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

### **Модуль «Настольный теннис»**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития настольного тенниса, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

## **Модуль «Шахматы»**

Материал программы дается в трех разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории развития шахмат, правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры.

### **Форма проведения занятий:**

- Групповые, теоретические и практические занятия,
- Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),
- Подвижные игры,
- Эстафеты,

### **Тематическое планирование 5 - 9 классы**

№ п/п	Тема	Всего часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Вводно занятие. Инструктаж.	1	1	
<b>Модуль «Баскетбол» 5 ч.</b>				
2.	История развития и правила игры в баскетбол.	1	1	
3.	Стойки и перемещения	1		1
4.	Передача и ловля мяча	1		1
5.	Броски в кольцо	1		1
6.	Участие в соревнованиях	1		1
<b>Модуль «Волейбол» 7 ч.</b>				

7.	История развития и правила игры в волейбол.	1	1	
8.	Верхняя передача двумя руками в прыжке	1		1
9.	Передача двумя руками назад	1		1
10.	Прямой нападающий удар	1		1
11.	Совершенствование приема мяча с подачи и в защите	1		1
12.	Командные тактические действия в нападении и защите	1		1
13.	Соревнования	1		1
<b>Модуль «Футбол» 7 ч.</b>				
14.	История развития и правила игры в футбол.	1	1	
15.	Удары по мячу, остановка мяча	1		1
16.	Ведение мяча, ложные движения (финты)	1		1
17.	Отбор мяча, перехват мяча	1		1
18.	Выбрасывание мяча	1		
19.	Тактические действия, тактика вратаря	1		1
20.	Тактика игры в нападении и защите	1		1
<b>Модуль «Настольный теннис» 7 ч.</b>				
21.	Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Оборудование и инвентарь.	1	1	
22.	Общая и специальная подготовка.	2		2
23.	Основы техники и тактики игры	2		2
24.	Контрольные игры.	2		2
<b>Модуль «Шахматы» 6 ч.</b>				
25.	Шахматная доска. Шахматные фигуры. Знакомство с игровым "полем".	1	1	
26.	Шахматные комбинации. Разнообразие шахматной игры.	1		1
27.	Шахматные баталии.	1		1

28.	Соревнования в группе.	1		1
29.	Соревнования в группе.	1		1
30.	Соревнования в группе.	1		1
<b>Итоговое занятие 1 ч.</b>				
31.	Итоговое занятие. Спортивные праздник. Зачет.	1		1
	<b>Всего часов в программе:</b>	<b>34</b>	<b>6</b>	<b>28</b>