

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Самарской области**

**Юго-Восточное управление**

**ГБОУ СОШ с.Герасимовка**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО  
учителей гуманитарного  
цикла

Синичкина Е.В.

Протокол №1  
от «30» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УР

Некрылова Е.Е.

«30» августа 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

Сяпина Н.А.

Приказ №361  
от «30» августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб»**

**для обучающихся 6 класса**

**Герасимовка**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, основной общеобразовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ с. Герасимовка, рабочей программы воспитания ГБОУ СОШ с. Герасимовка, на основе Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих клубов» от 13 сентября 2013 г. № 1065, на основе проекта «Движение Первых. Спорт и ЗОЖ».

Проект «Движение Первых. Спорт и ЗОЖ» реализуется в рамках Федерального проекта «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование».

Цель программы внеурочной деятельности «Спортивный клуб» – воздействие на развитие нравственной и духовной сферы личности посредством физической культуры и спорта.

Задачи программы:

- внедрение спортивных соревновательных элементов в методику работы по патриотическому воспитанию;
- популяризация здорового образа жизни;
- формирование гражданско-патриотической позиции подрастающего поколения, формирование позитивных жизненных установок;
- определение уровня физической подготовленности обучающихся;
- вовлечение обучающихся общеобразовательных организаций, членов первичных отделений Общероссийского общественно-государственного движения детей и молодежи «Движение первых» в систематические занятия физической культурой и спортом и совершенствование спортивного досуга обучающихся;
- подготовка обучающихся к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

При создании программы внеурочной деятельности «Спортивный клуб» учитывались потребности современного российского общества в физически развитом, дееспособном и здоровом подрастающем поколении, соблюдающем культуру здорового и безопасного образа жизни, использующем ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Данный курс реализуется, исходя из запросов общества, учащихся и их родителей.

Направление внеурочной деятельности - спортивно-оздоровительное.

Вид программы – модифицированная

Программа курса внеурочной деятельности «Спортивный клуб» в 6 классе рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год.

### **Содержание курса внеурочной деятельности.**

Введение. Изучение проектов, вызовов «Движение Первых. Спорт и ЗОЖ».  
[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh](https://vk.com/mypervie_sportzozh)

Уличная классика. Уличная культура и экшн-спорт.  
[https://vk.com/video-124980125\\_456242096](https://vk.com/video-124980125_456242096)

Здоровый образ жизни.  
[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4234](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4234)

Зарядка с чемпионом.  
[https://vk.com/clip-214524833\\_456240846](https://vk.com/clip-214524833_456240846)

Вызов ловкости. Роуп скиппинг (упражнения на скакалке).

[https://vk.com/video-208262241\\_456239421](https://vk.com/video-208262241_456239421)

Всероссийский проект «Вызов Первых». [https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4460](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4460) [https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4185](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4185)

Всероссийский проект «Вызов Первых». Дисциплины проекта: ВМХ, бампербол, баскетбол 3x3, тег-регби, боссабол, воркаут, вышибалы, гимнастика.

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4392](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4392) / «Вышибала»/

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4346](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4346) /тег-регби/

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4140](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4140) и др.

Гимнастический вызов. Упражнения на развитие гибкости.

будьвдвижении.рф/projects/840

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4436](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4436)

<https://vk.com/selezneva.gymnastics>, [https://vk.com/video-208262241\\_456239391](https://vk.com/video-208262241_456239391)

«Классные встречи». Легендарные советские и российские спортсмены.

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4382](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4382)

«Здоровое питание – из чего оно состоит?»

[https://vk.com/wall-208262241\\_4171](https://vk.com/wall-208262241_4171)

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4348](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4348)

Игры Первых. Фиджитал-фестиваль «Движение будущего». Выполнение заданий проекта. [будьвдвижении.рф/projects/804](https://vk.com/selezneva.gymnastics)

Интересные факты о спорте.

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4211](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4211)

Воздушно-силовая атлетика. Физкультурно-патриотическая акция «Подтянись за победу».

Правила безопасности от «Движения Первых». [https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4392&z=video-208262241\\_456239398%2F27be591d9682891114%2Fpl\\_wall\\_-20826224\\_1](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4392&z=video-208262241_456239398%2F27be591d9682891114%2Fpl_wall_-20826224_1)

Ветер, скорость, спорт и я — настоящие друзья! Веловывоз [будьвдвижении.рф/projects/557](https://vk.com/selezneva.gymnastics)

[https://vk.com/mypervie\\_sportzozh?w=wall-208262241\\_4052](https://vk.com/mypervie_sportzozh?w=wall-208262241_4052)

Спортивный праздник.

Подведение итогов.

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

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

### ***Личностные результаты:***

- формирование гражданско-патриотической позиции , формирование позитивных жизненных установок;

формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории области физической культуры и спорта;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

*Планируемые метапредметные результаты* на уровне основного общего образования:

умение самостоятельно определять цели своего обучения и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

*Планируемые предметные результаты* на уровне основного общего образования:

знания о влиянии занятий физической культурой и спортом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств;

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств;

соблюдение требований к местам проведения занятий, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем;

знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасных ситуаций;

знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона; основ организации здорового образа жизни, методов профилактики вредных привычек.

**Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности  
«Спортивный клуб».**

№ п/п	Тема	Кол-во ч.
1	Введение.Изучение проектов, вызовов «Движение Первых. Спорт и ЗОЖ».	1
2	Уличная классика. Уличная культура и экшн-спорт.	1
3	Здоровый образ жизни. Зарядка с чемпионом.	1
4	Вызов ловкости. Роуп скиппинг (упражнения на скакалке).	1
5	Всероссийский проект «Вызов Первых».	1
6- 12	Всероссийский проект «Вызов Первых». Дисциплины проекта: BMX, бампербол, баскетбол 3х3, тег-регби, боссабол, воркаут, вышибалы, гимнастика.	7
13-15	Гимнастический вызов. Упражнения на развитие гибкости.	3
16	«Классные встречи». Легендарные советские и российские спортсмены.	1
17	«Здоровое питание – из чего оно состоит?»	1
18-25	Всероссийский проект «Вызов Первых». Дисциплины проекта: BMX, бампербол, баскетбол 3х3, тег-регби, боссабол, воркаут, вышибалы, гимнастика.	8
26-27	Игры Первых. Фиджитал-фестиваль «Движение будущего». Выполнение заданий проекта.	2
28	Интересные факты о спорте.	1
29	Воздушно-силовая атлетика. Физкультурно-патриотическая акция «Подтянись за победу».	1
30	Правила безопасности от «Движения Первых».	1
31-32	Ветер, скорость, спорт и я — настоящие друзья! Веловывоз	2
33	Спортивный праздник.	1
34	Подведение итогов.	1