

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Гимназия»
(Коми национальная гимназия)
(МОУ КНГ)

Муниципальной велодан учреждение «Гимназия»
(Коми национальной гимназия)

Принята
педагогическим
советом
«30» августа 2023 года
Протокол № 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ КНГ

Е.Н. Наконечная

30.08.2023г.



Рабочая программа курса внеурочной деятельности
в условиях реализации ФГОС ООО, СОО
школьного спортивного клуба «Зумьд ош »

спортивно - оздоровительное направление

Составители программы:
Шахов И.В., учитель,
Пунегова Н.И., учитель.

Сыктывкар 2023 г.

Пояснительная записка

Программа школьного спортивного клуба Программа внеурочной деятельности «Зумыд ош» по спортивно - оздоровительному направлению разработана в соответствии с

Федеральным законом № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

В соответствии с требованиями обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования, утвержденных приказами Минпросвещения России от 31 мая 2021 года N 286, N 28 ;

Приказом Минпросвещения России от 16.11.2022 N 993 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования";

Приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 N 371 "Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования";

Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 N 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”

Письмом Минпросвещения России от 05.07.2022 N ТВ-1290/03 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Информационно-методическим письмом об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования");

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

"Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573)

Концепцией преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы от 30.12.2018 г.

Уставом Муниципального общеобразовательного учреждения «Гимназия» (Коми национальная гимназия) (далее - МОУКНГ, гимназия).

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Зумыд ош » по спортивно- оздоровительному направлению является составной частью основной образовательной программы основного общего, среднего общего образования.

Программа внеурочной деятельности «Зумыд ош» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для учащихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей. Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Внеурочная деятельность учащихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности учащихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию учащихся в формах, отличных от урочной системы обучения.

Программа школьного спортивного клуба «Зумыд ош» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Цель данной программы – удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в физическом развитии, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов. Создание условий для сохранения, укрепления и развития физического, психологического и социального здоровья обучающихся, формирование у них здоровьесберегающего мышления и интереса к физической культуре и спорту, их успешная социализация посредством вовлечения в физкультурно-оздоровительную деятельность гимназии и различные культурно-оздоровительные акции.

Задачи:

-раскрытие творческих способностей школьников, формирование у них чувства вкуса и умения ценить прекрасное, формирование ценностного отношения к культуре; физическое развитие обучающихся, привитие им любви к спорту и побуждение к здоровому образу жизни, воспитание силы воли, ответственности, формирование установок на защиту слабых; оздоровление школьников, привитие им любви к своему краю, его истории, культуре, природе, развитие их самостоятельности и ответственности, формирование навыков самообслуживающего труда.

- Вовлечь школьников в систематические занятия физической культурой и спортом;

-Осуществлять внеурочные мероприятия по укреплению здоровья и совершенствованию всестороннего физического развития учащихся, навыков и умений в занятиях спортом, воспитанию стойкой привычки к

систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдать правила личной и общественной гигиены;

-Участвовать в планомерной и систематической подготовке школьников к сдаче норм ГТО;

-Организовывать физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы, после уроков, активно участвовать в соревнованиях и оздоровительных акциях;

- Участвовать в организации массовой спортивно-оздоровительной работы среди детей и подростков;

-Готовить из числа учащихся физкультурный актив в помощь учителям для проведения массовой физкультурной и спортивной работы в школе;

-Вести пропаганду физической культуры и спорта среди учащихся как непереносимых средств укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности.

-Популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;

-Формировать у учащихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;

-Обучать технике и тактике спортивных игр;

-Развивать физические способности (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

-Организовать прием норм комплекса ГТО с последующей отправкой результатов в региональный центр тестирования ГТО.

На основании того, что физическая культура и спорт традиционно являются источниками воспитания нравственности и в соответствии с Концепцией духовно- нравственного развития и воспитания личности гражданина России, занятия в рамках данной программы организуются с учетом следующих ценностных ориентиров:

патриотизм - любовь к России, к своему народу, к своей малой родине, своей школе посредством стремления служить её интересам, защищать ее достоинство на различных конкурсах и соревнованиях; уважения к спортивным традициям страны, муниципального района, школы;

социальная солидарность - доверие к людям, справедливость, милосердие, честь, достоинство, характерных для взаимоотношений в команде как в период спортивных побед, так и поражений;

семья - любовь и верность, здоровье, уважение к родителям, забота о старших и младших, проявляющихся в различных формах совместной спортивно-оздоровительной деятельности, в процессе реализации волонтерских инициатив;

труд и творчество - уважение к труду, творчество и созидание, целеустремлённость и настойчивость, в том числе в деле достижения физического совершенствования, спортивных результатов и побед;

наука - ценность знания, стремление к истине, научная картина мира, приобретаемых в процессе проведения учебных исследований, разработки проектов;

природа - эволюция, родная земля, заповедная природа, планета Земля, экологическое сознание, эффективно формируемое в туристическо-краеведческой деятельности.

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. Образовательные формы, предусмотренные в программе: экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, 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 гимназии. 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 программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Планируемые результаты реализации программы «Школьный спортивный клуб «Зумид ош»

В результате освоения программы по образовательным видам деятельности 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.

3. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Основными функциями спортивного клуба «Зумыд ош » являются:

- привлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- открытие спортивных объединений;
- активная пропаганда олимпийского движения;
- обеспечение систематического проведения внеклассных спортивно-массовых мероприятий с обучающимися;
- проведение внутришкольных соревнований, спортивных встреч между классами и другими школами;
- реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);
- организация участия в олимпиадах различных уровней, проводимых органами управления образования;
- проведение спортивных праздников;
- проведение широкой пропаганды физической культуры и спорта в школе;
- расширение и укрепление материально-технической базы школы;
- формирование сборной команды школы для участия в соревнованиях более высокого ранга.

Работа спортивного клуба «Зумыд ош » проводится на основе широкой инициативы обучающихся.

Высшим органом ученического самоуправления школьного спортивного клуба является Совет спортивного клуба.

Общее собрание клуба выбирает открытым голосованием Совет спортивного клуба и его руководителя сроком на один год. Количественный состав Совета определяется общим собранием активистов физической культуры.

Руководство работой осуществляют:

- в классах - физкультурные организаторы (физорги), избираемые сроком на один год;
- в командах капитаны, избираемые сроком на один год, спортивный сезон или на время проведения спортивного мероприятия;
- в судейских коллегиях – судейские бригады по видам спорта, избираемые сроком на один год или на время проведения физкультурно-спортивного мероприятия.

Руководителем спортивного клуба является один из учителей физической культуры образовательного учреждения. Деятельность руководителя спортивного клуба регламентируется должностными обязанностями.

Внеурочная деятельность реализуется через такие формы, как экскурсии, поездки в театры и музеи, кружки, конференции, диспуты, клубы, олимпиады, соревнования, поисковые и краеведческие исследования, спортивные занятия, соревнования на добровольной основе в соответствии с выбором участников образовательного процесса. Организация внеурочной деятельности осуществляется через реализацию программ внеурочной деятельности. Реализация учебного плана внеурочной деятельности на уровне основного общего образования направлена на формирование базовых основ и фундамента последующего обучения. Достижение трех уровней результатов внеурочной деятельности свидетельствует об эффективности реализации внеурочной деятельности. Первый уровень - приобретение социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни. Второй уровень - формирование позитивных отношений обучающегося к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знание, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности. Третий уровень - получение опыта самостоятельного общественного действия, взаимодействие с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

Программа воспитания и социализации обучающихся на уровне основного общего образования (далее – Программа) строится на основе базовых национальных ценностей российского общества, таких как патриотизм, социальная солидарность, гражданственность, семья, здоровье, труд и творчество, наука, традиционные религии России, искусство, природа, человечество, и направлена на развитие и воспитание компетентного гражданина России, принимающего судьбу Отечества как свою личную, осознающего ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененного в духовных и культурных традициях многонационального народа России.

Программа направлена на:

- освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности данного возраста, норм и правил общественного поведения;

- формирование готовности обучающихся к выбору направления своей профессиональной деятельности в соответствии с личными интересами, индивидуальными особенностями и способностями, с учетом потребностей рынка труда;

- формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося и ориентированной на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования;

- формирование экологической культуры,
- формирование антикоррупционного сознания.

Программа обеспечивает:

- формирование уклада школьной жизни, обеспечивающего создание социальной среды развития обучающихся, включающего урочную, внеурочную и общественно значимую деятельность, систему воспитательных мероприятий, культурных и социальных практик, основанного на системе социокультурных и духовно-нравственных ценностей и принятых в обществе правилах и нормах поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, российского общества, учитывающего историко-культурную и этническую специфику региона, потребности обучающихся и их родителей (законных представителей);

- усвоение обучающимися нравственных ценностей, приобретение начального опыта нравственной, общественно значимой деятельности, конструктивного социального поведения, мотивации и способности к духовно-нравственному развитию;

- приобщение обучающихся к культурным ценностям своего народа, своей этнической или социокультурной группы, базовым национальным ценностям российского общества, общечеловеческим ценностям в контексте формирования у них российской гражданской идентичности;

- социальную самоидентификацию обучающихся посредством лично значимой и общественно приемлемой деятельности;

- формирование у обучающихся личностных качеств, необходимых для конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;
- приобретение знаний о нормах и правилах поведения в обществе, социальных ролях человека; формирование позитивной самооценки, самоуважения, конструктивных способов самореализации;
- приобщение обучающихся к общественной деятельности и традициям организации, осуществляющей образовательную деятельность, участие в детско-юношеских организациях и движениях, спортивных секциях, творческих клубах и объединениях по интересам, сетевых сообществах, библиотечной сети, краеведческой работе, в ученическом самоуправлении, военно-патриотических объединениях, в проведении акций и праздников (региональных, государственных, международных);
- участие обучающихся в деятельности производственных, творческих объединений, благотворительных организаций;
- в экологическом просвещении сверстников, родителей, населения;
- в благоустройстве школы, класса, сельского поселения, города;
- формирование способности противостоять негативным воздействиям социальной среды, факторам микросоциальной среды;
- развитие педагогической компетентности родителей (законных представителей) в целях содействия социализации обучающихся в семье;
- учет индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся, культурных и социальных потребностей их семей;
- формирование у обучающихся мотивации к труду, потребности к приобретению профессии;
- овладение способами и приемами поиска информации, связанной с профессиональным образованием и профессиональной деятельностью, поиском вакансий на рынке труда и работой служб занятости населения;
- развитие собственных представлений о перспективах своего профессионального образования и будущей профессиональной деятельности;
- приобретение практического опыта, соответствующего интересам и способностям обучающихся;
- создание условий для профессиональной ориентации обучающихся через систему работы педагогических работников, психологов, социальных педагогов; сотрудничество с базовыми предприятиями, профессиональными образовательными организациями, образовательными организациями высшего образования, центрами профориентационной работы, совместную деятельность с родителями, (законными представителями);

- информирование обучающихся об особенностях различных сфер профессиональной деятельности, социальных и финансовых составляющих различных профессий, особенностях местного, регионального, российского и международного спроса на различные виды трудовой деятельности;

- использование средств психолого-педагогической поддержки обучающихся и развитие консультационной помощи в их профессиональной ориентации, включающей диагностику профессиональных склонностей и профессионального потенциала обучающихся, их способностей и компетенций, необходимых для продолжения образования и выбора профессии (в том числе компьютерного профессионального тестирования и тренинга в специализированных центрах);

- осознание обучающимися ценности экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;

- формирование установки на систематические занятия физической культурой и спортом, готовности к выбору индивидуальных режимов двигательной активности на основе осознания собственных возможностей;

- осознанное отношение обучающихся к выбору индивидуального рациона здорового питания;

- формирование знаний о современных угрозах для жизни и здоровья людей, в том числе экологических и транспортных, готовности активно им противостоять;

- овладение современными оздоровительными технологиями, в том числе на основе навыков личной гигиены;

- формирование готовности обучающихся к социальному взаимодействию по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды, устойчивого развития территории, экологического здоровьесберегающего просвещения населения, профилактики употребления наркотиков и других психоактивных веществ, профилактики инфекционных заболеваний;

- убежденности в выборе здорового образа жизни и вреде употребления алкоголя и табакокурения;

- осознание обучающимися взаимной связи здоровья человека и экологического состояния окружающей его среды, роли экологической культуры в обеспечении личного и общественного здоровья и безопасности; необходимости следования принципу предосторожности при выборе варианта поведения.

Тематическое планирование.

Знания о физической культуре

История физической культуры. Олимпийские игры древности
.Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования).

История ГТО. Система и содержание ГТО.

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Здоровье и здоровый образ жизни.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека. Режим дня, его основное содержание и правила планирования.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж. Проведение банных процедур.

Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.

2. **Содержание спортивно-оздоровительного практикума «Мир спортивных игр»**

Знания о физической культуре:

Физическая культура и спорт. История развития спортивных игр (баскетбола, футбола, волейбола, бадминтона). Достижения советских спортсменов, их выступления на первенствах Европы и мира, Олимпийских играх. Роль комплекса ГТО в развитии физической культуры и спорта.

Гигиена, предупреждение травм. Гигиена начинающего спортсмена. Гигиена обуви и одежды. Врачебный контроль. Предупреждение травм и оказание первой помощи. Влияние физических упражнений на организм занимающегося.

Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по спортивным играм(футбола, волейбола, баскетбола, бадминтона). Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Физическое совершенствование:

Футбол .

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

Волейбол.

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме Контрольные игры и соревнования.

Бадминтон.

Основы техники и тактики игры. Правильная хватка ракетки, способы игры Техника перемещений Тренировка упражнений с воланом и ракеткой. Подача открытой и закрытой стороной ракетки Далёкий удар с замаха сверху. Плоская подача. Короткие удары Общая физическая подготовка

Баскетбол.

Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра

Календарно –тематическое планирование 6-8 классы.

№ занятия	Название темы	Кол-во часов
	Футбол	10
1	Техника безопасности во время игры в мини – футбол. Техника передвижения	1
2	Удары внутренней стороной стопы	1
3	Остановка внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней частью подъема. Учебная игра	1
4	Обманные движения (ложная и действительная фазы движения). Отбор мяча – выбиванием мяча	1
5	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря (отбивание мяча кулаком)	1
6	Тактика игры в футбол, тактика нападения, индивидуальные действия с мячом. Учебная игра.	1
7	Тактика защиты, групповые действия, Учебная игра.	1
8	Удары на точность и дальность. Учебная игра.	1
9	Выполнение комбинации из освоенных элементов.	1
10	Соревнование по мини – футболу.	1
	Баскетбол.	7
11	Техника безопасности и основы знаний на занятиях по баскетболу. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
12	Техника владения мячом. Ловля двумя руками высокого мяча	1

13	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости Передача мяча с отскоком от пола.	1
14	Броски мяча двумя руками сверху. Выбивание мяча.	1
15	Штрафной бросок. Финты.	1
16	Групповые действия в защите. Учебная игра	1
17	Соревнования по баскетболу	1
	Волейбол	11
18	Инструктаж по технике безопасности. Двойной шаг вперед.	1
19	Передача мяча сверху двумя руками с набрасывания партнера.	1
20	Прием мяча сверху двумя руками в парах Подвижная игра «Спираль».	1
21	Передача на точность. Встречная передача.	1
22	Подача мяча: нижняя боковая. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра в пионербол.	1
23	Отбивание мяча кулаком через сетку. Подвижная игра «Охотники и утки».	1
24	Прямой нападающий удар. Взаимодействия игроков зон 6,5 и 1 с игроком зоны 3	1
25	Техника защиты. Блокирование. Подготовка к ГТО	1
26	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
27	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме. Пионербол с элементами волейбола	1
28	«Пионербол» - учебная игра.	1
	Бадминтон.	6
29	Техника безопасности игры в бадминтон. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1
30	Тренировка упражнений с воланом и ракеткой.	1
31	Подача открытой и закрытой стороной ракетки	1
32	Удар «смеш», подача в зону.	1

33	Плоская подача. Короткие удары. Эстафета с применением элементов бадминтона. Подготовка к ГТО	1
ИТОГО:		33

Календарно - тематическое планирование. 9-11 классы.

№ занятия	Название темы	Кол-во часов
	Футбол	10
1	Техника безопасности во время игры в мини – футбол. Техника передвижения	1
2	Удары серединой лба	1
3	Остановка мяча грудью. Ведение мяча внутренней стороной стопы Учебная игра.	1
4	Обманные движения (ложная и действительная фазы движения). Отбор мяча – толчком соперника	1
5	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря (бросок мяча рукой)	1
6	Тактика игры в футбол, тактика нападения, индивидуальные действия с мячом. Учебная игра.	1
7	Тактика защиты, тактика вратаря. Учебная игра.	1
8	Отбор мяча в подкате. Учебная игра.	1
9	Выполнение комбинации из освоенных элементов.	1
10	Соревнование по мини – футболу.	1
	Баскетбол.	7
11	Техника безопасности и основы знаний на занятиях по баскетболу. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
12	Техника владения мячом. Ловля катящегося мяча. Подготовка к ГТО	1
13	Ведение мяча с переводом на другую руку. Передача мяча двумя руками снизу.	1

14	Броски мяча в движении. Перехват мяча.	1
15	Бросок с трех очковой линии.	1
16	Групповые действия(нападение быстрым прорывом). Учебная игра	1
17	Соревнования по баскетболу	1
	Волейбол	11
18	Инструктаж по технике безопасности. Сочетание способов перемещения.	1
19	Передача мяча сверху двумя руками в парах. Подготовка к ГТО	1
20	Прием мяча снизу двумя руками. Подвижная игра «Спираль».	1
21	Передача на точность. Встречная передача.	1
22	Подача мяча: верхняя прямая. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра в пионербол.	1
23	Отбивание мяча кулаком через сетку. Подвижная игра «Охотники и утки».	1
24	Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча.	1
25	Техника защиты. Блокирование.	1
26	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
27	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме. Пионербол с элементами волейбола	1
28	«Пионербол» - учебная игра.	1
	Бадминтон.	6
29	Техника безопасности игры в бадминтон. Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений.	1
30	Удары сверху с набрасыванием, удары снизу с открытой стороны.	1
31	Подача открытой и закрытой стороной ракетки	1
32	Тренировка ударов справа и слева. Далёкий удар с замаха сверху.	1
33	Плоская подача. Короткие удары. Эстафета с	1

	применением элементов бадминтона	
ИТОГО:		33

Форма обучения – групповая, индивидуальная.

Методы обучения – игровой, соревновательный.

Форма контроля – тестирование, контрольные испытания.

Формы подведения итогов реализации программы внеурочной деятельности:

- школьные соревнования среди параллелей своих классов;
- участие в муниципальных соревнованиях;
- участие в окружных и городских соревнованиях.

Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе и в зале. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в баскетбол.

Кадровые ресурсы

В образовательном учреждении работает стабильный коллектив, слаженный по своему составу и творческий по своей сути, всегда готовый к восприятию новых методик, с интересом следящий за новейшими разработками в области образования. Уроки физической культуры ведут 3 педагога:

№	Ф.И.О учителя	Образование	Категория	Педагогический стаж
1.	Шахов Иван Васильевич	Среднее-профессиональное	Высшая	23
2.	Пунегова Наталья Ивановна	Среднее-профессиональное	Первая	20

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Место проведения:

Спортивная площадка;

Спортивный зал.

Инвентарь:

Волейбольные мячи;

Баскетбольные мячи;

Скакалки;

Теннисные мячи;

Гимнастическая стенка;

Гимнастические скамейки;

Сетка волейбольная;

Щиты с кольцами;

Секундомер;

Маты.

Методическое обеспечение образовательной программы

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- эстафеты, домашние задания.

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

Эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

3.1.2. Методические ресурсы

1. Учебник. Физическая культура 6-7 класс. М: Просвещение 2010 г. Автор: Матвеев А.П.
2. Учебник Физическая культура 6-7 класс. М: Просвещение 2010 г. Автор: Матвеев А.П.
3. А.П. Матвеев. Физическая культура. 5-7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений. Физическая культура М.2011г. «Просвещение».
4. Рабочая программа «Физическая культура 5 – 9 классы» Автор :Матвеев А.П.М. “Просвещение”,2012;
5. Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2010).
6. Г.И. Погадаев. Подготовка учащихся 1-11 классов к сдаче нормативов Всероссийского физкультурно-
Спортивного комплекса ГТО. Методическое пособие. « Дрофа», 2016
7. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. Внеурочная деятельность. Подготовка учащихся к сдаче нормативов
Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса ГТО. ФГОС. «Просвещение»,2016 .
8. Дополнительная литература: методическое пособие « Организация работы спортивных секций в школе», автор-составитель А.Н. Каинов, издательство «Учитель» 2010 год.
9. Методическая литература: Лях В.И., Зданевич А. А. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»: Просвещение, 2008 г.