

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Самарской области**  
**Северное управление**  
**ГБОУ ООШ с. Сидоровка**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании МО  
Протокол № 1  
от «31» августа  
2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
УВР  
«31» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

и.о. директора ГБОУ ООШ  
с.Сидоровка

Власов А.О.

Приказ № 115  
от «31» августа 2023 г.

**Рабочая программа**  
**курса внеурочной деятельности «Спортивная мозаика»**  
для обучающихся 5-7классов

(Срок реализации 3 года)

Приложение к ООП ООО

## **Ожидаемые результаты освоения учебного предмета**

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о российских традициях памяти героев Великой Отечественной войны; о русских народных играх; о народных танцах, о правилах конструктивной групповой работы; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации;

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта волонтерской деятельности; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; предметные — через формирование основных элементов научного знания, а метапредметные результаты — через универсальные учебные действия

Личностные результаты

отражаются в индивидуальных

качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья отношения к здоровью как высшей ценности человека;

развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

— формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;

умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Виды УУД, формируемые на занятиях внеурочной деятельности:

| Личностные                               | Регулятивные   | Познавательные   | Коммуникативные   |
|--|--|--|---|
| 1.Самоопределение<br>2.Смыслообразование | 1.Соотнесение известного и неизвестного<br>2.Планирование<br>3.Оценка<br>4.Способность к волевому усилию | 1.Формулирование цели<br>2.Выделение необходимой информации<br>3.Структурирование<br>4.Выбор эффективных способов решения учебной задачи<br>5.Рефлексия<br>6.Анализ и синтез<br>7.Сравнение<br>8.Классификации | 1.Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами<br>2.Постановка вопросов<br>3.Разрешение конфликтов |

|  |   |  |
|--|---|--|
|  | 9. Действия постановки и решения проблемы |  |
|--|---|--|

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности и будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести обучающиеся в процессе реализации программы внеурочной деятельности

Предметные результаты: Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепления здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивные игры» обучающиеся смогут получить знания:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;
- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники; наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно- силовых, координационных, выносливости, гибкости);  
  - контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;
- жесты судьи спортивных игр;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами

спортивных игр; могут научиться:

соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;
- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;
- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
- проводить судейство спортивных игр.

### **Содержание учебного предмета**

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию

сообразительности, любознательности. В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение игровых заданий — это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму. Игры — это не только важное средство воспитания, значение их шире — это неотъемлемая часть любой национальной культуры. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

|   |
|---|
| <u>Формы проведения занятий и виды деятельности</u> |
|---|

|                          |  |
|--------------------------|--|
| Однонаправленные занятия | Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.  |
| Комбинированные занятия  | Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.             |
| Целостно-игровые занятия | Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.   |
| Контрольные занятия      | Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. |

### Тематическое планирование

| №                | Наименование разделов, блоков, тем | Количество часов |                         |                            | Деятельность учителя с учетом программы воспитания  |
|------------------|------------------------------------|------------------|-------------------------|----------------------------|---|
|                  |                                    | Всего            | Часы аудиторных занятий | Часы внеаудиторных занятий |   |
| 1-й год обучения |                                    |                  |                         |                            |   |
| 1                | Баскетбол                          | 12               | 2                       | 10                         | <p>Применение работы в парах, с целью обучения взаимодействию с другими учащимися, постановки общей цели, для достижения которой каждый должен внести индивидуальный вклад, распределению ролей, рефлексией вклада каждого в общий результат. Применение групповой работы, которая учит взаимодействию между участниками образовательного процесса.</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на занятии нормы поведения, правила общения со сверстниками и учителем, соответствующие укладу гимназии, установление и поддержка доброжелательной атмосферы.</p> |
| 2                | Волейбол                           | 12               | 2                       | 10                         |   |
| 3                | Футбол                             | 10               | 2                       | 8                          |   |
| 4                | Итого                              | 34               | 6                       | 29                         |   |

| 2-й год обучения |           |    |   |    |   |
|------------------|-----------|----|---|----|---|
| 1                | Баскетбол | 12 | 2 | 10 | <p>Применение работы в парах, с целью обучения взаимодействию с другими учащимися, постановки общей цели, для достижения которой каждый должен внести индивидуальный вклад, распределению ролей, рефлексией вклада каждого в общий результат. Применение групповой работы, которая учит взаимодействию между участниками образовательного процесса.</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на занятии нормы поведения, правила общения со сверстниками и учителем, соответствующие укладу гимназии, установление и поддержка доброжелательной атмосферы.</p> |
| 2                | Волейбол  | 12 | 2 | 10 |   |
| 3                | Футбол    | 10 | 2 | 8  |   |
| 4                | Итого     | 34 | 6 | 29 |   |

| 3-й год обучения |           |    |   |    |   |
|------------------|-----------|----|---|----|---|
| 1                | Баскетбол | 12 | 2 | 10 | <p>Применение работы в парах, с целью обучения взаимодействию с другими учащимися, постановки общей цели, для достижения которой каждый должен внести индивидуальный вклад, распределению ролей, рефлексией вклада каждого в общий результат. Применение групповой работы, которая учит взаимодействию между участниками образовательного процесса.</p> <p>Побуждение обучающихся соблюдать на занятии нормы поведения, правила общения со сверстниками и учителем, соответствующие укладу гимназии, установление и поддержка доброжелательной атмосферы.</p> |
| 2                | Волейбол  | 12 | 2 | 10 |   |
| 3                | Футбол    | 10 | 2 | 8  |   |
| 4                | Итого     | 34 | 6 | 29 |   |