

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТОМСКА
**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
основная общеобразовательная школа № 27 им. Г. Н. Ворошилова г. Томска**

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
МАОУ ООШ № 27
им. Г.Н. Ворошилова г. Томска
Протокол № 1
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ ООШ № 27
им. Г.Н. Ворошилова г. Томска
И.А. Медведева
Приказ № 188-о/д
от «01» сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Название курса	«Спорт и Мы»
Направление	спортивно-оздоровительное
Уровень образования, класс	ООО, 7-9
Количество часов (в неделю)	1
Количество часов (всего за год)	102
Год написания программы, курса	2023
Составители	Надточий Е.В, Коржова С.А, Иванова Д.А, Попова А.В

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Спорт и Мы» составлена для обучающихся 7-9 классов в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. Приказов Минпросвещения России от 18.07.2022 № 568, от 08.11.2022 № 955);
3. Приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 года № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»
4. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
6. Основной образовательной программой среднего общего образования МАОУ СОШ № 27 им Г.Н. Ворошилова. (Приказ №_187 о/д от 01.09.2023 г).
7. Приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
8. Приказом Минпросвещения России от 21.09.2022 № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»;
9. Приказом Минпросвещения России от 02.08.2022 № 653 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.08.2022 № 69822);
10. Письмом Минпросвещения России от 26 февраля 2021 г. № 03-205 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по обеспечению возможности освоения основных образовательных программ обучающимися 5–11 классов по индивидуальному учебному плану»);
11. Письмом Минпросвещения России от 16.01.2023 № 03-68 «О направлении информации» (вместе с «Информацией о введении федеральных основных общеобразовательных программ»);

Целью программы является формирование основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности.

Реализация цели программы соотносится с решением следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии двигательных действий на состояние здоровья, работоспособность и развитие;
- соблюдении правил техники безопасности во время самостоятельных занятий, отдыха;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере внеурочной деятельности спортивно-оздоровительной направленности реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: окружающий мир, ОБЖ, анатомия, история физической культуры и спорта.

Преимственность программы обеспечивается за счет изученной техники выполнения контрольных упражнений и заданий при освоение программы дошкольного образования.

Данная программа направлена на достижения планируемых результатов ФГОС ООО: Формирование универсальных учебных действий: личностных, регулятивных, коммуникативных, познавательных, «Чтение. Работа с текстом» и «Формирование ИКТ-компетентности».

Коррекционные задачи:

- создать условия для развития учащегося в своем персональном темпе, исходя из его образовательных способностей и интересов;
- развить мышление, память, внимание, восприятие через индивидуальный раздаточный материал;
- развить навыки чтения и образно-эмоциональную речевую деятельность;
- повышение мотивации к обучению
- развивать сознательное использование языковых средств в различных коммуникативных ситуациях с целью реализации полноценных социальных контактов с окружающими
- научить общим принципам постановки и решения познавательных проблем: анализу целей и результатов; выявлению общего и различного; выявлению предпосылок (т.е. анализ условий, обоснование, выявление причин).
- формирование произвольной регуляции
- обучать умению выбирать и применять адекватные коммуникативные стратегии и тактики
- обогащение и развитие словаря
- формирование социально-жизненных компетенций
- формирование готовности к продолжению образования

Дифференцированную помощь

- инструкция учителя для освоения работы с материалом;
- опора на жизненный опыт ребёнка;
- итог выступления обучающихся по алгоритму-сличения для обсуждения анализа ответа;
- включение разнообразных индивидуальных форм преподнесения заданий;
- использование дифференцированных заданий по объему, уровню, видам предлагаемой помощи;
- индивидуальный темп обучения;
- использование ИКТ.

Данная программа направлена на достижения планируемых результатов ФГОС ООО: Формирование универсальных учебных действий: личностных, регулятивных, коммуникативных, познавательных, включающие основы читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности.

Программа внеурочной деятельности «Спорт и Мы» в 7-9 классе изучается из расчета 1 час в неделю в каждом классе 34 часа в год.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;
- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем и окружающими;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи.

Коммуникативные:

- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Познавательные:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач;
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии;
- владеть рядом общих приёмов решения задач.

Условием формирования межпредметных понятий, является овладение обучающимися чтением и работой с текстом, формирование ИКТ-компетентности.

Содержание учебного предмета

7 класс

Раздел «Основы знаний»

Нормативы комплекса ГТО для возрастной ступени 7 класса. Виды контрольных испытаний. Дневник самонаблюдения. Каникулярное время. Организация места проведения занятий. Техника безопасности во время занятий. Первая помощь при травмах.

Виды: познавательная, проблемно-ценностное общение.

Формы: познавательные беседы, интеллектуальные игры, игра- путешествие.

Раздел «Способы самостоятельной деятельности»

Практические занятия, направленные на развитие физических качеств (сила, скорость, выносливость, гибкость, координация). Тренировочные игры: «Переправа через болото», «Переправа с помощью «мятника»», «Следопыты», «Водоносы». Военно-спортивные игры: «Лабиринт», «Поиск флага», «Минное поле», «Снежная крепость». Спортивный лабиринт.

Виды: туристическо-краеведческая, спортивно-оздоровительная, игровая.

Формы: игры с деловым акцентом, социальное моделирование, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.

Раздел «Физическое совершенствование»

Способы преодоления препятствий на местности. Ориентирование на местности по карте и компасу. Кругосветка «Тропа безопасности».

Виды: игровая, спортивно-оздоровительная

Формы: игры с ролевым или деловым акцентом, социально моделирующие игры, спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.

Раздел «Взаимодействие с окружающим миром»

Организация общешкольных лично-командных соревнований по разным видам спорта. Участие в городских, областных, всероссийских соревнованиях. Организация спортивного лабиринта.

Виды: игровая, спортивно-оздоровительная, туристско-краеведческая, досугово-развлекательная.

Формы: спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе, организация самостоятельного отдыха со своей семьей.

8 класс

Раздел «Основы культуры здоровья»

Нормативы комплекса ГТО для возрастной ступени 8 класса. Виды контрольных испытаний. Дневник самонаблюдения. Режим дня. Каникулярное время. Организация места проведения занятий. Техника безопасности во время занятий. Первая помощь при травмах.

Виды: познавательная, проблемно-ценностное общение.

Формы: познавательные беседы, интеллектуальные игры, игра- путешествие.

Раздел «Физическая активность»

Практические занятия, направленные на развитие физических качеств (сила, скорость, выносливость, гибкость, координация). Тренировочные игры: «Переправа через болото», «Переправа с помощью «мятника»», «Следопыты», «Водоносы». Военно-спортивные игры: «Лабиринт», «Поиск флага», «Минное поле», «Снежная крепость». Спортивный лабиринт.

Виды: туристическо-краеведческая, спортивно-оздоровительная, игровая.

Формы: игры с деловым акцентом, социальное моделирование, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.

Раздел «Эффективная организация деятельности»

Способы преодоления препятствий на местности. Ориентирование на местности по карте и компасу. Кругосветка «Тропа безопасности».

Виды: игровая, спортивно-оздоровительная

Формы: игры с ролевым или деловым акцентом, социально моделирующие игры, спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.

Раздел «Взаимодействие с окружающим миром»

Организация общешкольных лично-командных соревнований по разным видам спорта. Участие в городских, областных, всероссийских соревнованиях. Организация спортивного лабиринта.

Виды: игровая, спортивно-оздоровительная, туристско-краеведческая, досугово-развлекательная.

Формы: спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе, организация самостоятельного отдыха со своей семьёй.

9 класс

Раздел «Основы знаний»

Физическая культура - неотъемлемая часть культуры человека. Физкультурно-оздоровительные, спортивные и спортивно-технические сооружения. Эстетика спорта. Эстетика внешнего вида спортсмена, тренера, судьи. Этическая подготовка - как компонент личностных умений. Этика поведения. Этическая сторона в общении с инвалидами во время занятий физическими упражнениями и соревнованиях. Положение соревнований

Виды: познавательная, проблемно-ценностное общение.

Формы: познавательные беседы, интеллектуальные игры, игра-путешествие.

Раздел «Способы самостоятельной деятельности»

Самостоятельная организация соревнований. Самостоятельная организация занятий физическими упражнениями во время каникул. Самостоятельная подготовка к сдаче контрольных нормативов.

Виды: туристско-краеведческая, спортивно-оздоровительная, игровая.

Формы: игры с деловым акцентом, социальное моделирование, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.

Раздел «Физическое совершенствование»

Специализированные виды физического воспитания (профессионально-прикладная физическая подготовка). Циклические и ациклические тренировки.

Виды: игровая, спортивно-оздоровительная

Формы: игры с ролевым или деловым акцентом, социально моделирующие игры, спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.

Тематическое планирование

7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Содержание учебной темы	ЦОР	Виды и формы организации	Учёт рабочей программы воспитания
1.	Основы знаний	4	Нормативы комплекса ГТО для возрастной ступени 7 класса. Виды контрольных испытаний. Дневник самонаблюдения. Каникулярное время. Организация места проведения занятий. Техника безопасности ввремя занятий. Первая помощь при травмах.	https://resh.edu.ru/	Виды: познавательная, проблемно-ценностное общение. Формы: познавательные беседы, интеллектуальные игры, игра- путешествие	Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений.
2	Способы самостоятельной деятельности	10	Практические занятия, направленные на развитие физических качеств (сила, скорость, выносливость, гибкость, координация). Тренировочные игры: «Переправа через болото», «Переправа с помощью «маятника»», «Следопыты», «Водоносы». Военно-спортивные игры: «Лабиринт», «Поиск флага», «Минное поле», «Снежная крепость». Спортивный лабиринт.		Виды: туристическо-краеведческая, спортивно-оздоровительная, игровая. Формы: игры с деловым акцентом, социальное моделирование, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.	Проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России,
3	Физическое совершенствование	10	Способы преодоления препятствий на местности. Ориентирование на местности по карте и компасу. Кругосветка «Тропа безопасности».		Виды: игровая, спортивно-оздоровительная Формы: игры с ролевым или деловым акцентом, социально моделирующие игры, спортивные турниры и акции,	Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.
4	Взаимодействие с окружающими	10	Организация общешкольных лично-командные соревнования по разным видам спорта. Участие в городских, областных, всероссийских соревнованиях. Организация спортивного лабиринта.		Виды: игровая, спортивно-оздоровительная, туристско-краеведческая, досугово-развлекательная. Формы: спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе, организация самостоятельного отдыха со своей семьёй.	Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.
ИТОГО		34				

8 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Содержание учебной темы	ЦОР	Виды и формы организации	Учёт рабочей программы воспитания
1.	Основы культуры здоровья	4	Нормативы комплекса ГТО для возрастной ступени 8 класса. Виды контрольных испытаний. Дневник самонаблюдения. Каникулярное время. Организация места проведения занятий. Техника безопасности ввремя занятий. Первая помощь при травмах.	https://resh.edu.ru/	Виды: познавательная, проблемно-ценностное общение. Формы: познавательные беседы, интеллектуальные игры, игра- путешествие	Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений.
2	Физическая активность	10	Практические занятия, направленные на развитие физических качеств (сила, скорость, выносливость, гибкость, координация). Тренировочные игры: «Переправа через болото», «Переправа с помощью «мятника»», «Следопыты», «Водоносы». Военно-спортивные игры: «Лабиринт», «Поиск флага», «Минное поле», «Снежная крепость». Спортивный лабиринт.		Виды: туристическо-краеведческая, спортивно-оздоровительная, игровая. Формы: игры с деловым акцентом, социальное моделирование, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.	Проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России,.
3	Эффективная организация деятельности	10	Способы преодоления препятствий на местности. Ориентирование на местности по карте и компасу. Кругосветка «Тропа безопасности».		Виды: игровая, спортивно-оздоровительная Формы: игры с ролевым или деловым акцентом, социально моделирующие игры, спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе	Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.
4	Взаимодействие с окружающими	10	Организация общешкольных лично-командные соревнования по разным видам спорта. Участие в городских, областных, всероссийских соревнованиях. Организация спортивного лабиринта.		Виды: игровая, спортивно-оздоровительная, туристско-краеведческая, досугово-развлекательная. Формы: спортивные турниры и акции, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе, организация самостоятельного отдыха со своей семьёй.	Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.
ИТОГО		34				

9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Содержание учебной темы	ЦОР	Виды и формы организации	Учёт рабочей программы воспитания
1.	Основы знаний	12	Физическая культура - неотъемлемая часть культуры человека. Физкультурно-оздоровительные, спортивные и спортивно-технических сооружения. Эстетика спорта. Эстетика внешнего вида спортсмена, тренера, судьи. Этическая подготовка - как компонент личностных умений. Этика поведения. Этическая сторона в общении с инвалидами во время занятий физическими упражнениями и соревнованиях. Положение соревнований	https://resh.edu.ru/	Виды: познавательная, проблемно-ценностное общение. Формы: познавательные беседы, интеллектуальные игры, игра- путешествие	Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учётом индивидуальных интересов, способностей, достижений.
2	Способы самостоятельной деятельности	12	Самостоятельная организация соревнований. Самостоятельная организация занятий физическими упражнениями во время каникул. Самостоятельная подготовка к сдаче контрольных нормативов.		Виды: туристическо-краеведческая, спортивно-оздоровительная, игровая. Формы: игры с деловым акцентом, социальное моделирование, организация спортивных и оздоровительных турниров в школе.	Проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России
3	Физическое совершенствование	10	Специализированные виды физического воспитания (профессионально-прикладная физическая подготовка). Циклические и ациклические тренировки.		Виды: игровая, спортивно-оздоровительная Формы: тренировочные занятия	Принимающий участие в жизни класса, общеобразовательной организации, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.
ИТОГО		34				