

Рассмотрено  
на заседании Совета клуба  
протокол № 1 от 01.09.2013г.

директор БОУ г. Омска «Гимназия № 76»



Утверждаю  
И.Г. Белобаба

**Программа  
внеурочной деятельности  
ШКОЛЬНЫЙ СПОРТИВНЫЙ КЛУБ «РАДУГА»**

Составители:  
Белобаба И.Г.,  
директор, учитель физической культуры,  
Лакомая Л.Ф.,  
заместитель директора,  
Артемова В.В.,  
учитель физической культуры,  
Попова Д.А.,  
учитель иностранного языка,  
Кеврух Т.А.,  
фельдшер

Омск-2013

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «Радуга» разработана в соответствии с требованиями к программе формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, сформулированными в федеральных государственных образовательных стандартах основного общего (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от «17» декабря 2010 г. № 1897) и среднего (полного) образования (утв. приказом № 413 от 17 мая 2012 г.), а также в соответствии с Письмом Минобрнауки РФ и Минспорттуризма РФ от 10 августа 2011 года №№ МД-1077/19, НП-02-07/4568 «О методических рекомендациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов» и реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления развития личности.

Программа направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в общеобразовательной организации традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта; формирование у обучающихся здорового образа жизни, их успешную социализацию.

Реализация программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб» по модулям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на всех ступенях образования помогает педагогам интенсивно формировать личность и получить подростку правильный нравственный опыт, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обуславливающие различные поведенческие отклонения в этом возрасте: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

Для старших школьников программа практически готовит их к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные. Мышление в судейской и инструкторской практике, арбитраж дает обучающимся возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между людьми. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием старшеклассника, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность. Он стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь: профилируется, готовится к труду, к выполнению гражданских обязанностей.

### *Цель программы:*

1. Создание условий для сохранения, укрепления и развития физического, психологического и социального здоровья обучающихся, формированию у них здоровьесберегающего мышления и интереса к физкультуре и спорту, их успешная социализация посредством вовлечения в физкультурно-оздоровительную деятельность гимназии и разнообразные культурно-образовательные события.

### *Задачи программы:*

1. Вовлечение обучающихся в систематические занятия физкультурой и спортом.
2. Пропаганда ценностных ориентаций, эстетических идеалов и основных идей современной физической культуры, спорта, здорового образа жизни.
3. Овладение школьниками приемами поисковой исследовательской и проектной деятельности.
4. Приобретение конкретных знаний и умений, навыков межличностного

взаимодействия и общения в рамках освоения различных модулей, формирование спортивных команд по видам спорта, участие в образовательных проектах, спортивных играх, соревнованиях различных уровней.

5. Инициирование социальной активности обучающихся (родителей, педагогов) в различных видах совместного досуга.

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 ее 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, целеустремленность 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.

Программа предназначена для занятий с обучающимися на ступени основной и старшей школы и рассчитана на обучающихся:

- проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту;
- желающих развить свои знания и умения в области исследовательской и проектной деятельности;
- мотивированных на дальнейшее обучение в учебных заведениях спортивного, медицинского профиля или в области «PR» - связей с общественностью.

*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; туристско-краеведческая деятельность;

*Образовательные формы, предусмотренные в программе:*

экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, тренинги, 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 школе. 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 соответствии с этим в программе выделены взаимозаменяемые *инвариантные и вариативные модули*.

В состав *инвариантных модулей* входят образовательный модуль «Лидерство через физическую культуру и спорт», психологическая помощь.

*Вариативную часть программы* составляют образовательные модули спортивных секций по видам спорта:

Баскетбол, волейбол, лапта, оздоровительная гимнастика, веселый мяч, спортивные веселинки, греко-римская борьба, карате, регби, футбол, флорбол и т.д., спортивная медицина, спортивный пресс-центр

Это позволяет сделать обучение школьников по программе актуальным современному времени, динамичным, насыщенным и соответствующим их разнообразным образовательным потребностям, а также много профильности дальнейшего обучения и выбора будущей профессии (первые профессиональные пробы).

Учебно-тематические планы модулей, содержание тем и объем отведенных на них часов определяет гимназия, разрабатывают педагоги, реализующие их в зависимости от уровня своего профессионализма, материально-технической базы, широты спектра контактов гимназии с социальными партнерами и т.д. (по этой причине в представленном фрагменте программы не представлены учебно-тематические планы с разбивкой на часы и темы, теорию и практику).

Таблица 1.

**Модули программы внеурочной деятельности  
«Школьный спортивный клуб»**

| Модули программы |  | Часы по классам |   |   |   |   |   |   |   |   |    | Общее кол-во часов | Педагог, реализующий модуль |                      |
|------------------|--|-----------------|---|---|---|---|---|---|---|---|----|--------------------|-----------------------------|----------------------|
|                  |  | 1               | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |                    |                             | 11                   |
| Модуль           | Спортивная секция «Баскетбол»                |                 |   |   |   |   |   |   |   | 2 | 2  | 2                  | 6                           | Учитель ФК           |
| Модуль           | Спортивная секция «Лапта»                    |                 |   |   |   | 1 | 1 | 1 |   |   |    |                    | 3                           | Учитель ФК           |
| Модуль           | Спортивная секция «Волейбол»                 |                 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |   |   |    |                    | 18                          | Тренер-преподаватель |
| Модуль           | Спортивная секция «Оздоровительная аэробика» |                 |   |   |   | 1 | 1 | 1 | 1 |   |    |                    | 4                           | Учитель ФК           |
| Модуль           | Спортивная секция «Спортивные веселинки»     |                 |   |   |   | 1 | 1 |   |   |   |    |                    | 2                           | Учитель ФК           |

|        |   |                    |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |             |  |
|--------|---|--------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------|--|
| Модуль | Спортивный кружок «Веселый мяч»                 | 1                  | 1 | 1 | 1 |   |   |   |   |   |   |   | 4           | Учитель ФК   |
| Модуль | Спортивная секция «Каратэ»                      | 4                  | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 |   |   | 36          | Спортивный инструктор, тренер  |
| Модуль | Спортивная секция «Греко-римская борьба»        | 6                  | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 6 | 66          | Спортивный инструктор, тренер  |
| Модуль | Спортивная медицина                             |                    |   |   |   |   |   |   | 1 | 1 | 1 | 1 | 4           | Учитель биологии, мед. работник, учитель ОБЖ                                     |
| Модуль | Лидерство через ф.к. и спорт                    | 1                  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 11          | Учитель ФК   |
| Модуль | Спортивная секция «Футбол»                      | 6                  | 6 | 6 | 6 |   |   |   |   |   |   |   | 24          | Тренер-преподаватель   |
| Модуль | Спортивный пресс-центр                          |                    |   |   |   |   |   | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 5           | Учитель информатики, русского языка и литературы                                 |
| Модуль | Психологическая помощь                          | 1                  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 11          | Пед. психолог  |
| Модуль | Родительский клуб «Школа родительской мудрости» | 1                  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 11          | Учитель ФК, классный руководитель, педагог-психолог, соц. педагог, мед. работник |
| Модуль | Спортивная секция «Регби»                       |                    |   |   | 2 | 2 | 2 | 2 |   |   |   |   | 8           | Учитель ФК,  |
| Модуль | Спортивная секция «Флорбол»                     |                    | 3 | 3 | 3 | 3 |   |   |   |   |   |   | 12          | Тренер-преподаватель   |
| Модуль | «Группа здоровья»                               | Жители микрорайона |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | Учитель ФК, |  |

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу. Они построены таким образом, что один вид деятельности сменяется другим. Каждое занятие программы внеурочной деятельности состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Подготовительная часть включает в себя актуализацию имеющихся знаний и включение обучающихся в процесс целеполагания. В основной части занятия, обучающиеся знакомятся с содержанием различных учебных задач, в том числе проектного или исследовательского характера, выбирают уровень их выполнения (базовый или повышенный), анализируют их, взаимодействуют в процессе их выполнения, коллективно решают. Заключительная часть занятия используется для подведения итогов, рефлексии.

В процессе прохождения по программе, наряду с традиционными занятиями используются современные образовательные технологии:

деловые, ролевые, интеллектуальные игры, тренинги, исследовательская и проектная

деятельность обучающихся, ИКТ-технологии и др., происходит процесс интеграции урочной и внеурочной деятельности на основе системно-деятельностного подхода, как методологической основы ФГОС (табл.2).

Таблица 2.

**Интеграция содержания программы «Школьный спортивный клуб» в урочной и внеурочной деятельности**

| <i>Название модуля программы</i>             | <i>Урочная деятельность</i>   | <i>Внеурочная деятельность</i>  |
|--|---|---|
| Спортивная секция «Баскетбол»                | уроки физической культуры   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция «Волейбол»                 | уроки физической культуры   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция «Оздоровительная аэробика» | 3 час физической культуры   | Спортивная секция, соревнования, показательные выступления, сопровождение соревнований  |
| Спортивная секция «Лапта»                    | 3 час физической культуры   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция «Футбол»                   | уроки физической культуры   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция «Регби»                    | 3 час физической культуры   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция «Флорбол»                  | -   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция каратэ                     | -   | Спортивная секция, соревнования   |
| Спортивная секция «Греко-римская борьба»     | -   | Спортивная секция, соревнования, учебные исследования   |
| Лидерство через ф.к. и спорт                 | Учебные игры на уроках  | Инструкторская и судейская практика на соревнованиях, волонтерская деятельность, организация и проведение соревнований  |
| Спортивный пресс-центр                       | Работа с текстами на уроках русского языка и литературы, освоение компьютерных программа на уроках информатики, уроки рисования, уроки музыки | Творческие проекты, составление пресс-релизов, ведение в прямом эфире спортивных комментариев матчей и соревнований, разработка дизайна рекламной продукции клуба, логотипа клуба, лозунгов, гимна клуба, подборка аудиосопровождения, подготовка презентаций и отчетов |
| Спортивная медицина                          | Уроки биологии  | Учебные исследования и проекты, ученические конференции, посещение лабораторий  |
| Психологическая помощь                       | -   | Тренинги командообразования, тренинги разрешения конфликтов и т.д.  |

## Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «Радуга»

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

### **Личностные результаты** освоения 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 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.

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

| по модулям спортивных секций  | по модулю психологическая помощь   | по модулю Лидерство через ф.к. и спорт   | по модулю спортивный прес-центр   | по модулю Спортивная медицина   |
|---|--|--|---|---|
| В результате освоения курса внеурочной деятельности (модуля) по видам спорта обучающиеся должны знать: правила игры, описание тактических и | В содержании модуля входят участие обучающихся в различных тренингах, играх, проектах, | Модуль предназначен для развития лидерских навыков в физической культуре и спорте и обеспечивает школьникам, практическую подготовку и способность осуществлять инструкторскую и судейскую | Модуль ориентирован на школьников с различными образовательными потребностями, включая особые интересы в области художественного творчества, ИКТ- | В обучении модулю заинтересованы школьники, планирующие дальнейшее обучение в медицинских средних и высших учебных заведениях. Обучение |

|  |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|
| <p>технических действий, уметь: владеть инвентарем, выполнять сложные координационные действия, взаимодействовать в команде, осуществлять судейство. Научатся: 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.</p> | <p>диагностике. Обучающиеся выработают алгоритм поведения в различных ситуациях, в том числе конфликтных и экстремальных ситуациях общения с людьми, находящимися в различных психологических состояниях.</p> | <p>практику во время подготовки соревнований, их проведения и последующего анализа. Обучение по модулю могут проходить школьники всех медицинских групп. Каждый участник должен спланировать и организовать ряд спортивных мероприятий в двух различных возрастных группах детей под наблюдением преподавателя модуля, который будет оказывать консультативную помощь. Участники модуля постоянно оценивают работу сверстников на основе наблюдений их практической деятельности. Эта непрерывная оценка подкрепляется практическими и / или устными тестами, которые участники проходят на заключительном этапе обучения по модулю. На протяжении всего курса участники активно демонстрируют спортивное поведение и честную игру в спортивных развлекательных мероприятиях.</p> | <p>технологий, компьютерного дизайна, актерского мастерства, музыкального творчества и т.д. В процессе обучения по модулю школьники участвуют в разработке различных печатных материалов, выпускают школьную газету, готовят видеорепортажи и видеотчеты, проводят пропагандистские кампании и круглые столы, брать интервью и вести официальную переписку на школьном форуме, оформлять тематические стенды и редактировать специальные страницы школьного сайта, посвященные спортивно-оздоровительной деятельности в школе, обрабатывать результаты анкетирования, опросов, мониторинга, связанных со спортивной жизнью школы. Обучающиеся научатся: - доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми</p> | <p>строится в формах учебных исследований, где изучаются различные механизмы развития и течения процессов физического развития человека, воздействия различных факторов окружающей среды, физических нагрузок на показатели жизнедеятельности организма человека. В рамках учебного тематического плана модуля предусматриваются учебные исследования по различной тематике, в том числе на основе Дневников самоконтроля учеников школы, мониторинга физической подготовленности и состояния здоровья обучающихся. Существенное место в обучении занимают темы питания, школьная гигиена, курения и алкоголя на здоровье подростка, изучения</p> |
|--|---|---|---|---|

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | <p>время занятий ведут записи в Дневниках стажировки, содержащие информацию о дате мероприятия, виде своей деятельности, число людей в группе и оценке мероприятия. Обучающиеся получают навыки командообразования, умения брать на себя ответственность, организовывать и проводить спортивные соревнования, анализировать свою деятельность.</p> | <p>людьми;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- использовать речевые средства и средства ИКТ для решения коммуникативных и познавательных задач;</li> <li>- знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;</li> <li>- выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением;</li> <li>- овладеют различными способами поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве Интернета), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации.</li> </ul> | <p>современных медико-биологических технологий во время специально организованных экскурсий, например в лабораторию Сибирского государственного университета физической культуры и спорта, НИИ гигиены и др.</p> <p>Обучающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приобретут представление о здоровье и здоровом образе жизни как о сложных социокультурных феноменах;</li> <li>- изучат основные факторы, влияющие на здоровье;</li> <li>- научиться применять навыки профилактики и гигиены, позволяющие сохранить здоровье во всех присутствующих человеческому организму функциональных состояниях;</li> </ul> <p>-узнают основные группы</p> |
|--|--|---|---|

|  |  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  | пищевых продуктов и их влияние на организм; -научаться оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему в пределах своих возрастных и физиологических возможностей. |
|--|--|--|--|--|--|