Областное государственное казённое общеобразовательное учреждение

«Школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья № 23»

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Заместитель директора по ВР: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е.Г.Буцаева  «\_\_02\_\_»\_\_09\_\_2024г. | УТВЕРЖДАЮ:  Директор школы:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Н. Дейкова  «\_\_02\_\_»\_\_\_09\_\_2024г. |

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**«Школьный спортивный клуб «ЮНИОР»»**

**(спортивно-оздоровительное направление)**

**для обучающихся 10 класса**

**на 2024 – 2025 учебный год**

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено и одобрено  на заседании  Педагогического совета  от 28.08.2024 г. Протокол №7 | Ответственный  за реализацию программы:  Гекторова И.А.., учитель ВК. |

Ульяновск, 2024 г.

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Школьный спортивный клуб «ЮНИОР» для 10 класса составлена с учётом особенностей познавательной деятельности обучающихся на основании нормативно-правовых документов:

* 1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в редакции от 08.08.2024)
  2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».
  3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 г. №286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 5 июля 2021 г. № 64100)
  4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).

Образовательный процесс в условиях меняющегося современного мира постоянно усложняется и требует от учащихся большого умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к школе обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, достаточно высокий уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать значительные психофизические нагрузки, связанные с новым школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Программа внеурочной деятельности по спортивно -оздоровительному направлению «Юниор» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья учащихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования. Носит комплексный характер, что отражено в межпредметных связях с такими учебными дисциплинами как: литературное чтение, окружающий мир, технология, изобразительное искусство, физическая культура, музыка.

**Актуальность проблемы** сохранения и укрепления здоровья учащихся нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у учащихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

Реализация программы внеурочной деятельности по спортивно- оздоровительному направлению, будет нивелировать негативное воздействие школьных факторов риска на здоровье обучающихся. Многообразие двигательных действий оказывает комплексное воздействие на совершенствование координационных и кондиционных способностей (способностей к реакции, ориентированию в пространстве и во времени, перестроению двигательных действий, скоростных и скоростно-силовых способностей и др.).

**II.            Общая характеристика курса**

Содержание курса внеурочной деятельности «Юниор» направленно на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Программа ориентирует учителя на последовательное решение основных задач спортивно-оздоровительного воспитания:

• укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности учащихся;

• развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

• приобретение знаний в области спортивных игр, теоретических сведений по физкультуре;

• развитие чувства темпа и ритма, координации движений;

• формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движении;

• усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на занятиях.

Процесс овладения знаниями, умениями и навыками неразрывно связан с развитием умственных способностей ребенка. Поэтому задача развития этих возможностей считается одной из важных и носит коррекционную направленность.

Темы и разделы выбраны с учетом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Материал программы предполагает изучение основ трех разделов: лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры (баскетбол). Программа предусматривает проведение теоретических занятий по каждому разделу, изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие во внутришкольных соревнованиях, областных, Российских.

**Ценностные ориентиры содержания курса**

Программа курса внеурочной деятельности «Юниор» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

**Цель программы**: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно- важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

**Задачи программы**:

* пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
* популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
* формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
* обучение технике и тактике спортивных игр;
* развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
* формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
* воспитание моральных и волевых качеств.

**Принципы спортивной подготовки школьников:**

* *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.

**III. Место курса в учебном плане**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности Школьный спортивный клуб «Юниор» для обучающихся 10 класса рассчитана на 1 год обучения: 1 раз в неделю, 33 часа в год

Режим занятий: Занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

Принадлежность к внеурочной деятельности определяет режим проведения, а именно все занятия по внеурочной деятельности проводятся после уроков основного расписания, продолжительность соответствует рекомендациям СанПиН, т. е. 40 минут. Реализация данной программы в рамках внеурочной деятельности соответствует предельно допустимой нагрузке обучающихся.

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

**VI. Планируемые результаты освоения программы курса внеурочной деятельности Школьный спортивный клуб «Юниор»**

**Личностные, метапредметные и предметные результаты.**

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе основного общего образования по спортивно-оздоровительному направлению являются:

* умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
* умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
* умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по внеурочной деятельности являются следующие умения:

* активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
* проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
* проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
* оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по внеурочной деятельности являются следующие умения:

* характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
* находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
* общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
* обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
* организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
* планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
* анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
* видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.

|  |  |
| --- | --- |
| **Минимальный уровень** | **Достаточный уровень** |
| **-** знать о правилах контроля и безопасности во время выполнения упражнений  - знать о самоконтроле и его основных приёмах;  **в лёгкой атлетике:**  - уметь выполнять старты из различных положений;  **в гимнастических и акробатических упражнениях:**  - уметь выполнять упражнения на развитие силовых качеств преодолевать полосу препятствий;  - уметь выполнять упражнения с гантелями;  **в спортивных играх:**  **-** уметь выполнять ловлю, передачу, броски мяча;  - уметь выполнять стойки и перемещения с мячом и без мяча; | **-** знать о понятии спортивной этики;  **в лёгкой атлетике:**  - уметь выполнять прыжки со скакалкой;  **в гимнастических и акробатических упражнениях:**  **-** уметь выполнять упражнения на развитие координационных способностей;  **-** уметь подтягиваться на перекладине;  **в спортивных играх:**  **-** уметь демонстрировать и применять в игре основные технико-тактические действия;  - выполнять игровые задания, играть по правилам |

**V.            Содержание курса внеурочной деятельности Школьный спортивный клуб «Юниор»**

**Основы знаний.** Инструктаж по охране труда при проведении факультативных занятий по физкультуре. **Лёгкая атлетика.** Развитие скоростно – силовых качеств, быстроты. Эстафета по кругу с передачей эстафетной палочки. Стартовый разбег. Бег на 60 м. Старты из различных положений. Медленный бег до 14м. Бег с ускорением. Эстафета 4 х200. Повторный бег до 100м. Бег с препятствиями. Бег 100 м с преодолением препятствий. РДК – прыгучести. Прыжки со скакалкой на месте и с продвижением. Игры с бегом на скорость. Эстафеты с прыжками и с бегом. Игра в мини – футбол. **Гимнастика. Круговая тренировка.** Развитие силовых качеств. Упражнения для мышц туловища: наклоны туловища вперёд с набивным мячом весом 1 кг; упражнения для мышц рук:подтягивание на гимнастической скамейке, лёжа на животе. Развитие координационных способностей. Упражнения с гимнастическим роликом; вращение обруча на руке, на туловище; прыжки на мяче – хопе. Комплексное развитие двигательных качеств. Спортивная гимнастика: подтягивания на перекладине из виса лёжа; бокс: упражнения с гантелями – имитация движений боксёра; упражнения с гантелями: подъём гантелей в стороны, вверх, в наклоне; подъём гантели из – за головы двумя руками; тяга гантели к животу в наклоне; подъёмы гантелей на бицепс; приседания с гантелями.

**Баскетбол.**

**Техника нападения.**

Передвижения, остановки, повороты. Совершенствование передвижений, остановок, поворотов на быстроту выполнения. Ловля мяча. Ловля низких и катящихся мячей одной рукой. Ловля мяча на максимальной скорости передвижения, на максимальной высоте прыжка. Передачи мяча. Скрытые передачи мяча (назад, вправо, влево). Передачи мяча в прыжке двумя руками от головы и одной рукой от плеча. Ведение мяча. Ведение мяча на максимальной скорости. Броски мяча. Броски мяча руками от головы и одной рукой от плеча со средних и дальних дистанций.

**Техника защиты:** Отбивание мяча. **Тактика нападения.** Индивидуальные действия. Применение изученных приёмов в сочетании с финтами «без мяча» и «с мячом». Заслоны игроку с мячом и игроку без мяча.Групповые действия. Взаимодействие двух нападающих против трёх защитников, «тройка», скрестный выход и малая восьмёрка, наведение и пересечение.

Командные действия. Разучивание комбинаций при вбрасывании из-за боковой линии.

**Тактика защиты.**

Индивидуальные действия. Действия одного защитника против двух нападающих, отступание при заслонах.

Групповые действия. Проскальзывание, противодействие тройке, скрестному выходу и малой восьмёрке.

Командные действия. Варианты зонной защиты.

**VI. Тематическое планирование. 10 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема занятия** | **Содержание** | **Кол-во часов** | **Дата** | **Виды деятельности** |
| 1. | Основы знаний. ТБ | Инструктаж по охране труда при проведении спортивных внеурочных занятий. | 1 |  | Знать правила по технике безопасности на спортивных внеурочных занятиях |
|  | **Лёгкая атлетика.** | | | | |
| 2. | Развитие скоростно – силовых качеств быстроты. | Эстафета 4x200 по кругу с передачей эстафетной палочки. Стартовый разбег. Бег на 60м. | 1 |  | Уметь выполнять эстафету по кругу с передачей эстафетной палочки. |
| 3. | Медленный бег. Бег с ускорением. | Старты из различных положений.  Медленный бег до 14м. Бег с ускорением | 1 |  | Уметь выполнять стартовый разбег, старты из различных положений. |
| 4. | Бег с преодолением препятствий. | Бег 100 м с преодолением препятствий Повторный бег до 100м. | 1 |  | Уметь выполнять бег с преодолением препятствий, повторный бег до 100 м |
| 5. | РДК – прыгучести. | Прыжки со скакалкой на месте и с продвижением.  . | 1 |  | Уметь выполнять прыжки со скакалкой на месте и с продвижением. |
| 6. | Бег с препятствиями. | Совершенствование техники выполнения прыжков со скакалкой | 1 |  | Объяснять технику выполнения прыжков со скакалкой |
| 7. | Игры с бегом на скорость. | Эстафеты с прыжками и с бегом. | 1 |  | Уметь организовывать со сверстниками элементы соревнований |
| 8. | Игры с бегом на скорость. | Игра в мини – футбол. | 1 |  | Уметь соблюдать правила игр, осуществлять объективное судейство |
|  | **Гимнастика.** | | | | |
| 9. | Круговая тренировка: упражнения для мышц рук | Упражнения для мышц туловища: наклоны туловища вперёд с набивным мячом весом 1 кг; упражнения для мышц рук: подтягивание на гимнастической скамейке, лёжа на животе. | 1 |  | Уметь технически правильно выполнять упражнения для мышц туловища. |
| 10. | Круговая тренировка: упражнений для мышц туловища. | Совершенствование техники выполнения упражнений для мышц туловища: наклоны туловища вперёд с набивным мячом весом 1 кг; упражнения для мышц рук: подтягивание на гимнастической скамейке, лёжа на животе. | 1 |  | Уметь подтягиваться на гимнастической скамейке, лёжа на животе, выполнять упражнения для мышц рук |
| 11. | Упражнения с гимнастическими предметами | Упражнения с гимнастическим роликом; вращение обруча на руке, на туловище; прыжки на мяче – хопе. | 1 |  | Уметь выполнять упражнения с гимнастическим роликом; вращение обруча на руке, на туловище; прыжки на мяче – хопе. |
| 12. | Развитие координационных способностей. | Совершенствование техники выполнения упражнений на развитие координационных способностей | 1 |  | Знать технику выполнения упражнений на развитие координационных способностей, находить ошибки и исправлять их |
| 13. | Комплексное развитие двигательных качеств на силу и выносливость. | Спортивная гимнастика: подтягивания на перекладине из виса лёжа;  бокс: упражнения с гантелями – имитация движений боксёра; упражнения с гантелями: подъём гантелей в стороны, вверх, в наклоне;  подъём гантели из – за головы двумя руками; тяга гантели к животу в наклоне; подъёмы гантелей на бицепс; приседания с гантелями. | 1 |  | Уметь выполнять подтягивания на перекладине из виса лёжа, упражнения с гантелями. |
| 14. | Комплексное развитие двигательных качеств на быстроту и ловкость. | Совершенствование техники выполнения подтягиваний на перекладине из виса лёжа, упражнений с гантелями | 1 |  | Уметь технически правильно выполнять подтягивания на перекладине из виса лёжа, знать комплексы упражнений с гантелями |
|  | **Баскетбол.** | | | | |
| 15. | Техника нападения. | Передвижения, остановки, повороты на быстроту выполнения | 1 |  | Уметь ориентироваться в пространстве, выполнять точно движения. |
| 16. | Ловля низких и катящихся мячей одной рукой | Ловля низких и катящихся мячей одной рукой. | 1 |  | Уметь выполнять ловлю низких и катящихся мячей одной рукой. |
| 17. | Ловля мяча на максимальной скорости | Ловля мяча на максимальной скорости передвижения, на максимальной высоте прыжка. | 1 |  | Уметь выполнять ловлю мяча на максимальной скорости передвижения, на максимальной высоте прыжка. |
| 18. | Скрытые передачи мяча | Скрытые передачи мяча (назад, вправо, влево). Передачи мяча в прыжке двумя руками от головы и одной рукой от плеча. | 1 |  | Уметь выполнять скрытые передачи мяча (назад, вправо, влево) |
| 19. | Передачи мяча в прыжке двумя руками | Передачи мяча в прыжке двумя руками от головы и одной рукой от плеча. | 1 |  | Уметь выполнять передачи мяча в прыжке двумя руками от головы и одной рукой от плеча. |
| 20. | Ведение мяча на максимальной скорости. | Ведение мяча на максимальной скорости. | 1 |  | Уметь выполнять ведение мяча на максимальной скорости. |
| 21. | Ведение мяча. | Совершенствование техники выполнения ведения мяча на максимальной скорости | 1 |  | Объяснять технику выполненияведения мяча на максимальной скорости |
| 22. | Броски мяча. | Броски мяча руками от головы и одной рукой от плеча со средних и дальних дистанций. | 1 |  | Уметь выполнять броски мяча руками от головы и одной рукой от плеча со средних и дальних дистанций. |
| 23. | Техника защиты | Отбивание мяча. | 1 |  | Уметь выполнять отбивание мяча. |
| 24. | Отбивание мяча. | Совершенствование техники выполнения отбивания мяча | 1 |  | Объяснять технику выполнения отбивания мяча, находить ошибки и исправлять их |
| 25. | Тактика нападения  с финтами «без мяча» и «с мячом». | Применение изученных приёмов в сочетании с финтами «без мяча» и «с мячом». | 1 |  | Уметь применять изученные приёмы в сочетании с финтами «без мяча» и «с мячом». |
| 26. | Тактика нападения: заслоны игроку | Заслоны игроку с мячом и игроку без мяча. | 1 |  | Уметь выполнять заслоны игроку с мячом и без мяча |
| 27. | Групповые действия в тактике нападения | Взаимодействие двух нападающих против трёх защитников, «тройка», скрестный выход и малая восьмёрка, наведение и пересечение. | 1 |  | Уметь выполнять взаимодействия двух нападающих против трёх защитников. |
| 28. | Групповые действия в тактике нападения | Отработка техники групповых действий в тактике нападения | 1 |  | Уметь отрабатывать групповые действия в тактике нападения в баскетболе |
| 29. | Командные действия при вбрасывании из-за боковой линии | Разучивание комбинаций при вбрасывании из-за боковой линии. | 1 |  | Уметь выполнять комбинации при  вбрасывании из – за боковой линии. |
| 30. | Командные действия при вбрасывании из-за боковой линии | Совершенствование техники выполнения комбинаций при вбрасывании из-за боковой линии | 1 |  | Объяснять технику выполнения комбинаций при вбрасывании из-за боковой линии, находить ошибки и исправлять их. |
| 31. | Индивидуальные действия защитника против двух нападающих | Действия одного защитника против двух нападающих, отступание при заслонах. | 1 |  | Уметь выполнять действия одного защитника против двух нападающих, отступание при заслонах. |
| 32. | Групповые действия защиты при нападении | Проскальзывание, противодействие тройке, скрестному выходу и малой восьмёрке. | 1 |  | Уметь выполнять проскальзывание, противодействие тройке, скрестному выходу и малой восьмёрке. |
| 33. | Командные действия зонной защиты | Варианты зонной защиты. | 1 |  | Уметь выполнять варианты зонной защиты. |

**VII. Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Учебно-методическое и информационное обеспечение**

1. Байбородова, Л. В. Внеурочная деятельность школьников в разновозрастных группах / Л. В. Байбородова. — М.: Просвещение, 2014 — 177 с.
2. Баранова, Ю. Ю. Моделируем внеурочную деятельность обучающихся. Методические рекомендации: пособие для учителей общеобразовательного организаций [Текст] / авт.- сост.: Ю. Ю. Баранова, А. В. Кисляков, М. И. Солодкова и др. — М. : Просвещение, 2013 — 96 с.
3. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М.: Просвещение, 2011 — 77 с.
4. Внеурочная деятельность. Примерный план внеурочной деятельности в основной школе: пособие для учителей общеобразоват. организаций /П. В. Степанов, Д.В.Григорьев. — М.: Просвещение, 2014 — 127 с.
5. Воспитание и внеурочная деятельность в стандарте начального общего образования / П. В. Степанов И. В. Степанова. — М.: Центр Пед. поиск,2011 — 96 с.
6. Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. —М.: Просвещение, 2014 — 224 с.
7. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол : пособие для учителей и методистов [Текст] / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2012 — 77 с.
8. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов [Текст] / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2014 — 95 с.
9. Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов [Текст] / Г.А. Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. — М.: Просвещение, 2013 — 93 с.
10. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Лыжная подготовка., пособие для учителей и методистов[Текст] / В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий— М.: Просвещение, 2014 — 80 с.
11. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Гимнастика, пособие для учителей и методистов [Текст] / В.С.Кузнецов, Г.А. Колодницкий— М.: Просвещение, 2014 — 80 с.
12. Кузнецов, В. С., Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре, пособие для учителей и методистов. [Текст] / В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий— М.: Просвещение, 2014 — 80 с.
13. Кузнецов, В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол, пособие для учителей и методистов [Текст] / В.С.Кузнецов, Г.А. Колодницкий— М.: Просвещение, 2014 — 80 с.
14. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 5–6 класс. [Текст] / А.Г.Макеева, — М.: Просвещение, 2013 — 67 с.
15. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 7–8 класс. [Текст] / А.Г.Макеева — М.: Просвещение, 2013 — 64 с.
16. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья 9 класс. [Текст] / А.Г.Макеева— М.: Просвещение, 2013 — 64 с.
17. Матвеев А.П. Уроки физической культуры. Методические рекомендации. 8-9 классы / А.П.Матвеев. – М. : Просвещение, 2014. – 96с.
18. Матвеев А.П. Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А.П.Матвеева. 5-9 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций. – 4-е изд. - М. : Просвещение, 2021. – 136с.

**Материально-технические условия:**

**Спортивный инвентарь для гимнастики:** обруч пластмассовый, палка гимнастическая, перекладина навесная тренировочная, скакалка гимнастическая, бревно гимнастическое, козёл гимнастический, стенка гимнастическая, канат.

**Спортивный инвентарь для легкой атлетики:** малые мячи для метания, эстафетные палочки, свисток судейский, секундомер.

**Спортивный инвентарь для настольного тенниса:** набор настольного тенниса, стол для настольного тенниса.

**Спортивный инвентарь для футбола:** ворота для мини – футбола, мяч футбольный.

**Спортивный инвентарь для баскетбола:** мяч баскетбольный, щит тренировочный с фермой, кольцом, сеткой.

**Спортивный инвентарь для волейбола:** мяч волейбольный, сетка волейбольная.

**Прочие:** маты гимнастические, лыжи, барьеры.