

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №29 города Сызрань городского округа
Сызрань Самарской области

Рассмотрена
на заседании М.О.
учителей физической
культуры и ОБЖ,
изобразительного
искусства, музыки и
технологии.
Протокол № 1 от « 26 »
августа 2020г.

Проверена.
заместитель
директора по УВР
_____ А.В. Капустина
« 27 » августа 2020 г.

Утверждена
Приказом
№ 21 от 31.08. 2020г.
Директор
ГБОУ СОШ №29 г. Сызрани
_____ М.А.Шапошникова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности «Спортивно-оздоровительная»
«Олимпийская зачетка»
10-11 кл.

Год разработки программы – 2020

Пояснительная записка

Рабочая программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012г. № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" (с изменениями и дополнениями от 31.12.2015 г. №1578 от 29 июня 2017 №613), Основной образовательной программе среднего общего образования и плану внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 29 г.Сызрани. Программа курса внеурочной деятельности спортивно-оздоровительная «Олимпийская зачетка» относится к обязательной части плана внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 29 г. Сызрани. Общее количество учебных часов - 136, из них 68 часа в 10 классе, 68 часа в 11 классе,.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности для учащихся 10-11 классов составлена на основе комплексной образовательной модульной программы 5-11 кл. Автор М.А.Тыртышная. Волгоград 2018 г. ФГОС Издатель «учитель» 2019г

Цель программы:

формирование ценностного отношения к социальной реальности; получение опыта самостоятельного общественного действия.

Задачи:

- формирование общей культуры, духовно-нравственное, гражданское воспитание, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, самосовершенствование обучающихся, обеспечивающее их социальную успешность, развитие творческих способностей, сохранение и укрепление здоровья;
- обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником целевых установок, приобретению знаний, умений, навыков, овладению компетенциями и компетентностями, определяемыми личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями обучающегося, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья;
- приобретение конкретного социального опыта.

Программа охватывает следующие направления: Спортивно-оздоровительная, игровая.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные универсальные действия

- готовность и способность к участию в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций (организация спортивных мероприятий);
- готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах спортивной деятельности;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно-полезной деятельности;
- умение строить жизненные планы с учетом конкретных спортивных требований и условий.
- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива;
- готовность к выбору профильного образования;

Регулятивные универсальные действия

- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учета выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;
- планировать пути достижения целей;
- устанавливать целевые приоритеты;
- уметь самостоятельно контролировать свое время и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия; актуальный контроль на уровне произвольного внимания;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- овладеть основами прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.

Коммуникативные универсальные действия

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в спортивном сотрудничестве; - уметь организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- управлять поведением партнера, осуществляя контроль, коррекцию, оценку действий партнера, уметь убеждать; - уметь работать в группе – устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- владеть основами коммуникативной рефлексии;
- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;
- отображать в речи (описание, объяснение) содержания совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи; так и в форме внутренней речи

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№	содержание	Кол- часов	Формы организации и виды деятельности
1	Вводное занятия	2	Игровая деятельность
2	Олимпийские и Паралимпийские игры: основа и традиции	4	Игровая деятельность
3	Паралимпийские игры: один мир, одна мечта и равенство людей во всем мире -	4	Игровая деятельность
4	Ценности олимпийского движения и моя жизнь. Мой путь к олимпийским принципам	16	Игровая деятельность

5	Сочи-2014	2	Игровая деятельность
6	Участие в мероприятиях проекта	40	Игровая деятельность
Итого		68	

**Тематическое планирование с указанием количества часов,
отводимых на освоение каждой темы**

10 класс

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Из них	
				Аудиторные	Внеаудиторные
Вводное занятия 2 ч.					
1		Составление индивидуальной программы занятий физкультурой и спортом.	1		1
2		Планирование работы по программе (индивидуально).	1		1
Олимпийские и Паралимпийские игры: основа и традиции - 4 ч.					
3		История возникновения Паралимпийских игр.	1		1
4		Организационная структура Международного паралимпийского комитета и паралимпийского движения.	1		1
5		Паралимпийская хартия: основные идеи и принципы. Паралимпийская символика.	1		1
6		Российские спортсмены-паралимпийцы на летних и зимних Паралимпийских играх.	1		1
Ценности олимпийского движения и моя жизнь. Мой путь к олимпийским принципам – 16 ч.					
7-12		Первенство школы по мини - футболу	6		6
13		День здоровья	1		1
14-15		Соревнования по шашкам	2		2
16		Здоровье как ценность бытия.	1		1
17		Понятие о здоровье (социальном, физическом, психическом).	1		1
18		Здоровье и нездоровье в жизни человека.	1		1
19		Здоровье как условие счастья и успеха.	1		1
20		«Ем, чтобы жить».	1		1

21		Формула долголетия. Как жить долго и счастливо?	1		1
22		Системы здорового питания.	1		1
Паралимпийские игры: один мир, одна мечта и равенство людей во всем мире – 4 ч.					
23		Какие продукты не следует употреблять.	1		1
24		Десять самых полезных продуктов.	1		1
25		Десять самых полезных продуктов.	1		1
26		Двадцать суждений о правильном питании.	1		1
Участие в мероприятиях проекта-23ч.					
27 - 30		Соревнования по волейболу	4		4
31		Интеллектуальный тренинг.	1		1
32		Режим.	1		1
33		Движение без остановки.	1		1
34		Роль и значение физической нагрузки для сохранения здоровья.	1		1
35		Природные силы и источники здоровья.	1		1
36 - 37		Соревнования по лыжам	2		2
38 - 40		Эстафеты «Зимние забавы»	3		3
41 - 44		Соревнования по баскетболу	4		4
45 - 46		Олимпиада по физкультуре	2		2
47		Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества	1		1
48 - 49		Военизированные эстафеты	2		2
Сочи-2014- 2 ч.					

50		Как это было? Символика и атрибуты Сочи-2014. Волонтеры.	1		1
51		Наследие игр 2014.	1		1
Участие в мероприятиях проекта-17 ч.					
52 - 54		День здоровья	3		3
55		Спортивный праздник ко дню 8 марта	1		1
56 - 57		Зарница	2		2
58 - 59		Лапта	2		2
60 - 61		Соревнования по легкой атлетике	2		2
62		Футбол	1		1
63		Философия олимпизма.	1	1	
64		История олимпийского движения.	1	1	
65		Символика олимпийского движения.	1	1	
66		Россия в олимпийском движении.	1	1	
67		Спортивный праздник с родителями	1		1
68		Подведение итогов проекта	1		1

11 класс

№	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Из них	
				Аудиторные	Внеаудиторные
Вводные занятия 2 ч.					
1		Составление индивидуальной программы занятий физкультурой и спортом.	1		1
2		Планирование работы по программе (индивидуально).	1		1
Олимпийские и Паралимпийские игры: основа и традиции - 4 ч.					
3		История возникновения Паралимпийских игр.	1		1
4		Организационная структура Международного паралимпийского комитета и паралимпийского движения.	1		1
5		Паралимпийская хартия: основные идеи и принципы. Паралимпийская символика.	1		1
6		Российские спортсмены-паралимпийцы на летних и зимних Паралимпийских играх.	1		1
Ценности олимпийского движения и моя жизнь. Мой путь к олимпийским принципам – 16 ч.					
7-12		Первенство школы по мини - футболу	6		6
13		День здоровья	1		1
14-15		Соревнования по шашкам	2		2
16		Здоровье как ценность бытия.	1		1
17		Понятие о здоровье (социальном, физическом, психическом).	1		1
18		Здоровье и нездоровье в жизни человека.	1		1
19		Здоровье как условие счастья и успеха.	1		1
20		«Ем, чтобы жить».	1		1
21		Формула долголетия. Как	1		1

		жить долго и счастливо?			
22		Системы здорового питания.	1		1
Паралимпийские игры: один мир, одна мечта и равенство людей во всем мире – 4 ч.					
23		Какие продукты не следует употреблять.	1		1
24		Десять самых полезных продуктов.	1		1
25		Десять самых полезных продуктов.	1		1
26		Двадцать суждений о правильном питании.	1		1
Участие в мероприятиях проекта-23ч.					
27-30		Соревнования по волейболу	4		4
31		Интеллектуальный тренинг.	1		1
32		Режим.	1		1
33		Движение без остановки.	1		1
34		Роль и значение физической нагрузки для сохранения здоровья.	1		1
35		Природные силы и источники здоровья.	1		1
36-37		Соревнования по лыжам	2		2
38-40		Эстафеты «Зимние забавы»	3		3
41-44		Соревнования по баскетболу	4		4
45-46		Олимпиада по физкультуре	2		2
47		Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества	1		1
48-49		Военизированные эстафеты	2		2
Сочи-2014- 2 ч.					
50		Как это было? Символика и атрибуты Сочи-2014. Волонтеры.	1		1
51		Наследие игр 2014.	1		1
Участие в мероприятиях проекта.-17 ч.					
52-54		День здоровья	3		3
55		Спортивный праздник ко	1		1

		дню 8 марта			
56-57		Зарница	2		2
58-59		Лапта	2		2
60-61		Соревнования по легкой атлетике	2		2
62		Футбол	1		1
63		Философия олимпизма.	1	1	
64		История олимпийского движения.	1	1	
65		Символика олимпийского движения.	1	1	
66		Россия в олимпийском движении.	1	1	
67		Спортивный праздник с родителями	1		1
68		Подведение итогов проекта	1		1