

Директор МАОУ «Образовательный центр №1» им. В.П. Чкалова

Утверждаю

Блохина А.В.

Приказ №489 от 01.09.2023 г



**Программа внеурочной деятельности  
школьного спортивного клуба «Успех»  
на 2023-2024 год**

**1. Пояснительная записка**

**Назначение программы:** создание воспитывающей среды, обеспечивающей активизацию социальных, интеллектуальных интересов учащихся, развитие здоровой, творчески растущей личности.

**Актуальность:** *отличительными особенностями данной программы является* - добровольное объединение обучающихся, которое создаётся с целью применения усвоенных ими знаний, воспитания у них чувства социальной ответственности, культуры поведения, профессиональной ориентации, широкого привлечения подростков к развитию творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Рабочая программа переработана и адаптирована, ориентируясь на индивидуальные особенности учащихся, и направлена на реализацию приоритетной задачи образования - формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности, на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование, на развитие основных двигательных (физических) качеств - гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости, на формирование у школьников научно обоснованного отношения к окружающему миру, а так же с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья учащихся.

Данная программа формирует общеучебные умения: самостоятельно действовать, принимать решение, управлять собой в сложной ситуации, создаёт условия для развития у школьников познавательных способностей.

**Срок реализации программы внеурочной деятельности 1 учебный год (с последующим продолжением в 11 кл.)**

**Цель курса:** воспитание лицеистов в духе патриотизма и соблюдения общепринятых норм и правил поведения в современном обществе, формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, отказ от вредных привычек.

**Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:**

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, формам активного отдыха и досуга;

- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

**Рабочая программа направлена на:**

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся 10-11 кл.;

- соблюдение дидактических принципов «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

**Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- ценить и принимать следующие базовые ценности: «добро», «терпение», «родина», «природа», «семья», «мир», «настоящий друг», «справедливость»;
- стремиться одержать победу в игре;
- адекватная позитивная самооценка;
- освоение личностного смысла учения; выбор дальнейшего образовательного маршрута.
- ориентироваться на выполнение моральных норм.

**Метапредметные результаты:**

*Регулятивные УУД:*

- принимать и сохранять учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре;
- планировать действия в соответствии с поставленной задачей;
- обнаруживать проблему самостоятельно и планировать действия по её решению;
- проявление навыков планирования в необходимых ситуациях;
- определять самостоятельно критерии оценивания, давать самооценку;
- сверять свои действия с эталоном или образцом;
- самостоятельное планирование деятельности, как по развитию успеха, так и по преодолению ситуации не успешности.

*Познавательные УУД:*

- характеристика явлений, действий и поступков их объективная оценка, на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- обнаружение ошибок и отбор способов их исправления;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и учителем;
- осуществление анализа действия учителя и сверстников;
- оценка красоты телосложения и осанки;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда;
- оказание посильной помощи сверстникам при выполнении учебных заданий; бережное отношение с инвентарём;
- соблюдение Т.Б.;
- практика составления распорядка дня и практику самостоятельного выполнения комплексов общеразвивающих и специальных упражнений пловца в домашних условиях.

#### *Коммуникативные УУД:*

- участвовать в диалоге, слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;
- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;
- выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи);
- отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета; аргументировать свою точку зрения с помощью фактов и дополнительных сведений;
- критично относиться к своему мнению. Уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций;
- понимать точку зрения другого;
- участвовать в работе группы, распределять роли, договариваться друг с другом. Предвидеть последствия коллективных решений;
- уметь управлять эмоциями при общении со сверстниками и педагогом, взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и помощи, дружбы и толерантности.

#### **Предметные результаты:**

1. формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
2. овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
3. формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
4. взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
5. выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

- б. выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

### 3. Содержание программы

*В основе построения программы лежит принцип разнообразия заданий, олимпиад соревнований, социальных акций по формированию здорового образа жизни.*

**Рабочая программа реализует следующие целевые установки:**

1. Формирование физических, интеллектуальных умений, связанных с выбором алгоритма действия;
2. Формирование психологических условий развития общения, сотрудничества на основе:
  - доброжелательности, доверия и внимания, оказанию помощи,
  - уважения к окружающим (умения слушать и слышать).
3. Формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности;
4. Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности;
  1. Формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей;
  2. Формирование умения противостоять действиям, представляющим угрозу жизни, здоровью.

### Календарно-тематическое планирование работы Спортивного клуба «Успех»

№	Мероприятия	Дата проведения мероприятия	Участники мероприятия	Ответственные лица
1.	Общий сбор членов объединения, выбор командира, утверждение плана работы клуба на 2023/2024 учебный год, принятие устава	Сентябрь 2023 г.	Члены клуба Родители	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
2.	Серия социально-профилактических лекций и бесед «Почему я выбираю здоровый образ жизни»	Раз в месяц	Члены клуба социальный педагог	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
3.	Регистрация членов клуба на сайте ГТО (создание личных кабинетов)	Сентябрь Октябрь 2023 г.	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
4.	Подготовка и проведение серии радиопрограмм «Почему <b>МЫ</b> выбираем ЗОЖ»	Раз в два месяца	Члены клуба Пресс-центр	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
5.	Помощь в выборе спортивной секции членом спортивного клуба «Успех»	Сентябрь 2023 г.	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
6.	Подготовка и проведение общешкольного туристического слета	Сентябрь 2023 г.	Члены клуба учителя физической культуры	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
7.	Разработка печатной информационной продукции:	Раз в три месяца	Члены клуба	Учитель физической

	памятки, буклеты, газеты по пропаганде здорового образа жизни		Пресс-центр Лицея	культуры Швечихин А.В.
8.	Подвижные спортивные игры: футбол, пионербол, баскетбол Соревнования между членами клуба по данным играм	В течение учебного года	Члены клуба учителя физической культуры	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
9.	Плановое заседание членов клуба	Раз в месяц	Члены клуба Родители	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
10.	Организация и проведение серии весёлых стартов для учеников начальной школы (1-4 кл.)	Ноябрь Декабрь 2023 г.	Члены клуба учителя физической культуры	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
11.	Обновление школьного стенда «Спортивная гордость»	Раз в месяц	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
12.	Тестирование физических качеств <b>Сдача ГТО</b>	Раз в три месяца	Члены клуба учителя физической культуры	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
13.	Новогодние Веселые старты с участием шефов, учащихся, педагогов, родителей	Февраль Март 2024 г.	Члены клуба Родители	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
16.	Участие в интернет олимпиадах, конкурсах	В течение учебного года	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
17.	Серия интеллектуальных игр «Что я знаю о спорте»	В течение учебного года	Члены клуба Родители	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
18.	Участие в акциях посвященных Дню Победы в Великой Отечественной Войне	Май 2024 г.	Члены клуба Родители	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
19.	Участие в акциях РДДМ «Сила РДДМ» и др.	В течение учебного года	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
20.	Проведения классных часов по пропаганде ЗОЖ (среди 1-5 кл.)	В течение учебного года	Члены клуба	Учитель физической культуры

				Швечихин А.В.
21.	Турнир «Самый сильный»	Январь 2024 г.	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
22.	Вручение переходящего кубка «Супермен года»	Май 2024 г.	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.
23.	Плановое заседание членов объединения. Подведение итогов работы отряда за 2023/2024 учебный год	Май 2024 г.	Члены клуба	Учитель физической культуры Швечихин А.В.