

«Рассмотрено»
на педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» августа 2019 г.

«Согласовано»
Заместитель директора по УВР
def
Ф.И.О. Тайфулина Н. П.

«Утверждено»
Директор школы М.В. Симоненко
Приказ № 010
от «30» 08 2019



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Малые Олимпийские игры»»**

Разраб
Чурилов

Личностные

- воспита
прошное и н
принадлежнос
культурного
демократическ
воспитание чу
- форми
обучающихся
осознанному
базе ориентир
познавательны
развития опыт
- форми

Киселевск, 2019

развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- смысловое чтение;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности:

Форма организации: беседа, практическая работа, эксперимент, наблюдение, экспресс-исследование, коллективные и индивидуальные занятия, самостоятельная работа, защита работ, мини-конференция, консультации, доклад, выставка, презентация, мини-конференция, научно-исследовательская конференция, практикум, обсуждение, олимпиада.

Вид деятельности: познавательная, исследовательская, проблемно-ценностное общение

Раздел «Знания о физической культуре» включает в себя *«Олимпийское образование»* и соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека. В него входят такие темы, как «Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр», «Древнегреческие Олимпийские игры»,

«Современное Олимпийское движение», «Олимпийское движение в России», «Виды состязаний в программе Олимпийских игр», «Осанка как показатель физического развития», «Здоровый образ жизни. Роль и значение физической культуры в его формировании», «Структура самостоятельных занятий, их планирование», «Техника движений и её основные показатели».

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные формы занятий физической культурой, соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя тему «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой». Основным содержанием которой является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений. Рассматривает такие темы как «Подготовка к занятиям физической культурой», «Техника движений и её основные показатели», «Выбор упражнений и составление комплексов для «Малых Олимпийских игр», «Проведение самостоятельных занятий», «Само - наблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности».

Раздел «Физическое совершенствование» наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя:

«Спортивно-оздоровительную деятельность с общеразвивающей направленностью»:

- гимнастика с элементами акробатики (кувырок вперёд в группировке; кувырок назад в упор присев, в полушпагат, в упор стоя ноги врозь; стойка на лопатках, равновесие на правой (левой) ноге), мост из положения лёжа, стойка на голове с согнутыми ногами;
- лёгкая атлетика (беговые упражнения: бег на короткие, средние и длинные дистанции; прыжковые упражнения: прыжок в длину, в высоту, с разбега; упражнения в метании мяча);

3. Тематическое планирование

5 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Знание о физической культуре «Олимпийское Образование»	7
1.1	История древнегреческих Олимпийских игр	1
1.2	Современное Олимпийское движение. Олимпийское движение в России	1
1.3	Летние олимпийские виды спорта	1
1.4	Виды спорта зимних Олимпийских игр	1
1.5	Проектно-исследовательская деятельность	1
1.6	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2
2	Способы двигательной деятельности	3
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	3
3	<u>Физическое совершенствование</u> (Виды школьного программного материала, входящие в программу «Малые Олимпийские игры»)	24
3.1	Спортивно-оздоровительная деятельность	8
3.2	Гимнастика с элементами акробатики	8
3.3	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, стритбол)	8
	итого	34

6 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Знание о физической культуре «Олимпийское Образование»	7
1.1	История древнегреческих Олимпийских игр	1
1.2	Современное Олимпийское движение. Олимпийское движение в России	1

1.3	Летние олимпийские виды спорта	1
1.4	Виды спорта зимних Олимпийских игр	1
1.5	Проектно-исследовательская деятельность	1
1.6	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2
2	Способы двигательной деятельности	3
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	3
3	<u>Физическое совершенствование</u> (Виды школьного программного материала, входящие в программу «Малые Олимпийские игры»)	24
3.1	Спортивно-оздоровительная деятельность	8
3.2	Гимнастика с элементами акробатики	8
3.3	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, стритбол)	8
	итого	34

7 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Знание о физической культуре «Олимпийское Образование»	7
1.1	История древнегреческих Олимпийских игр	1
1.2	Современное Олимпийское движение. Олимпийское движение в России	1
1.3	Летние олимпийские виды спорта	1
1.4	Виды спорта зимних Олимпийских игр	1
1.5	Проектно-исследовательская деятельность	1
1.6	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2
2	Способы двигательной деятельности	3
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	3
3	<u>Физическое совершенствование</u> (Виды школьного программного материала, входящие в программу «Малые Олимпийские игры»)	24
3.1	Спортивно-оздоровительная деятельность	8
3.2	Гимнастика с элементами акробатики	8
3.3	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, стритбол)	8
	итого	34

8 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Знание о физической культуре «Олимпийское Образование»	7
1.1	История древнегреческих Олимпийских игр	1
1.2	Современное Олимпийское	1

	движение. Олимпийское движение в России	
1.3	Летние олимпийские виды спорта	1
1.4	Виды спорта зимних Олим- пийских игр	1
1.5	Проектно-исследовательская деятельность	1
1.6	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2
2	Способы двигательной деятельности	3
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	3
3	<u>Физическое совершенство- вание</u> (Виды школьного программ- ного материала, входящие в программу «Малые Олим- пийские игры»)	24
3.1	Спортивно-оздоровительная деятельность	8
3.2	Гимнастика с элементами ак- робатики	8
3.3	Спортивные игры (баскет- бол, волейбол, стритбол)	8
	итого	34

9 класс

№	Тема	Кол-во часов
1	Знание о физической культуре «Олимпийское Образование»	7
1.1	История древнегреческих Олимпийских игр	1
1.2	Современное Олимпийское движение. Олимпийское движение в России	1
1.3	Летние олимпийские виды спорта	1
1.4	Виды спорта зимних Олим- пийских игр	1
1.5	Проектно-исследовательская деятельность	1

1.6	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	2
2	Способы двигательной деятельности	3
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой	3
3	<u>Физическое совершенствование</u> (Виды школьного программного материала, входящие в программу «Малые Олимпийские игры»)	24
3.1	Спортивно-оздоровительная деятельность	8
3.2	Гимнастика с элементами акробатики	8
3.3	Спортивные игры (баскетбол, волейбол, стритбол)	8
	Итого	34

