

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза  
М.П. Крыгина с. Кабановка муниципального района Кинель-Черкасский  
Самарской области.

**«Рассмотрено»**

Председатель МО классных  
руководителей ГБОУ СОШ  
Им. М.П.Крыгина  
с. Кабановка

 /Золотарева В.В./

Протокол №1

«30» августа 2020г.

**«Проверено»**

Заместитель директора по ВР  
ГБОУ СОШ им.  
М.П.Крыгина с.Кабановка

 /Таинкина Л.А./

«30» августа 2020 г.

**«Утверждаю»**

Приказ № 96/1  
Директор ГБОУ СОШ  
им.М.П.Крыгина с. Кабановка

 /Кузнецова Л.А./

«30» августа 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по внеурочной деятельности

«Школа Спортивного Клуба»

Направление: спортивно-оздоровительное  
Ступень обучения (класс) Основное общее (9-11 класс)  
Срок реализации: 3 года

Составил: учитель физической культуры  
Капитанов О.А.

## I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

- личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «ОФП» является формирование следующих умений:

- *Определять и высказывать* простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «ОФП» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### 1. Регулятивные УУД:

- *Определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- *Проговаривать* последовательность действий.
- Учить *высказывать* своё предположение (версию) на основе данного задания, учить *работать* по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

### 2. Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: *делать* выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

### 3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. *Слушать и понимать* речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

### Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

## II. Содержание учебного курса, предмета с указанием форм и видов деятельности.

№	Тема	Содержание	Вид внеурочной деятельности	Формы внеурочной деятельности
1	Развитие восприятия.	Развитие реакции на слуховые и зрительные сигналы, умение ориентироваться в пространстве. Развитие восприятия времени, речи, формы, цвета, движения.	секция	Тренировочные упражнения и подвижные игры по развитию восприятия и наблюдательности.
2	Развитие памяти.	Диагностика памяти. Развитие зрительной, слуховой, образной, смысловой памяти.		Тренировочные упражнения по развитию точности и быстроты запоминания, увеличению объёма памяти, качества воспроизведения материала.

3	Развитие внимания.	. Диагностика произвольного внимания.	Тренировочные упражнения на развитие способности переключать, распределять внимание
4	Развитие мышления	Формирование основных мыслительных операций	Физические упражнения и игровые соревновательные ситуации.
5	Развитие основных физических качеств.	. В основе развития физических способностей лежит ОФП, которая является важным условием успешного освоения технических приемов и тактических действий.	Тренировочные упражнения: скоростные способности, скоростно-силовые, координационные способности, выносливость и гибкость.
6	Укрепление и сохранение здоровья.	Укрепление опорно-двигательного аппарата	Тренировочные упражнения: развитие быстроты, ловкости, гибкости, красоты тела и выразительности движений.
7	Освоение учебного материала	Внутришкольные соревнования	Игра

**III. Тематическое планирование конкретного учебного предмета,  
курса.  
по ШСК (1 час в неделю).**

**Тематическое планирование 10 класс**

№	Тема	Содержание воспитания	Кол-во часов	Примечание
1	Легкая атлетика	Спортивно- оздоровительное воспитание. Освоение техники бега и формирование двигательных навыков.	13	
2	Подвижные и спортивные игры	Формирование основных физиологических систем организма.	8	
3	Лыжная подготовка	Освоение техники бега на лыжах и формирование выносливости.	6	
4	Гимнастика с основами акробатики	Формирование понятия о красоте тела и развитие гибкости.	7	
	Всего:		34	

**Тематическое планирование 11 класс**

№	Тема	Содержание воспитания	Кол-во часов	Примечание
1	Легкая атлетика	Спортивно- оздоровительное воспитание. Освоение техники бега и формирование двигательных навыков.	13	

2	Подвижные и спортивные игры	Формирование основных физиологических систем организма.	8	
3	Лыжная подготовка	Освоение техники бега на лыжах и формирование выносливости.	6	
4	Гимнастика с основами акробатики	Формирование понятия о красоте тела и развитие гибкости.	7	
	Всего:		34	



C=RU, O="ГБОУ СОШ №3 ""  
ОЦ"" с. Кинель-Черкассы",  
CN=Н.В. Зинченко,  
E=school3\_kch@samara.edu.ru  
0095b2d79a52e94245  
2021.09.07 10:58:41+03'00'



C=RU, O="ГБОУ СОШ №3 ""  
ОЦ"" с. Кинель-Черкассы",  
CN=Н.В. Зинченко,  
E=school3\_kch@samara.edu.ru  
0095b2d79a52e94245  
2021.09.07 10:59:10+03'00'