

Пояснительная записка.

Рабочая программа по организации внеурочной деятельности среди 3-11х классов в школе составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального, среднего и общего образования на основе рабочей программы по физической культуре Лях В.И. Физическая культура. 3 – 11 классы. Рабочие программы: Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2021. Программа данного курса представляет систему различных форм внеурочной деятельности и предусматривает проведение Школьной спартакиады среди учащихся 3 – 11 классов по волейболу, многоборью, баскетболу, лёгкой атлетике, лыжам, спортивным эстафетам, школьных Дней здоровья, спортивных конкурсов «Папа, мама, я – спортивная семья», олимпиадам по фк, занятий спортивных секций и др.

Участие в городских соревнованиях в рамках городской Спартакиады школьников среди учащихся 3 – 4 и 5-11 классов, участие во Всероссийских спортивных мероприятиях «Фестиваля ГТО», «Кросс наций», «Лыжня России» и пр.

Непосредственными условиями выполнения этих задач является многолетняя, целенаправленная подготовка учащихся: привитие интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Основной принцип работы программы - выполнение программных требований по физической, технической, тактической и теоретической подготовке, выраженных в количественных (часах) и качественных (нормативные требования) показателях.

Цель программы:

- формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация физической культуры среди учащихся школы, пропаганда ЗОЖ.
- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение учащихся жизненно-важным двигательным навыкам и умениям;
- формирование сборных команд школы по различным видам спорта, приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на соревнованиях.

Задача программы:

- содействие физическому развитию детей, воспитанию гармонично развитых активных членов общества, стойких защитников Родины.
- выявить природные данные обучающегося, для быстрого роста мастерства;
- участвовать в спартакиаде школы и в городских соревнованиях по видам спорта;
- развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;

- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы,

-воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;

- учить детей проявлять свои волевые усилия, чтобы побороть неуверенность в себе, а иногда и боязнь;

-выявить природные данные обучающегося, для быстрого роста мастерства;

-участвовать в спартакиаде школы и в городских соревнованиях по видам спорта;

-развивать у учащихся основные двигательные качества: силу, ловкость, быстроту движений, скоростно-силовые качества, выносливость;

- воспитывать у учащихся нравственные качества: целеустремлённость и волю, дисциплинированность и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы;

-воспитывать у учащихся волевые качества: смелость, решительность, настойчивость;

- учить детей проявлять свои волевые усилия, чтобы побороть неуверенность в себе, а иногда и боязнь.

В процессе выполнения программы решаются задачи:

- содействие правильному физическому развитию детей;
- повышение общей физической подготовленности;
- развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;

Механизм реализации программы:

Деятельность по реализации программы осуществляют учителя по физической культуре Иванова Е.А. и Гогин А.Г.

Текущий контроль выполняет завуч по УВР Угарова С.В.

Условия реализации программы:

Материально-технические условия:

- обеспечение учебно-наглядными пособиями по волейболу, баскетболу, лёгкой атлетике, многоборье, пополнение материальной базы мячами, сеткой и др. инвентарём.

Педагогические условия:

- учёт индивидуальных и возрастных особенностей школьников в использовании форм, средств и способов реализации программы;
- соблюдение единства педагогических требований во взаимоотношениях с учащимися;
- создание условий для развития личности учащихся и его способностей.

Методические условия:

- для более успешного решения задач необходимо иметь чёткое планирование спортивных мероприятий. Вся воспитательная работа осуществляется в соответствии с планом воспитательной работы школы.
- наличие необходимой документации.

Ожидаемые результаты работы:

- 1.Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
- 2.Овладение теоретическими и практическими основами;
- 3.Участие в спартакиаде школьников по лёгкой атлетике, волейболу, детскому многоборью, лыжам, формирование сборной команды школы для участия в Спартакиаде школьников г. Шуя;
- 4.Выполнение начальных спортивных разрядов;
- 5.Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях;
- 6.Решение проблемы занятости в свободное и каникулярное время, что отвлечёт учащихся от правонарушений и положительно повлияет на их воспитание;
- 7.Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию школьников.

Материально-технические условия:

Для реализации программы необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Сетка волейбольная - 1
2. Стойки волейбольные - 2
3. Спортивный стадион - 1
4. Гимнастические скамейки 6 - 8 штук

- 5. Гимнастические маты - 10 штуки.
- 6. Скакалки - 15 штук.
- 7. Мячи набивные - 8 штук.
- 8. Резиновые амортизаторы - 15 штук.
- 9. Мячи футбольные - 10 штук.
- 10. Мячи волейбольные - 15 штук.
- 11. Мячи баскетбольные - 15 штук.

План внеурочной деятельности на 2020 – 2021 учебный год.

Школьные спортивные соревнования:

1. Проведение первенства школы по лёгкой атлетике среди учащихся 3 – 4 классов (сентябрь 2020 г., май 2021 г.)
2. Проведение спортивных эстафет «Весёлые старты» среди учащихся 2 – 4 классов (ноябрь 2020 г., январь 2021 г.)
3. Спортивный конкурс «Мама, папа, я – спортивная семья!» (март 2021 г.)
4. Проведение первенства школы по футболу среди учащихся 2 – 4 классов (декабрь 2020 г., февраль 2021 г.)
5. Проведение первенства школы по лыжным гонкам среди учащихся 3 – 4 классов (январь 2021 г.)
6. Проведение первенства школы по детскому многоборью среди учащихся 3 – 4 классов (сентябрь 2020 г., апрель 2021)
7. Проведение первенства школы по настольному теннису среди учащихся 6 – 11 классов (октябрь 2020 г.)
8. Проведение первенства школы по баскетболу среди учащихся 8 – 11 классов (ноябрь 2020 г.)
9. Проведение первенства школы по волейболу среди учащихся 7 – 11 классов (февраль 2021 г.)
10. Проведение первенства школы по ГТО среди учащихся 9 – 11 классов (декабрь 2020 г.)
11. Проведение первенства школы по ГТО среди учащихся 4 – 8 классов (май 2021 г.)

Школьные Дни здоровья:

1. «Осенние приключения» - учащиеся 1 - 4 классов (сентябрь 2020 год.)
2. «Зимние забавы» - учащиеся 1 - 4 классов (февраль 2021 г.)
3. «Лидер» плавание - учащиеся 1 – 11 классов (апрель 2021 г.)

Городская Спартакиада учащихся начальной школы 3 – 4 классов:

1. Лёгко атлетическое многоборье (сентябрь 2020 г.)
2. Детское многоборье (октябрь 2021 г.)
3. Футбол (декабрь 2020 г.)
4. Лыжные гонки (январь 2021 г.)
5. ГТО (ноябрь 2020г, май 2021 г.)
6. Спортивная эстафета в честь Дня Победы (май 2021 г.)

Всероссийский День здоровья:

1. «Кросс наций» (сентябрь 2020 г.)
2. «Лыжня России» (февраль 2021 г.)

Учебно – методическая литература для учителя:

1. Культура здоровьесбережения в инновационном пространстве новой школы: материалы Международной науч-практ. Конф. (ответ. Ред. Д.М. Правдов. – Шуя: ФГБОУ ВПО «ШГПУ», 2012.-296 с
2. Физическая культура. Рабочие программы В.И.Ляха. 1-11 классы. Просвещение, 2012г.
3. Поурочные разработки по физической культуре. 3 класс. – М.;ВАКО, 2013 г.
4. Зимние подвижные игры. 1 – 4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.: ВАКО, 2009.