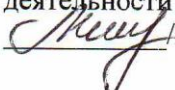



Утверждаю
к использованию в
образовательном процессе
Директор школы

Плотников Ю.А.
« » 2016г.

Согласовано
« » 2016г.
Тьютор внеурочной
деятельности
 Минина В.В./

Рабочая программа
рассмотрена на заседании
кафедры учителей технологии,
ОБЖ, физической культуры и
эстетического цикла
Протокол № от
« » 2016г.
Заведующая кафедрой
 /Данилина И.В./

Рабочая программа внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления
«Спортивный праздник»
для учащихся 5-8 классов
Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы №2
с углубленным изучением отдельных предметов
п.г.т. Усть-Кинельский

Автор-составитель:
Минина В.В.,
учитель внеурочной
деятельности
ГБОУ СОШ №2
п.г.т. Усть-Кинельский

2016 г

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивный праздник» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основе комплексно-целевой программы «Школа здоровья» и плана воспитательной работы ГБОУ СОШ №2 п.г.т. Усть-Кинельский.

Одним из приоритетных направлений современного образования является создание здоровьесберегающих условий осуществления образовательного процесса, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся. Это определяет актуальность спортивно-оздоровительного направления внеурочной деятельности, в рамках которой педагогический коллектив учреждения ведет пропаганду здорового образа жизни через спортивно-массовую и физкультурно-оздоровительную работу.

Спортивно-массовые мероприятия – самая действенная мера повышения физической подготовленности школьника. Это яркие, эмоциональные зрелища. Удовольствие от спортивных зрелищ возникает вследствие соучастия в них зрителя, которого привлекает высокий уровень развития двигательных качеств, смелые и решительные действия участников, их высокие достижения.

В спорте представлены практически все виды человеческой деятельности: познавательная, ценностно-ориентированная, общение и т.д. Поэтому в процессе спортивно-оздоровительной работы можно активно формировать сознание и поведение обучающихся в нужном направлении.

В процессе занятия спортивными упражнениями непрерывно возникают двигательные познавательные ситуации, решение которых требует значительного умственного напряжения. Уже простое решение двигательных задач: как сделать движение быстрее, точнее, что надо предпринять, чтобы исправить допущенную ошибку, и т.д. – представляет собой цепь мыслительных операций, включающих наблюдение, обобщение, принятие решения.

Специфичность умственной деятельности в процессе занятия спортом заключается в тесном взаимодействии между движениями тела и умственными операциями: занимающиеся непрерывно сверяют программу движений с её фактическим выполнением. В результате закрепляются осознанные связи между мышечными ощущениями, двигательной задачей и способом её решения. Движения становятся способом познания и освоения окружающего мира.

Опосредованная связь спорта с умственным развитием личности состоит в том, что занятия физическими упражнениями создают необходимый фундамент в виде крепкого здоровья, которое позволяет человеку полноценно выполнять умственную деятельность. Кроме того, занятия спортом зачастую используется как средство для снятия умственного напряжения и стимуляции интеллектуальной деятельности.

Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования морально-волевых качеств и черт характера. Занятия спортом развёртываются на фоне общения, в коллективе, под руководством наставника, тренера. Именно общение является самым могучим фактором формирования нравственных качеств занимающихся, с самого начала занятий спортом они начинают осознавать причастность к коллективу и в соответствии с

правилами и распоряжениями, учатся управлять своими действиями, соотносить их с действиями других. Так укрепляется воля, вырабатывается дисциплинированность, формируется привычка к соблюдению норм нравственного поведения.

В играх и спортивных соревнованиях заключены богатые возможности для формирования норм коллективного поведения. Овладевая различными командными функциями, воспитуемые учатся не только организовывать своё поведение, но и активно влиять на действия своих товарищей воспринимать задачи коллектива как на свои собственные. Под руководством преподавателя укрепляются такие важные нравственные качества, как ответственность перед коллективом, чувство долга, гордость за успехи команды, школы и т.д.

Данная программа направлена на организацию спортивно-массовых мероприятий для обучающихся среднего звена, тем самым обеспечивая им вовлеченность в жизнь школы.

Цель программы: формирование ценностного отношения обучающихся к сохранению и укреплению собственного здоровья через развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

- содействие укреплению здоровья, закаливанию и разностороннему физическому развитию школьников;
- воспитание их в духе патриотизма, коллективизма и дружбы, выработка высоких морально-волевых качеств, повышение дисциплины и организованности;
- широкое развитие отдельных видов спорта в школе и повышение спортивно-технических результатов учащихся;
- подведение итогов учебно-тренировочной работы, выполнение спортивной классификации,
- выявление интересов детей к отдельным видам спорта, привлечение учащихся к систематическим занятиям физическими упражнениями,
- пропаганда и популяризация спорта.

Описание ценностных ориентиров содержания программы

Одним из результатов преподавания программы «Спортивный праздник» является решение задач воспитания – осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, ее совершенства, сохранение и приумножение ее богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Общая характеристика курса

Массовые спортивные мероприятия, как правило, организуются в форме спортивных соревнований – соперничества школьников в игровой форме с целью выяснения преимуществ в степени физической подготовленности, в развитии некоторых сторон сознания.

Во время спортивных соревнований решаются те же педагогические задачи, что и на занятиях физической культурой и спортом в целом, т.е. совершенствование физической, технической, тактической, психической и теоретической подготовленности. Однако при этом все сдвиги, происходящие в организме, превосходят уровень, характерный для тренировочных занятий.

Соревнования – одна из действенных мер повышения тренированности спортсмена. Особенно велико значение спортивных соревнований для формирования волевых черт характера. Они также способствуют развитию в целом физкультуры и спорта и позволяют педагогически воздействовать на зрителей.

Одной из важнейших функций преподавателей физкультуры и спорта является подготовка занимающихся к участию в спортивных соревнованиях. Прежде чем допускать школьников к официальным соревнованиям, следует не только обучить их спортивной технике и тактике, определенному кругу знаний и развить необходимые двигательные качества, но и научить их соревноваться.

Данная работа проходит как на уроках физической культуры, так и во время внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления: кроссфит, футбол, волейбол, баскетбол.

К мерам организационно-методического характера, связанным с проведением спортивных соревнований, прежде всего относится составление календарного плана соревнований по данному виду спорта. В нем указывается название соревнований, сроки и место их проведения и ответственные за их организацию лица. Календарь спортивных соревнований по каждому виду спорта составляется для мальчиков и девочек (если последние в них участвуют) и для каждой возрастной группы в отдельности.

Важным условием при составлении календарного плана является традиционность намеченных мероприятий по срокам, программам, участвующим лицам. Это повышает интерес к ним детей, облегчает организацию учебно-тренировочного процесса, делает соревнование более популярным у зрителей.

Спортивные соревнования являются стимулом для систематических тренировок и способствуют росту спортивных результатов, если они проводятся регулярно.

Целесообразность участия в определенном количестве соревнований зависит от спортивной подготовки учеников. Таким образом, календарь спортивных соревнований составляется так, чтобы намеченные соревнования были разнообразными по масштабу, составу участников и условиям проведения, традиционными по срокам, составу, месту проведения.

Другая важная мера организационно-методического характера – это составление **положения о соревнованиях**. В нем указывается:

1. Название соревнований.
2. Сроки.
3. Место проведения.
4. Задачи данного соревнования.
5. Программа и порядок проведения по дням.
6. Состав участников.
7. Система зачета (определения победителей)
8. Форма награждения.

Если соревнования носят командный или лично-командный характер, в положении указывается система определения победителей в командном зачете. В каждом отдельном случае она может быть разной.

Если в программу включено несколько разновидностей одного вида спорта, необходимо заранее составить график соревнований, т.е. определить последовательность и время проведения каждого из них. Зная среднюю продолжительность выполнения упражнения, количество попыток и количество участников, можно определить общую продолжительность соревнований и на основе этого составить график проведения.

По характеру зачёта и определения результатов все спортивные соревнования делятся на

- личные,
- лично-командные,
- командные.

По форме проведения соревнования могут быть:

- открытыми,
- закрытыми,
- очными,
- заочными,
- одноразовыми,
- традиционными,
- однодневными,
- многодневными,
- официальными,
- товарищескими,
- классификационными.

Можно эти формы использовать в сочетании.

Важнейшим документом, регулирующим проведение соревнований и влияющим на их результаты, являются правила соревнований по данному виду спорта. В них регламентируются действия судей и участников, предусматриваются условия выявления

победителей и, кроме того, определяются нормы поведения спортсмена, содержится перечень запрещенных действий, влекущих за собой наказание, ущемляющее интересы команды. Таким образом, на спортсмена, нарушившего правила, действует не только решение судьи по отношению к нему лично, но и сознание, что команда испытывает урон из-за его неправильных поступков.

Главным организатором и руководителем спортивных соревнований, ответственным за их проведение и, в известной мере, за достигнутые результаты, является спортивный судья, назначаемый из числа преподавателей физической культуры школы.

Формы внеурочной спортивно-массовой работы в школе:

- оздоровительные мероприятия
- дни здоровья
- активный отдых в выходные дни (туристические походы, прогулки, игры на свежем воздухе и т.д)
- спортивные соревнования (матчи, встречи, турниры, первенства, спартакиады);
- спортивные встречи, праздники, показательные выступления, КВН.

Организация и проведение массовых спортивных мероприятий включает в себя следующие этапы.

Подготовительный этап

Подготовительный этап начинается с планирования мероприятий на год. Документ утверждается администрацией школы. План составляется на начало учебного года с учётом возраста учащихся и школьных традиций, наличие и состояние спортивной базы школы, спортивного инвентаря и погодными явлениями региона.

Подготовка к отдельным спортивным мероприятиям в школе – это серьёзно не должна ускользнуть не одна деталь. Поэтому больше внимание уделяется оформлению и определению места проведения: в зале или на спортивной площадке, парке - в зависимости от масштаба мероприятия. Определяются формы проведения, количество участников, подбор инвентаря, соответствие мероприятия возрасту участников. Для учащихся на информационном стенде вывешивается афиша будущего мероприятия, которая включает в себя краткое описание содержания и положение о проведения мероприятия.

Вместе с судейской бригадой подготавливаются бланки для судейских протоколов и выбор систему подсчёта очков. В подготовке мероприятий важно продумать форму, эмблему для участников соответственно содержанию.

Организационный этап

Количество участников на этом этапе зависит от масштаба мероприятий и места проведения. Например, день здоровья или туристический слёт с выходом за территорию школы в парк, лес, то участвуют все представители администрации и классные руководители классов, принимающие участие, родители, а так же учителя физической культуры. При организации спортивного праздника или соревнований не требует большого количества участников, это могут быть учитель физической культуры, классный руководитель или родители.

При организации спортивно массовых мероприятий очень важно оформление место проведения. После оформления в организации мероприятия важную роль играет содержание, соответственно возрасту ребёнка. Перед началом любого мероприятия учитель, всё продумав и взвесив, составляет сценарий – строгая очередность предстоящего место сбора участников, время начала, кто что говорит и за кем очередность

выступлений, кто обслуживает соревнование (судит), когда и какая музыка звучит. Сценарий должен быть подготовлен в двух экземплярах: и краткий и подробный.

Для массовых мероприятий в содержании применяются игровые технологии для любого возраста это специально организованные условия по определённым правилам. Основным критерием оценки дня здоровья и спорта является массовость.

Этап проведения

Этап проведения насыщен эмоциональными нотками мероприятия. Учащиеся ставят для себя цель и прогнозируемые результаты в спортивном мероприятии.

Сроки проведения мероприятий зависят от содержания. Например, день здоровья может занять по времени от 2 до 4 часов в зависимости от возраста участников. Туристический слёт так же может проходить в один день, а если позволяют условия проведения два дня. Первенство по спортивным играм, зависит от количества команд от одного дня до пяти дней.

В содержание дня здоровья могут входить несколько частей: это театрализованная часть или художественная самодеятельность от участников спортивные эстафеты, испытания на станциях, спортивные или подвижные игры, а так же сдача спортивных нормативов. В содержание туристических слётов входят испытание из школы безопасности прохождение этапов полосы препятствия, различных дистанций оказание первой медицинской помощи, ориентирование на местности с привлечением учителя по ОБЖ и учителя географии.

Содержание спортивных праздников ограничено по времени, в него могут войти музыкальные номера с привлечением театрализованных, сказочных героев. Герои в течение всего праздника помогают или создают проблемы, тем самым побуждают участников находить способы решения и выхода из сложившейся ситуации.

В содержании в проведении мероприятий должно соблюдаться дозировка двигательной активности и техника безопасности при выполнении испытаний на этапах мероприятий.

Немало важное, значение имеет судейство во время проведения мероприятия. В методической литературе по проведения внеклассных мероприятий часто указывается, что судейство должно быть наглядным. При прозрачном протоколе судейство у учащихся проявляется интерес к результату, они стремятся к победе, оценивая ситуацию, и при этом не возникает споров опровергнуть результат соревнований.

Заключительный этап

Заключительный этап должен быть самым взрывным от него зависит положительный результат всего мероприятия. От результата зависит, с каким настроением учащиеся будут ждать новой встречи с организаторами и другими участниками.

На этом этапе должны увидеть результат достижения цели проведения мероприятия. Важная и волнительная часть это объявление результата и награждения. Награждение нужно запланировать заранее, продумать каждую деталь. По завершении мероприятия награждения проводятся по номинациям грамотами или победителями. Если предусмотрено медали за участие каждому участнику соревнований или только награждением призовых мест. Церемония награждения происходит под музыкальное сопровождение или под аплодисменты участников.

Эффективно решать задачи внеурочной деятельности «Спортивный праздник» можно при выполнении следующих **условий**:

- соответствие организации мероприятия его задачам
- доступность участия в мероприятии по времени и месту проведения, с учётом режима школы
- посильность и соответствие соревновательных упражнений уровню подготовленности, полу и возрасту занимающихся
- безопасность участников соревнований, судей и зрителей
- наглядность и воспитывающий характер мероприятия, заключающейся в чёткости и красочности его проведения, ритуала открытия и закрытия, в объективности определения результатов участников, в своевременном подведении итогов и награждении участников и т.д.

Спортивные соревнования являются одним из наиболее эффективных видов организации массовой оздоровительной, физкультурной и спортивной работы.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом основного общего образования ГБОУ СОШ №2 программа «Спортивный праздник» реализуется в 5-8 классах. Объем учебного времени составляет 34 часа в каждом классе. (34 недели по 1 часу в неделю).

Часы внеурочной деятельности используются в период каникул, в выходные и нерабочие дни. Это позволяет перераспределять часы внеурочной деятельности и суммировать их в течение учебного года.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «Спортивный праздник»

Личностные результаты

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию в области сохранения и укрепления здоровья,
- ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности в отношении своего здоровья, здоровья окружающих, принятии здорового образа жизни;
- готовность принять на себя ответственность за свое здоровье и безопасное поведение,
- ориентированность на общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы),
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

• Метапредметные результаты

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 всего класса.

Регулятивные УУД:

-уметь планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия во время проведения занятий;

- давать эмоциональную оценку поступкам, действиям, событиям, деятельности на занятии и в реальной жизни;

- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.

Коммуникативные УУД:

- слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;

- уметь донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи;

- уметь распределять функции и роли в совместной деятельности

- при игре адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера.

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Содержание программы

Содержание программы «Спортивный праздник» ежегодно конкретизируется в соответствии с планом воспитательной работы школы. Темы содержания повторяются в каждом классе, но их наполнение зависит от возрастных особенностей участников.

Традиционными массовыми спортивными мероприятиями в ГБОУ СОШ №2 являются:

- легкоатлетический кросс,

- Дни здоровья,

- Президентские состязания,

- Президентские спортивные игры,

- «А ну-ка, парни!»

- «А ну-ка, девушки!»,

- «Зарница».

Календарно-тематическое планирование

Спортивные и физкультурно-массовые мероприятия в школе

Сроки проведения	Мероприятия	Программа стартов
Сентябрь	1. Соревнования по туризму 2. Праздник, посвящённый началу учебного года	Спортивное ориентирование, преодоление полосы препятствий, конкурсы V–XI кл. Легкоатлетическая эстафета I–XI классы
Октябрь	Осенний кросс “Золотая осень”	II Кл – 500 м; III Кл– 800 м; IV Кл –1000 м; V–VI кл – 1500м; VII кл– 2000м; VIII – XI кл– 2000м(дев.); VIII– XI кл–3000м(юноши)
Ноябрь	1. Подвижная игра “Снайпер” 2. Волейбол	III – VI классы VIII–XI классы
Декабрь	1. Первенство школы по гимнастике. 2. “День открытых дверей”: конкурс “Мама, папа, я – спортивная семья”	I–VII кл. (дев.) – подтягивание на низкой перекладине из вися лёжа; VII–XI кл. (дев.) – поднимание туловища лёжа на спине, руки за головой; II–XI кл. (мал., юноши) – подтягивание на высокой перекладине, гимнастическая полоса препятствий. V классы
Январь	1. Пионербол 2. Весёлые старты	VII–VIII классы I–IV классы
Февраль	1. Первенство школы по лыжным гонкам 2. Праздник, посвящённый Дню защитника Отечества “А, ну-ка, парни!”	II–IV кл.– 1 км; V–VII кл.– 2 км; VIII–IX кл.–3 км; X–XI кл.–3 км. (дев.), 5 км. (юн.) Массовые старты по военно-прикладным видам спорта (IX–XI кл.)
Март	1. Праздник, посвящённый Международному Дню “А, ну-ка, девушки!” 2. Баскетбол	Упражнения с предметами, элементы современных танцев, игры, эстафеты VIII–IX классы
Апрель	1. День здоровья 2. Первенство школы по прыжкам в высоту	I–XI классы V–XI классы
Май	1. Соревнования по лёгкой атлетике 2. Первенство школы по футболу 3. Праздник, посвящённый окончанию учебного года	Бег: I–III кл. – 30 м; IV–IX кл. – 60 м; X–XI кл.–100 м; IV–XI кл.– прыжок в длину с разбега; IV–IX кл.– метание мяча (150 г.); X–XI кл.– метание гранаты (500–700 г.) V–XI кл. Массовые старты по различным видам спорта. Эстафеты