Муниципальное общеобразовательное учреждение лицей №2 г. Сердобска

«СОГЛАСОВАНО»	«УТВЕРЖДАЮ»
Заместитель директора по ВР	Директор МОУ лицей №2 г. Сердобска
_____ Е.Н. Сорокина	_____ З.П. Савелова
30 августа 2023 года	Приказ №280 от 31 августа 2023 года

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 4E0C15346F99CBB7A1C2084111CAB98F
Владелец: Савелова Зоя Петровна
Действителен: с 29.11.2022 до 22.02.2024

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Школьный спортивный клуб «Сокол»

для 5-9 классов

Направление: внеурочная деятельность по организации деятельности ученических сообществ (подростковых коллективов), в том числе ученических классов, разновозрастных объединений по интересам, клубов; детских, подростковых и юношеских общественных объединений, организаций и др.;

Форма организации: спортивный клуб

Разработал:
педагог внеурочной деятельности
Кривулин Константин Владимирович

Сердобск, 2023

Содержание курса «Школьный спортивный клуб «Сокол».

Раздел 1. Управление и организация в спорте. (1ч)
Будут рассмотрены вопросы планирования и контроля хода тренировочного процесса и коррекция его в случае необходимости в соответствии с критериями его эффективности.
Раздел 2. Инвентарь, оборудование и спортивная форма при проведении спортивных мероприятий. (2ч)
Будут рассмотрены вопросы материально – технического оснащения спортивных объектов в зависимости от проводимых спортивных мероприятий.
Раздел 3. Планирование спортивных мероприятий. Виды планирования. Порядок планирования. (1ч)
Будут рассмотрены вопросы составления календарного плана соревнований и документов, которые регламентирует перечень планируемых к проведению в предстоящий период соревнований спортивных мероприятий и их виды.
Раздел 4. Мотивация деятельности. Потребности в деятельности. Психологический автопортрет. (1ч)
Будут рассмотрены вопросы побуждений к выполнению поставленных задач. Совместная деятельность, направленная на достижение общей цели.
Раздел 5. Коммуникация. Конфликт. Фазы конфликта. Общение и конфликт. Пути выхода из конфликта. (1ч)
Будут рассмотрены вопросы общения, взаимодействия между участниками объединения. Пути решения ситуаций при возникновении разногласий.
Раздел 6. Правила проведения соревнований. (2ч)
Будут рассмотрены правила соревнований в видах спорта в которых принимает участие ШСК «Сокол»
Раздел 7. Организация и проведение соревнований по различным видам спорта. (2ч)
Будут рассмотрены вопросы организации мероприятий, необходимых для успешной подготовки и проведения соревнований по различным видам спорта.
Раздел 8. Организация и проведение спортивных праздников и фестивалей. (2ч)
Будут рассмотрены вопросы организации мероприятий, необходимых для успешной подготовки и проведения праздников и фестивалей спортивной направленности.
Раздел 9. Организация спортивных клубов при школе, ВУЗе и на предприятии. (1ч)
Будут рассмотрены нормативно-правовые и организационные вопросы создания спортивных клубов в образовательных организациях и на предприятиях.
Раздел 10. Организация спортивных секций по различным видам спорта. Деятельность тренера. Планирование тренировочного процесса. (1ч)
Будут рассмотрены нормативно-правовые и организационные вопросы создания спортивных секций, работы тренера. Основы планирования тренировочного процесса.
Раздел 11. Лидерские стили руководства в спорте. Лидер и творческое решение проблем. (1ч)
Будут рассмотрен вопрос, что такое лидерство, кто такой лидер, чем отличаются различные стили руководства в спорте.
Раздел 12. Планирование спортивной деятельности. (3ч)
Заседание актива ШСК «Сокол». Планирование проведения и участия ШСК «Сокол» в соревнованиях различного уровня в начале учебного года. Обсуждение результатов участия ШСК «Сокол» в соревнованиях в течении учебного года. Подведение итогов.
Раздел 13. Участие в спортивной деятельности. (16ч)
Участие ШСК «Сокол» в соревнованиях различного уровня по лёгкой атлетике, баскетболу, волейболу, настольному теннису, шахматам, стрельбе из пневматической винтовки.

Планируемые результаты освоения курса «Школьный спортивный клуб «Сокол».

Содержание курса направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения при изучении курса.

Личностные результаты

В сфере гражданского воспитания:

- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;
- активное участие в жизни организации, местного сообщества, родного края, страны

В сфере патриотического воспитания:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины - России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;

В сфере духовно-нравственного воспитания:

- готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни
- (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;
- соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере понимания ценности научного познания:

- овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение социального опыта, основных социальных ролей, соответствующих ведущей деятельности возраста, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональному признаку;
- способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, осознавать в совместной деятельности новые знания, навыки и

компетенции из опыта других, проходить профессиональные пробы в разных сферах деятельности;

- навык выявления и связывания образов, способность осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие, в том числе профессиональное;
- умение оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;
- умение оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижения целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий;
- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

Метапредметные результаты

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

- аргументировать свою позицию, мнение;
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого обсуждения в группе или в паре;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов
  решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- выражать свою точку зрения; распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и стараться смягчать конфликты;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения друг с другом;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно планировать действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку опыту, приобретённому в ходе прохождения программы курса, уметь находить позитивное в любой ситуации;
- уметь вносить коррективы в свою деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- различать, называть и управлять собственными эмоциями;

Предметные результаты

- формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;
- умение планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;
- умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- умение проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических качеств и двигательных способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- умение выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;
- владение основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;
- умение повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к
- выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Тематическое планирование.

Тема	Количество часов	Формы организации занятий и виды деятельности обучающихся	Используемые ЭОР
Управление и организация в спорте.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://infourok.ru
Заседание актива ШСК «Сокол»	1	Клуб Проблемно - ценностное общение	https://еип-фкис.рф
Участие в первенстве Сердобского района по лёгкой атлетике «Золотая осень»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Планирование проведения и участия ШСК «Сокол» в соревнованиях различного уровня в начале учебного года	1	Клуб Проблемно - ценностное общение	https://еип-фкис.рф
Инвентарь, оборудование и спортивная форма при проведении спортивных мероприятий.	2	Клуб Познавательная деятельность	https://infourok.ru
Участие во внутришкольном этапе Чемпионата ШБЛ «Кэс-баскет»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://kes-basket.ru
Чемпионат лицея по волейболу	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф

Участие в лицейском шахматном турнире	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Планирование спортивных мероприятий. Виды планирования. Порядок планирования.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://studfile.net https://nsportal.ru
Участие в муниципальном этапе Чемпионата ШБЛ «Кэс-баскет»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://kes-basket.ru
Мотивация деятельности. Потребности в деятельности. Психологический автопортрет.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://studfile.net https://nsportal.ru
Участие в муниципальном этапе соревнований по мини-футболу	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Коммуникация. Конфликт. Фазы конфликта. Общение и конфликт. Пути выхода из конфликта.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://studfile.net https://nsportal.ru
Правила проведения соревнований.	2	Клуб Познавательная деятельность	https://multiurok.ru
Организация и проведение соревнований по различным видам спорта.	2	Клуб Познавательная деятельность	https://nsportal.ru
Организация и проведение спортивных праздников и фестивалей.	2	Клуб Познавательная деятельность	https://nsportal.ru
Участие в Чемпионате лицея по настольному теннису	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Организация спортивных клубов при школе, ВУЗе и на предприятии.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://cyberleninka.ru
Организация спортивных секций по различным видам спорта. Деятельность тренера. Планирование тренировочного процесса.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://studfile.net https://multiurok.ru
Лидерские стили руководства в спорте. Лидер и творческое решение проблем.	1	Клуб Познавательная деятельность	https://multiurok.ru
Участие в лицейских соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки.	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Участие в школьном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://фцомофв.рф
Участие в школьном этапе Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://фцомофв.рф

Участие в первенстве Сердобского района по волейболу среди школьников общеобразовательных учреждений	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Участие в муниципальном этапе Всероссийских спортивных соревнований школьников «Президентские состязания»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://фцомофв.рф
Участие в муниципальном этапе Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://фцомофв.рф
Участие в первенстве Сердобского района по лёгкой атлетике «Весенние ласточки»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Участие в традиционной легкоатлетической эстафете посвященной Дню Победы	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://еип-фкис.рф
Участие в фестивале ГТО «На пути к успеху»	1	Соревнование Спортивно-оздоровительная деятельность	https://www.gto.ru
Обсуждение результатов участия ШСК «Сокол» в соревнованиях в течении учебного года. Подведение итогов	1	Клуб Проблемно - ценностное общение	https://еип-фкис.рф
Итого:	**34**		