

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.ШИРОКОЕ»
ТАТИЩЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

РАССМОТРЕНО на
заседании педагогического
совета
Протокол № 1 от
«31» 08 2023г.

\

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР

«31» 08 2023г.

_____ Т.А.Медведева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«ГТО – путь к успеху»

Уровень обучения (класс) среднее общее образование 10-11 класс

Общее количество часов: 34

Количество часов в неделю: 1

Уровень базовый

Учитель: Фирсова А.А.

Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС среднего общего образования 10-11 классов. Примерной программы спортивной направленности «Подготовка к сдаче комплекса ГТО»: В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий – М: «Просвещение», 2017 год.

Предметная линия учебников Физическая культура: Учеб. для учащихся 10-11 кл. общеобразоват. Учреждений / В.И. Лях, Л.Е. Любомирский, Г.Б. Мейксон и др., Под ред. В.И. Ляха и др.- 3 –е изд.-М.: Просвещение, 2000

**с. Широкое
2023**

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «ГТО- путь к успеху» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного стандарта среднего общего образования (10-11 классов);

а также на основе:

-ООП среднего общего образования ФГОС (10-11 классы) МОУ «СОШ с. Широкое»;

-учебного плана на 2023-2024 учебный год МОУ «СОШ с. Широкое»;

-примерной программы по внеурочной деятельности спортивной направленности «Подготовка к сдаче комплекса ГТО» (В.С. Кузнецов, Г.А.Колодницкий, Москва «Просвещение», 2017 год.

Рабочая программа предназначена для 10-11 классов общеобразовательной школы и обеспечивает соответствие общим целям и задачам обучения внеурочного курса, предусмотренным государственным стандартом образования. Программа направлена на всестороннее и гармоничное развитие обучающегося, на создание основ для сохранения и улучшения физического здоровья обучающихся, на самостоятельную работу по изучению и постижению способов сохранения и сбережения здоровья, умение действовать в сложных ситуациях. Актуальность программы для МОУ «СОШ с. Широкое» заключается в возможности создания условий для всестороннего, гармоничного развития личности, в решении важной задачи сохранения и укреплении здоровья, повышении уровня безопасной жизнедеятельности. Учитываются целевые ориентиры школы, направления ее развития, уровень способностей обучающихся.

Цель данной программы:

-внедрение комплекса ГТО в систему физического воспитания школьников;

-повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности.

Задачи данной программы:

-создание положительного отношения школьников к комплексу ГТО, мотивирование к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

-углубление знаний, расширение и закрепление арсенала двигательных умений и навыков, приобретенных на уроках физической культуры;

-развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

-обогащение двигательного опыта учащихся физическими упражнениями с общеразвивающей и прикладной направленностью, техническими действиями видов испытания комплекса ГТО;

-формирование умений максимально проявлять физические способности при выполнении видов испытаний комплекса ГТО;

-формирование у детей младшего школьного возраста осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.

-Особенность данной программы заключается в формировании у учащихся универсальных компетенций.

По учебному плану на 2023-2024 учебный год на изучение курса отводится 34 часа по 1 часу в неделю (по авторской программе 34часа).

2. Содержание учебного курса.

№ п/п	Содержание курса	Часы
1	Основы знаний	3
2	Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей	28

3	Спортивные мероприятия	3
---	------------------------	---

3. Планируемые результаты изучения курса.

Ученик научится и получит возможность научиться.

Личностные результаты обучения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты обучения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении упражнений, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Учебно-тематический план

№	Разделы программы	Темы программы	Часы
1.	Теоретические занятия	1 часа	
		Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности	1
		33 часа	
2.	Практические занятия	Легкая атлетика	12
		Гимнастика	7
		Лыжная подготовка	7
		Спортивный праздник	1
		Спортивные игры	3
		Контрольные испытания	3
	ИТОГО:		34

