

СОГЛАСОВАНО  
Протокол  
педагогического совета  
от 28.08.2020 №1

УТВЕРЖДЕНО

приказом  
ОАНО «Образовательный комплекс  
школа-сад «Наша Школа»  
от 31.08.2020 № 33а



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ШКОЛЬНАЯ СПАРТАКИАДА»**

**СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 1 ГОД**

**г. Новосибирск. 2020**

## Пояснительная записка

### **Цели и задачи:**

Спартакиада проводится с целью пропаганды здорового образа жизни, активного использования физической культуры и спорта в организации досуга школьников, укрепления их здоровья, снижения заболеваемости, увеличения двигательной активности школьников, выявления сильнейших спортсменов для участия в городских соревнованиях в составе сборной команды школы, подготовки допризывников к службе в рядах Российской Армии.

Программа составлена на основе ООП ОК «Наша Школа», с учетом положений раздела: «Программа воспитания и социализации обучающихся».

### **Место и время проведения:**

Комплексная Спартакиада проводится с сентября 2020 года по май 2021 года на спортивной площадке ОК «Наша Школа». Школьная спартакиада вынесена за рамки учебного процесса и организуется как дополнительный компонент во внеурочной деятельности.

### **Руководство:**

Общее руководство организацией и проведением Спартакиады осуществляется учителями физической культуры Ячменевым Николаем Владимировичем и Белобородовой Марией Владимировной. Непосредственное проведение соревнований возлагается на учителей физической культуры, на судейскую коллегия. Судейские бригады формируются из учителей разных учебных предметов и учеников 5-11 классов. На каждом виде спартакиады формируются разновозрастные судейские бригады по принципу «ученик-подмастерье-мастер».

### **Описание курса в учебном плане.**

В учебном плане внеурочной деятельности на реализацию программы курса «Школьная Спартакиада» отведено 35 часов из расчета 1 час в неделю. В реализации данной программы участвуют обучающиеся 5-9 классов. Программа рассчитана на 1 год.

К соревнованиям допускаются учащиеся прошедшие медицинский осмотр и учащиеся основной медицинской группы. Учащиеся должны иметь соответствующую подготовку. Численный состав команд указывается в разделе по видам спорта. Заявки на участие в соревнованиях подаются в указанный день главному судье соревнований.

### **Условия и порядок проведения соревнований:**

Спартакиада школьников проводится по плану физкультурно – оздоровительной и спортивно – массовых мероприятий школы в форме отдельных соревнований по видам спорта, с дальнейшим комплексным зачётом и подведением командных результатов по итогам выступлений в отдельных видах.

### **Система зачёта и подведения итогов соревнований комплексной Спартакиады:**

Соревнования проводятся по 8 видам спорта, итоги Спартакиады подводят по результатам всех видов. При равенстве суммы мест преимущество отдаётся классу, у которого больше 1-х, далее 2-х, и 3-х призовых мест. Другие соревнования по остальным видам спорта, которые входят в годовой план, проводятся не в зачёт Спартакиады, но участие команд классов в обязательном порядке.

### **Награждение:**

Команда победителей и призёров в каждом соревновании награждаются грамотами. Участники в личном первенстве награждаются грамотами. Класс, занявший 1 место, в общем зачете по Спартакиаде, награждается дипломом и переходящим Кубком. Занявшие 2 и 3 места в общем зачёте по Спартакиаде, награждаются призами и дипломами.

## **Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности:**

### **Личностные результаты освоения программы курса:**

В результате освоения курса обучающиеся:

- Включатся в социальную и творческую деятельности
- будут готовы на конструктивное взаимодействие в группе, обучаются навыкам партнерства и сотрудничества
- сформируют ценностное отношение к здоровому и безопасному образу жизни,
- сформируют ответственное отношение к совершенствованию своей общефизической и специальной физической подготовке;
- будут готовы и способны участвовать в различных видах соревнований в рамках школьной спартакиады;
- будут готовы к саморазвитию на основе мотивации к продолжению здоровьесберегающей и спортивной деятельности в ее различных формах;
- разовьют опыт участия в социально-значимой деятельности;
- продолжат освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм взаимодействия в условиях подготовки к соревнованиям, приобретут умения, необходимые для осуществления самоуправления, в том числе лидерские умения.

### **Метапредметные результаты освоения программы курса:**

*Познавательные универсальные учебные действия:*

Обучающиеся научатся:

- инициировать идеи, связанные с подготовкой и проведением соревнований школьной спартакиады, разрабатывать планы отдельных видов деятельности, осуществляемых спортсменом;
- развивать свои познавательные мотивы и интересы в ходе спортивно-оздоровительной деятельности, потребности в совершенствовании своих физических и морально-психологических качеств;
- самостоятельно определять цели и задачи своей подготовки к соревнованиям в рамках школьной спартакиады и участия в них;
- получать необходимую для участия в соревнованиях информацию различными способами;
- устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения в связи с выполнением задач, связанных с подготовкой и проведением соревнований, совершенствованием своей физической подготовленности.

*Коммуникативные универсальные учебные действия:*

Обучающиеся приобретут умения:

- находить коллективные решения и разрешать конфликты в процессе подготовки и проведения школьной спартакиады на основе согласования позиций и учета интересов максимального числа участников коллективной деятельности;
- формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачами спортивно-оздоровительной деятельности, развития своих физических и морально-психологических качеств;
- выстраивать коммуникации при оказании взаимопомощи при экстремальных ситуациях, которые могут возникнуть в ходе спортивного соревнования.

*Регулятивные универсальные учебные действия:*

Обучающиеся:

- научатся осознанно выбирать наиболее эффективные способы достижения целей и задач, поставленных для подготовки и проведения спортивных соревнований;
- овладеют умениями соотносить свои действия с планируемыми результатами спортивно-оздоровительной деятельности, совершенствовать свои физические и морально – психологические качества;

- приобретут навыки контроля своей деятельности в процессе подготовки и проведения соревнований школьной спартакиады, в том числе ее коррекции в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- научатся оценивать правильность выполнения задач, решаемых в ходе подготовки и проведения соревнований;
- овладеют умениями принимать решения, необходимые для успешного проведения соревнований;
- усвоят правила индивидуального и коллективного безопасного поведения.
- научатся анализировать результаты участия в мероприятиях.

### **Предметные результаты освоения программы курса:**

*В результате освоения программы учащиеся научатся:*

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в мини-футбол, пионербол, настольный теннис, шахматы в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

*Обучающиеся получают возможность научиться:*

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

### **Содержание программы**

#### **Соревнования по общей физической подготовленности и легкой атлетике.**

Проводится в сентябре и мае на школьном стадионе.

Включает в себя выполнение 5 видов:

- 1) Скоростной бег (30, 60 и 100 метров)
- 2) Челночный бег 3x10 без кубиков
- 3) Наклон вперед из положения стоя
- 4) 12-ти минутный бег
- 5) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа от скамейки (девочки) и подтягивание на высокой перекладине (мальчики)

#### **Мини – футбол:**

Участники: ученики 5-9 классов

Система игр – круговая.

Состав команды: 5 человек + запасные.

Продолжительность игры: 2 тайма по 10 минут у 5-7 классов;

#### **Волейбол:**

Участники: ученики 8-9 классов

Система игр – круговая.

Состав команды: 6 человек + запасные.

Продолжительность игры: 2 периода до 25 очков.

#### **«Пионербол»**

Участники: ученики 5-7 классов

Система игр – круговая.

Состав команды: 6 человек + запасные.

Продолжительность игры: 2 периода до 25 очков.

**Баскетбол:**

Участники: ученики 5-9 классов

Система игр – круговая.

Состав команды: 5 человек + запасные.

Продолжительность игры: 2 периода по 10 минут у 5-8 классов; 2 тайма по 15 минут у 9-11 классов

**Настольный теннис:**

Участники: ученики 5-9 классов

Система игр – круговая по группам.

Состав команды: все желающие.

Продолжительность игры: в групповом этапе 2 периода до 11 очков, в плей-офф 2 периода до 21 очка.

**Настольные игры (шахматы, шашки, уголки, нарды):**

Участники: ученики 5-9 классов

Система игр – круговая по группам.

Состав команды: все желающие.

Продолжительность игры: зависит от вида и стадии турнира

**Подвижная игра «Перестрелка»**

Система игр – круговая.

Участники: ученики 5-9 классов

Состав команды: 8-10 человек .

Система игр – круговая

Продолжительность игры: два тайма по 10 минут (или до 2 побед)

**Примечание:**

- Возможны изменения сроков проведения соревнований.

- Условия проведения соревнований, мероприятий обсуждаются на сборе физоргов классов.

- По соревнованиям, которые не входят в зачет спартакиады физоргам класса будут розданы положения.

**Планирование**

**Виды соревнований, которые входят в зачёт спартакиады**

№	Содержание	Участники	Сроки	Ответственные
1	Общая физическая подготовка и легкая атлетика	5-9 кл	сентябрь	Спортивный сектор, организаторы
2	Мини-футбол	5-9 кл	октябрь	Спортивный сектор, организаторы
3	Настольные игры (шахматы, шашки, уголки, нарды) (1 тур)	5-9 кл	ноябрь-декабрь	Спортивный сектор, организаторы
4	Настольный теннис (1 тур)	5-9 кл	ноябрь-декабрь	Спортивный сектор, организаторы
5	Настольные игры (шахматы, шашки, уголки, нарды) (2 тур)	5-9 кл	январь-март	Спортивный сектор, организаторы
7	Настольный теннис (2 тур)	5-9 кл	январь-март	Спортивный сектор, организаторы

8	Пионербол и волейбол	5-9 кл	март	Спортивный сектор, организаторы
9	Баскетбол	5-9 кл	март	Спортивный сектор, организаторы
10	Настольные игры (шахматы, шашки, уголки, нарды) (плей-офф)	5-9 кл	апрель-май	Спортивный сектор, организаторы
11	Настольный теннис (плей-офф)	5-9 кл	апрель-май	Спортивный сектор, организаторы
12	«Перестрелка»	5-9 кл	май	Спортивный сектор, организаторы
11	Общая физическая подготовка и легкая атлетика	5-9 кл	май	Спортивный сектор, организаторы

**Физкультурно-оздоровительные мероприятия, которые не входят в зачет спартакиады**

№	Содержание	Участники	Сроки	Ответственные
1	Участие сборной школы по футболу в городских турнирах	Учителя, ученики, выпускники	Сентябрь – Май	
2	Фестиваль бега	Все желающие	сентябрь	Спортивный сектор, организаторы
3	«День Здоровья»	1-4, 5-9, 10-11 кл учителя	сентябрь	Сбор активов, спортивный сектор, организаторы, кл. руководители, воспитатели
4	Футбольный товарищеский матч «Учителя - Ученики»	Сборная учителей, сборная учеников	октябрь	Спортивный сектор, организаторы
5	Выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»	1-4, 5-9, 10-11 кл учителя	Апрель-май	Спортивный сектор, организаторы
7	«Спортивная семья»	Все желающие	май	Спортивный сектор, организаторы