

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СРЕДНЯЯ ШКОЛА №1 Р.П. КУЗОВАТОВО
КУЗОВАТОВСКОГО РАЙОНА УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СШ №1 р.п.Кузоватово
_____ Мартьянова О.Н.
Приказ № 122 от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«АТЛЕТ»

(10 класс)

Р.п. Кузоватово 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Атлет» разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования, федеральных образовательных программ основного общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

Нормативную правовую основу рабочей программы курса внеурочной деятельности «Атлет» составляют следующие документы:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»
3. Приказ Минпросвещения России от 23.11.2022 № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»
4. Приказ Минпросвещения России от 12.08.2022 № 732 «Об утверждении федерального государственного образовательного среднего общего образования»
5. Устав МБОУ СШ № 1 р.п. Кузоватово
6. Рабочая программа воспитания МБОУ СШ № 1 р.п. Кузоватово на 2023-2025 гг.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание раздела "Основы знаний физической культуры" разработано в соответствии с основными направлениями познавательной активности воспитанников, знаний о человеке.

Раздел "Способы физкультурной деятельности" соотносится с представлениями о структуре организации деятельности, её исполнения и контроля.

Содержание раздела "Физическое совершенствование" ориентировано на гармоничное развитие воспитанников, их всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья.

В ходе реализации программы используются: элементы «Гимнастики», "Лёгкой атлетики", "Спортивных игр", "Общей и специальной физической подготовки".

Овладение учебным материалом из практических тем программы сочетается с освоением учебных знаний и способов двигательной деятельности.

Формы организации деятельности: беседа, игра, соревнования, проект, встречи с интересными людьми, видеоролики

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

-умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

-определять наиболее эффективные способы достижения результата;

-умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

-умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

-формирование знаний о легкой атлетике и его роли в укреплении здоровья;

- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Количество часов	Электронные образовательные ресурсы
1.	Правила безопасного поведения	2	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.	История развития атлетизма	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
3.	Основы знаний физической культуры	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
4.	Санитарно-гигиенические нормы	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
5.	Методика самостоятельных занятий	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
6.	Здоровый образ жизни	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
7.	Нравственное воспитание	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
8.	<i>Основы вида спорта:</i> Общеразвивающие упражнения	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
9.	Занятия другими видами спорта	10	https://resh.edu.ru/subject/9/

1 0.	Изучение и совершенствование техники упражнений	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
1 1.	Развитие специальных физических качеств	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
1 2.	Участие в соревнованиях по общей и специальной физической подготовке	8	https://resh.edu.ru/subject/9/
1 3.	Итого:	68 ч.	