

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
(МБОУ «Айская СОШ»)

Адрес 659635 Россия, Алтайский край, Алтайский район, с. Ая, ул. Школьная, 11  
Адрес электронной почты: aja\_70@mail.ru.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УР

 /Д.Н.Овечкина/

« 29 » августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

 /С.В.Ольгезер/

Приказ № 210 от « 29 » августа 2022 г.



**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Пять олимпийских колец»  
6а класс**

**Срок реализации программы:** 2022-2023 учебный год

**Составил:** Засухин Анатолий Иванович, учитель физической культуры и ОБЖ высшей квалификационной категории

с. Ая  
2022 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «**Пять олимпийских колец**» предназначена для обучающихся **6а класса** основной общеобразовательной школы и составлена на основе следующих **нормативно-правовых документов**:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) основного общего образования. Утвержден приказом Минобрнауки России 17 декабря 2010 г. №1897. Зарегистрирован Минюстом России №19644 01 февраля 2011 г.
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Айская средняя общеобразовательная школа».
- Учебный план школы на 2021-2022 учебный год.

Программа предназначена для работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Программа имеет как научно-исследовательское, так и оздоровительное значение.

Олимпийское образование занимает важное место в системе образования, воспитания и обучения подрастающего поколения.

Приобщение детей и молодежи к идеалам олимпизма, которые ориентированы на общечеловеческие, гуманистические, духовно-нравственные ценности, связанные со спортом, особенно актуально в современных условиях нашей страны. Олимпийское образование – одно из направлений современных наук, которое призвано воспитывать в человеке патриотические качества, чтить и прославлять традиции русского народа, изучать историю развития спорта и физической культуры, гордиться героями олимпийских игр.

Содержание программы **рассчитано на 35 часов (1 час в неделю)**.

**Данная рабочая программа реализуется в 2022-2023 учебном году.**

### Цель и задачи обучения

#### **Цель:**

- формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

#### **Задачи:**

- освоение знаний касающихся различных аспектов развития и становления международного олимпийского и спортивного движения;
- ознакомление со спортивной биографией выдающихся спортсменов и деятелей МОК;
- овладение навыками работы с научно-популярной и справочной литературой;
- воспитание у школьников потребности в систематическом занятии физической культурой, привитие основ здорового образа жизни;
- развитие духовных и физических качеств личности.

Программа состоит из нескольких разделов, содержание которых охватывает основные направления работы по формированию, как теоретических знаний, так и практических навыков. В процессе обучения данной внеурочной деятельности обучающиеся имеют возможность расширить свои знания по истории олимпийского и международного спортивного движения.

Практические занятия проводятся в спортивном зале или на школьном стадионе, занятия по теоретической подготовке - в учебном кабинете, в библиотеке. Здоровьесберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Каждый раздел направлен на разные виды деятельности, реализация которых способствует формированию знаний и умений, которые приобретёт обучающийся в процессе занятий по программе.

Для успешной реализации программы по спортивно – оздоровительному направлению используются современные **методы и формы занятий**, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

- словесные методы: рассказ, беседа, объяснение, дискуссия, метод примера.
- наглядные методы: просмотр фотографий, видеофильмов, схем, плакатов.
- практические методы: соревнования, познавательные и ролевые игры.

#### **Методы стимулирования и мотивации:**

- формирование опыта эмоционально-ценностных отношений у обучающихся;
- интереса к деятельности и позитивному поведению (соревнования, познавательные и ролевые игры);
- долга и ответственности (учить проявлять упорство и настойчивость).

Образовательные результаты изучения данного курса выделены в рамках следующих **форм контроля:**

- текущий контроль (беседы с учащимися по изученным темам);
- тематический контроль (выполнение тестовых заданий);

Каждое занятие предполагает организацию игровой, познавательной, физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся.

Итогом работы по данному курсу является самостоятельное написание индивидуального исследовательского проекта.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание программы внеурочной деятельности «Пять олимпийских колец» обеспечивает достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **Личностные результаты:**

- воспитание патриотизма, уважение к Отечеству, осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию на основе формирования уважительного отношения к труду;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- формирование осознанного, уважительного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- освоение социальных норм, правил поведения, участие в школьном самоуправлении и общественной жизни;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, научно-исследовательской и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни
- формирование основ экологической культуры;
- развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия России и мира.

### **Метапредметные результаты:**

#### ***регулятивные:***

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль и корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

#### ***познавательные:***

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения;
- знание основных направлений развития физической культуры, их целей, задач и форм организации;

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, строить логическое рассуждение, умозаключение;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- владение умением осуществлять поиск информации, смысловое чтение;

**коммуникативные:**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих мыслей, чувств и потребностей;
- владение устной и письменной речью: владение культурой речи, умение вести диалог, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения.

**Предметные результаты:**

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения;
- освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности, формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных качеств;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности.

По окончании занятий внеурочной деятельности обучающиеся **овладеют** определёнными знаниями, умениями и навыками в вопросах физкультурно-оздоровительной деятельности, которые смогут применить в социальной практике, в межличностной коммуникации, в быту и обществе.

**Обучающиеся узнают:**

- основные этапы истории олимпийского движения;

- основные виды спорта летних и зимних олимпиад;
- основные социальные функции физкультуры и спорта;
- олимпийскую символику;
- сущность и специфические особенности различных видов спорта;
- основные принципы сохранения здоровья и здорового образа жизни;
- способы передвижения и преодоления естественных и искусственных препятствий в пешеходных и лыжных путешествиях;
- способы ведения ЗОЖ.

Обучающиеся будут **уметь**:

- общаться с людьми;
- систематизировать и обобщать собранный исторический материал, по истории олимпийского движения, оформлять его и хранить;
- вести элементарную поисково-исследовательскую работу по алгоритмам;
- выступать с докладами;
- работать с научно-популярной литературой;
- осуществлять фотосъёмку;
- соблюдать правила личной гигиены.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

35 часов

### Раздел 1. Как рождался всемирный праздник (5 часов)

Легенды и достоверные сведения об Олимпийских играх Древней Греции. Программа соревнований древних олимпийских игр. Олимпийских – чемпионы древних Олимпийских игр. Система подготовки древних спортсменов. Сведения об Олимпийских играх в сочинениях Платона, Геродота, Аристотеля. Пифагора, Лукиана. Запрет Олимпийских игр древности.

### Раздел 2. Олимпийское движение: принципы, традиции и правила (8 часов)

Пьер де Кубертен и его вклад в развитие международного олимпийского движения. Первые современные игры в Афинах. Д. Конноли - первый олимпийский чемпион современности.

Олимпийская хартия. Основные понятия и пункты. Олимпийская идея в знаках, символах. Олимпийская эмблема, огонь, флаг. Клятвы спортсменов и судей. Талисман Олимпийских игр. Олимпийские награды.

### Раздел 3. Олимпийские игры современности (14 часов)

Первое участие спортсменов СССР в летних Олимпийских играх в 1952 г. Первые олимпийские чемпионы. Участие спортсменов в олимпиадах 1956 – 1992 гг. Олимпийские игры в Москве. Участие Российских спортсменов в Олимпийских играх 1996 – 2020 гг. Олимпиада в Сочи. Выдающиеся спортсмены – участники Олимпийских игр. Чемпионы Олимпийских игр. Знакомство с видами спорта, которые входят в программу Олимпийских игр.

Летние виды спорта: легкая атлетика, триатлон, баскетбол, волейбол, бадминтон, футбол, настольный теннис, гимнастика, велосипедный спорт. Зимние виды спорта: лыжные гонки, биатлон, конькобежный спорт, хоккей, гонки на санях.

### Раздел 4. Подлинно всемирное движение (8 часов)

МОК. Функции, обязанности и структура. Официальные языки МОК. Президенты МОК. Российские представители в МОК. Национальные олимпийские комитеты. Олимпийские комитеты в нашей стране. Всероссийский олимпийский комитет. 1991 год - приобретение полной самостоятельности МОК.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

Название раздела/темы	Количество часов на раздел/тему	В том числе		
		Практические работы	Контрольные работы	Лабораторные работы
Раздел 1. Как рождался всемирный праздник	5			
Раздел 2. Олимпийское движение: принципы, традиции и правила	8			
Раздел 3. Олимпийские игры современности	14			
Раздел 4. Подлинно всемирное движение	8			
<b>Итого</b>	<b>35 часов</b>			

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«АЙСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»  
(МБОУ «Айская СОШ»)

Адрес 659635 Россия, Алтайский край, Алтайский район, с. Ая, ул. Школьная, 11  
Адрес электронной почты: aja\_70@mail.ru.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УР

 /Д.Н.Овечкина/

«29» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

 /С.В.Ольгезер/

Приказ № 210 от «29» августа 2022 г.



**Календарно-тематическое планирование  
курса внеурочной деятельности  
«Пять олимпийских колец»  
6а класс**

**Срок реализации программы:** 2022-2023 учебный год

**Составил:** Засухин Анатолий Иванович, учитель физической культуры и ОБЖ высшей квалификационной категории

с. Ая  
2022 г.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата проведения	
			План	Факт
<b>Раздел 1. Как рождался всемирный праздник (5 часов)</b>				
1	История возникновения Олимпийских игр. Основные традиции.	1		
2	Олимпийские игры Древней Греции.	1		
3	Олимпиадики – чемпионы древних олимпийских игр.	1		
4	Система подготовки древних спортсменов.	1		
5	Запрет Олимпийских игр древности.	1		
<b>Раздел 2. Олимпийское движение: принципы, традиции и правила (8 часов)</b>				
6	Возрождение Олимпийских игр. Пьер де Кубертен.	1		
7	Символика Олимпийских игр.	1		
8	Талисманы Олимпийских игр.	1		
9	Медали и награды Олимпийских игр.	1		
10	Как проводятся Олимпийские игры.	1		
11	Жизнь и отдых олимпийцев.	1		
12	Церемония открытия и закрытия олимпийских игр.	1		

13	Олимпийское перемирие – традиция древняя и новая.	1		
<b>Раздел 3. Олимпийские игры современности (14 часов)</b>				
14	Россия олимпийская.	1		
15	Первое участие спортсменов СССР в летних и зимних Олимпийских играх.	1		
16	Участие спортсменов СССР в Олимпиадах.	1		
17	Олимпийские игры в Москве (1980 год).	1		
18-19	Виды спорта летних Олимпийских игр.	2		
20	Игры столетия.	1		
21	Последние игры XX столетия.	1		
22	Олимпийский Сочи: одна страна – одна команда (2014 год).	1		
23-24	Виды спорта зимних Олимпийских игр.	2		
25-26	Выдающиеся спортсмены - участники Олимпийских игр.	2		
27	Паралимпийский спорт (игры для спортсменов-инвалидов).	1		
<b>Раздел 4. Подлинно всемирное движение (8 часов)</b>				
28	Как построено олимпийское задание.	1		
29	МОК и его значение для олимпийского движения в мире.	1		
30	Девять президентов МОК.	1		
31	Международные и национальные федерации.	1		

32	Спорт, каким он нужен миру.	1		
33	Спорт миллионов.	1		
34	Фэйр Плэйр – кодекс спортивной чести.	1		
35	Заключительное занятие: олимпизм, культура, искусство.	1		
<b>Итого 35 часов</b>				

### **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Твой олимпийский учебник: учеб. пособие для олимпийского образования/В.С.Родиченко и др.: Олимпийский комитет России. – М.: Советский спорт, 2014.
2. Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам. Методическое пособие/авт.сост. П.А.Киселёв, С.Б.Киселёва. – М.: Глобус, 2009.
3. Лях В.И. Физическая культура. 8-9 классы: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень/В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2018.