

Приложение № 42 к ООП ООО

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 13



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«В мире спорта»**

6 класс

Направление: спортивно-оздоровительное
Срок реализации 1 год

г. Серов
2020 г.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- умение характеризовать Олимпийские игры как яркое культурное событие древнего мира;
- умение рассказывать о видах спорта, входящих в программу соревнований Олимпийских игр древности;
- характеризовать понятие «физическое развитие», приводить примеры изменения его показателей;
- знакомство с правилами спортивных игр, применение их на практике;
- изучение истории футбола, волейбола и баскетбола, знакомство с именами выдающихся отечественных спортсменов в данных видах спорта.

По окончании курса обучающийся научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта.

Содержание курса внеурочной деятельности

Физическая культура и спорт. История олимпийского движения, достижения российских спортсменов (теория в процессе занятий).

Гигиена, предупреждение травм. Личная гигиена. Двигательный режим подростков. Оздоровительное и закаляющее влияние естественных факторов природы (солнце, воздух и вода) и физических упражнений (теория в процессе занятий).

Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по гимнастике, легкой атлетике, спортивным играм (теория в процессе занятий).

Футбол. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика игры вратаря. Судейство. Учебная игра 3 на 3.

Волейбол. Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая. Подача сверху. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи. Командные действия. Прием подач. Судейство. Учебная игра.

Баскетбол. Основы техники и тактики. Техника передвижения Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника нападения. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока и с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Судейство. Учебная игра.

Итоговые занятия. Соревнования.

Форма организации: спортивные игры, соревнования, беседы.

Виды деятельности: игровая деятельность, познавательная деятельность.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол- во часов
Футбол		
1	Инструктаж по т/б на занятиях игровыми видами спорта № 44. Техника передвижения.	1
2	Удары по мячу головой, ногой.	1
3	Остановка мяча. Ведение мяча.	1

4	Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1
5	Техника игры вратаря.	1
6	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	1
7	Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
8	Тактика защиты.	1
9	Индивидуальные действия. Групповые действия.	1
10	Тактика игры вратаря.	1
11	Учебная игра 3 на 3. Судейство.	1
12	Учебная игра 3 на 3.	1
Волейбол		
13	Инструктаж по т/б на занятиях игровыми видами спорта № 44. Техника нападения. Действия без мяча.	1
14	Перемещения и стойки.	1
15	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность.	1
16	Передача на точность. Встречная передача.	1
17	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая. подача сверху.	1
18	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками.	1
19	Техника защиты. Блокирование.	1
20	Групповые действия игроков.	1
21	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
22	Командные действия. Прием подач.	1
23	Учебная игра. Судейство.	1
Баскетбол		
24	Инструктаж по т/б на занятиях игровыми видами спорта № 44. Основы техники и тактики. Техника передвижения.	1
25	Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	
26	Техника нападения.	1
27	Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока.	1
28	Ловля мяча одной рукой на уровне груди.	1
29	Броски мяча двумя руками с места. Судейство.	1
30	Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии.	1
31	Ведение мяча с изменением высоты отскока и с изменением скорости.	1
32	Обманные движения Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра.	1
Итоговые занятия		
33	Инструктаж по т/б при проведении спортивных соревнований № 23. Соревнования по изученным видам спорта.	1
34	Соревнования по изученным видам спорта.	1