

Приложение к ООП ООО

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Кармалинская СОШ» НМР
РТ



Р.Р. Гиляев

« 29 » августа 20 23 г.

Рабочая программа

по курсу внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления
«Мир спорта»

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «**Мир спорта**» предназначена для учащихся 5 – 9 классов.

Программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования; программа определяет цели, планируемые результаты, содержание и организацию процесса формирования универсальных учебных действий через проектную деятельность и практические занятия.

Программа внеурочной деятельности по физической культуре «Мир спорта» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта. Программа рассчитана на пять лет (170 часов) и предназначена для учащихся 5-9 классов общеобразовательной школы.

Главная цель изучения курса - формирование всесторонне образованной личности, умеющей ставить цели, организовывать свою деятельность, оценивать результаты своего труда, применять полученные знания в жизни.

Предполагаемая методика изучения и структура программы позволяют наиболее эффективно организовать учебный процесс. В процессе занятий вводятся новые методы решения, но вместе с тем повторяются, углубляются и закрепляются знания, полученные ранее, развиваются умения применять эти знания на практике в процессе самостоятельной работы.

Программа позволяет учащимся осуществлять различные виды деятельности, оценивать свои потребности и возможности.

Программа содержит все необходимые разделы и соответствует современным требованиям, предъявляемым к программам внеурочной деятельности. Может быть рекомендована как рабочая программа для внеурочной деятельности для учащихся 5-9 классов, обучающихся в режиме ФГОС.

Внеурочная познавательная деятельность школьников является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Изучение физической культуры как возможность познавать, изучать и применять знания в конкретной жизненной ситуации.

Изучение данной программы позволит учащимся лучше ориентироваться в различных ситуациях. Данный курс рассчитан на освоение некоторых тем по физической культуре на повышенном уровне, причем содержание задач носит практический характер и связан с применением физической культуры в различных сферах нашей жизни.

Цель курса:

- формирование всесторонне образованной и инициативной личности;
- обучение деятельности — умение ставить цели, организовать свою деятельность, оценить результаты своего труда;

- формирование личностных качеств: воли, чувств, эмоций, творческих способностей, познавательных мотивов деятельности;
- обогащение регуляторного и коммуникативного опыта: рефлексии собственных действий, самоконтроля результатов своего труда.

Задачи:

- создание условий для реализации физических и коммуникативных способностей подростков в совместной деятельности со сверстниками и взрослыми;
- формирование у подростков навыков применения полученных знаний для решения различных жизненных задач;
- расширение представления подростков о школе, как о месте реализации собственных замыслов и проектов;

II. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

При освоении данной программы обучающийся научится:

Личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

Метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);

Регулятивные УУД:

Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно. Проговаривать последовательность действий. Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала. Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов) **Познавательные УУД:**

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии. Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды. Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других. Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им. Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

III. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

5-9 класс (34 часа)

№ п/п	Наименование раздела	Содержание
1	Гимнастика с элементами акробатики.	Классификация видов гимнастики. Виды кувырка вперёд. Виды кувырка назад и перекатов. Виды стоек и равновесий. Равновесия в седах и упорах. Прыжки с изменением положения ног, прыжки с поворотами. Перевороты. Гимнастический батл.
2	Баскетбол.	Оранжевое погружение. Дриблинг. Бросок мяча «Крюком» одной рукой с левой. (правой) стороны от щита. Знатоки баскетбола. Обманные движения игрока, владеющего и не владеющего мячом (финт). Полоса препятствий с элементами баскетбол.
3	Футбол.	Футбольное погружение. Удары по воротам верхом и низом с разных дистанций. Футбол – игра всех времён и народов. Обманные действия игрока в футболе (финт). Дриблинг с мячом. Основы Футбола (Выполнение практического испытания).
4	Флорбол.	Ведение с изменением направления движения. Удары по воротам верхом и низом с разных дистанций. Кистевой бросок. Игровая полоса с элементами флорбола.

5	Прикладная полоса препятствий.	Полоса препятствий с элементами гимнастики. Прикладная полоса препятствий с бегом, прыжками, метанием. Полоса препятствий с элементами лёгкой атлетики. Полоса препятствий с элементами баскетбола и футбола. Полоса препятствий с элементами флорбола, баскетбола и футбола
6	Основы теоретических знаний в области физической культуры и спорта.	Физическая культура в понятиях и определениях. Физическая нагрузка, утомление, восстановление, отдых. Спорт и основы спортивной тренировки. Телосложение и его формирование. Всемирные юношеские игры. Универсиады. Спартакиады. Олимпиады школьников. Герои спорта.

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Вид деятельности	Форма организации
<i>Гимнастика с элементами акробатики (8ч)</i>				
1	Классификация видов гимнастики.	1	беседа	беседа
2	Виды кувырка вперёд	1	практика	гимнастика
3	Виды кувырка назад и перекатов	1	практика	гимнастика
4	Виды стоек и равновесий	1	практика	практика
5	Равновесия в седах и упорах	1	теория/практика	теория/практика
6	Прыжки с изменением положения ног, прыжки с поворотами	1	теория/практика	теория/практика
7	Перевороты	1	теория/практика	акробатика

8	Гимнастический батл	1	теория/практика	теория/практика
Баскетбол (6ч)				
9	Оранжевое погружение	1	беседа	беседа
10	Дриблинг	1	практика	эстафета
11	Бросок мяча «Крюком» одной рукой с левой. (правой) стороны от щита	1	теория/практика	игра
12	Знатоки баскетбола	1	конкурс/эстафета	конкурс/эстафета
13	Обманные движения игрока, владеющего и не владеющего мячом (финт)	1	теория/практика	Работа в двойках
14	Полоса препятствий с элементами баскетбола	1	практика	эстафета
Футбол (6ч)				
15	Футбольное погружение.	1	беседа	беседа
16	Удары по воротам верхом и низом с разных дистанций.	1	теория/практика	эстафета
17	Футбол – игра всех времён и народов.	1	беседа	беседа
18	Обманные действия игрока в футболе (финт).	1	теория/практика	Работа в двойках

19	Дриблинг с мячом.	1	теория/практика	эстафета
20	Основы Футбола (Выполнение практического испытания).	1	практика	Учебная игра
Флорбол (4ч)				

21	Ведение с изменением направления движения	1	теория/практика	эстафета
22	Удары по воротам верхом и низом с разных дистанций	1	теория/практика	эстафета
23	Кистевой бросок	1	теория/практика	эстафета
24	Игровая полоса с элементами флорбола	1	теория/практика	эстафета
Прикладная полоса препятствий (5ч)				
25	Полоса препятствий с элементами гимнастики.	1	теория/практика	Преодоление полосы препятствий
26	Прикладная полоса препятствий с бегом, прыжками, метанием.	1	теория/практика	Преодоление полосы препятствий
27	Полоса препятствий с элементами лёгкой атлетики.	1	теория/практика	Преодоление полосы препятствий
28	Полоса препятствий с элементами баскетбола и футбола.	1	теория/практика	Преодоление полосы препятствий
29	Полоса препятствий с элементами флорбола. баскетбола и футбола.	1	теория/практика	Преодоление полосы препятствий
Основы теоретических знаний в области физической культуры и спорта (6ч)				
30	Физическая культура в понятиях и определениях	1	теория	викторина
31	Физическая нагрузка, утомление, восстановление, отдых.	1	теория	беседа
32	Спорт и основы спортивной тренировки.	1	теория	беседа

33	Телосложение и его формирование.	1	теория	беседа
34	Всемирные юношеские игры. Универсиады. Спартакиады. Олимпиады школьников.	1	теория	беседа
	ИТОГО	34 часа		

V. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы курса внеурочной деятельности

Для проведения процедуры *промежуточной аттестации и текущего контроля* используются следующие формы отслеживания результатов:

- *олимпиады;*
- *турниры;*
- *соревнования;*
- *«Веселые старты»;* • *марафоны.*

Система оценивания (уровневая):

Критерии	Уровни сформированности УУД	
	<i>Базовый (1 балл за каждый критерий)</i>	<i>Повышенный (2 балла за каждый критерий)</i>

<p>Самостоятельное приобретение знаний и решение проблем (выполнение заданий)</p>	<p>Работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно, с опорой на помощь педагога ставить проблему и находить пути её решения. Продемонстрирована способность приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более глубокого понимания изученного; названы причины, по которым учащийся приступил к тому или иному виду деятельности.</p>	<p>Работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно ставить проблему и находить пути её решения. Продемонстрировано свободное владение логическими операциями, навыками критического мышления, умение самостоятельно мыслить. Ученик самостоятельно формулирует противоречие между реальной и идеальной ситуацией, обращая его в проблему с помощью педагога.</p>
<p>Сформированность предметных знаний и способов действий</p>	<p>Продемонстрировано понимание содержания выполненной работы. В работе и в ответах на вопросы по содержанию работы отсутствуют грубые ошибки.</p>	<p>Продемонстрировано свободное владение тем или иным видом деятельности; умение запросить недостающую информацию у эксперта (педагога, консультанта, специалиста). Показаны знания из других предметных областей. Ошибки отсутствуют.</p>
<p>Сформированность регулятивных УУД</p>	<p>Продемонстрированы навыки определения темы и планирования работы. Работа доведена до конца и представлена комиссии, некоторые этапы выполнялись под контролем и при поддержке руководителя. Проявляются отдельные элементы самооценки и самоконтроля учащегося.</p>	<p>Продемонстрированы навыки определения цели публичного выступления, определены этапы планирования работы. Контроль и коррекция осуществлялись самостоятельно.</p>

<p>Сформированность коммуникативных УУД</p>	<p>Продемонстрированы навыки владения способами оформления представленной работы в различных формах (текст, графики, схемы, таблицы и т. п.). Продемонстрированы навыки монологической речи, оформления пояснительной записки, а также подготовки презентации. Ученик делает публичный доклад о цели, ходе, содержании работы или ее результатах; отвечает на вопросы, направленные на понимание темы работы.</p>	<p>Тема ясно определена и пояснена; текст/сообщение хорошо структурированы; все мысли выражены ясно, логично, последовательно; работа/сообщение вызывает интерес; продемонстрированы умения использовать различные средства наглядности при выступлении; вести дискуссию; отстаивать свою точку зрения; автор свободно отвечает на вопросы.</p>
---	---	---