


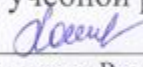
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Министерство образования и науки Республики Татарстан
МКУ «Исполнительный комитет Высокогорского муниципального района
Республики Татарстан
МБОУ "Казакларская ООШ"

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМО
учителей физической
культуры и ОБЖ


Руководитель ШМО


Исхаков Зуфар Равильевич
Протокол №1
от «28» «августа» 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по учебной работе


Халикова Резеда Радиковна
«28» «августа» 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы


Исхаков Госман Равилевич
Приказ №81
от «28» «августа» 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса «Спортивная мозаика»
для обучающихся 6 классов

село Казаклар 2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивная мозаика» способствует формированию следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические;
- ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- планирование общей цели и пути её достижения;
- распределение функций и ролей в совместной деятельности;
- конструктивное разрешение конфликтов;
- осуществление взаимного контроля;
- оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;
- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его

оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

2. Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр устанавливать причинно-следственные связи.

3. Коммуникативные УУД:

- взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им;
- учиться выполнять различные роли в группе.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности является:

- физическая подготовленность и степень совершенства двигательных умений, высокий уровень развития жизненных сил, нравственное, эстетическое, интеллектуальное развитие;
- двигательная подготовленность как важный компонент здоровья учащихся;
- развитие физических способностей;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- развитие психических и нравственных качеств;
- повышение социальной и трудовой активности;
- планирование занятия физическими упражнениями в режиме дня;
- организация отдыха и досуга с использованием средств физической активности;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Предметные результаты:

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Спортивная мозаика» обучающиеся **должны знать**:

- основы истории развития подвижных игр в России;
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств;
- возможности формирования индивидуальных черт свойств личности посредством регулярных занятий;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепления здоровья и повышение физической подготовленности;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

Рабочая программа по внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительного направления составлена на основе:

1. «Закона об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ
2. «Федерального образовательного стандарта основного общего образования» (утвержден приказом Минобрнауки России от 06.10.2009г. № 373) с изменениями, внесенными приказом Минобрнауки от 31.12.2015г. № 1577.

2. Тематический план программы

№	Название темы	Количество часов
	Легкая атлетика	
1	Вводный инструктаж. Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением	1
2	Низкий старт до 10–15 м, бег с ускорением 50–60 м, развитие скоростных возможностей	1
3	Техника метания малого мяча на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	1
4	Бег на средние дистанции. Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости	1
	Гимнастика	
5	Инструктаж по технике безопасности на занятиях гимнастикой. Акробатика. Строевой шаг. Кувырок вперед.	1
6	Лазание по канату в 2-3 приема. Развитие координационных	1

	способностей	
7	Акробатика. Общеразвивающие упражнения с гимнастическими обручами, скамейками, мячами. Спортивные игры. Развитие координационных способностей	1
8	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1
9	Игры с лазанием и перелезанием	1
10	Игры для развития внимания	1
	Спортивные игры. Волейбол	
11	Инструктаж по технике безопасности на занятиях волейболом. История возникновения волейбола	1
12	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1
13	Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите	1
14	Прием мяча. Прием подачи	1
15	Закрепление техники приема мяча с подачи	1
16	Практическое занятие по волейболу	1
	Лыжная подготовка	
17	ТБ на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, требования к одежде на занятиях лыжной подготовки. Попеременный и одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 1 км	1
18	Бесшажный ход. Прохождение дистанции 1 км. Подготовка к сдаче нормативов ГТО	1
19	Коньковый ход. Прохождение дистанции 2 км	1
20	Техника спусков и подъемов	1
21	Непрерывное передвижение	1
22	Игр на лыжах	1
	Баскетбол	
23	Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом. История возникновения баскетбола. Стойки и перемещения	1
24	Правила игры. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед	1
25	Остановка мяча двумя ногами и прыжком	1
26	Передачи мяча. Ловля мяча	1
27	Ведение мяча. Бросок в кольцо	1
28	Игра в защите. Игра в нападении	1
29	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок	
	Мини –футбол	
30	ТБ на занятиях мини-футболом. Передвижение игрока. Удары по мячу	
31	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения. Игра в мини-футбол	
	Легкая атлетика	
32	Бег на короткую дистанцию	
33	Прыжок в длину «Согнув ноги»	

34	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов	
----	-------------------------------------	--