МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЯТЬКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1 ДЯТЬКОВСКОГО РАЙОНА БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

Аннотация к рабочей программе
учебного курса внеурочной деятельности «ШСК «ТЕМП»

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «ШСК «ТЕМП» разработана в соответствии с пунктом 31.1 ФГОС ООО и реализуется 1 год в 5 классе.

Рабочая программа разработана учителем в соответствии с положением о рабочих программах и определяет организацию образовательной деятельности учителя в школе по определенному курсу внеурочной деятельности.

Одним из основных направлений нашего государства и современного образования становится укрепление здоровья нации и особенно подрастающего поколения. И основным фактором, формирующим здоровье учащегося, является его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья. Здоровье, в свою очередь, является основным фактором, определяющим эффективность обучения. Нарушение здоровья приводит к трудностям в обучении. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Направленность программы. Программа «ШСК «ТЕМП» основывается на принципах природосообразности, культуросообразности, коллективности, патриотической направленности, проектности, поддержки самоопределения воспитанника.

Необходимо, чтобы физкультурно-спортивная деятельность помогала растущему человеку ориентироваться в тех изменениях, которые постоянно происходят в нем самом, в сфере спорта, культуры здоровья, в окружающем его мире.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей*;* предметные – через формирование основных элементов научного знания, *а* метапредметные результаты – через универсальные учебные действия

Содержание рабочей программы предусматривает следующие направления: «Пионербол», «Волейбол», «Баскетбол»

Рабочая программа обсуждена и принята решением педагогического совета и согласована заместителем директора по воспитательной работе
Дата: 29.08.2023

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЯТЬКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1 ДЯТЬКОВСКОГО РАЙОНА БРЯНСКОЙ ОБЛАСТИ

Выписка
из основной образовательной программы основного общего образования

РАССМОТРЕНО
решением педагогического совета
протокол от 30.08.2023 г. №1

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
_____Л.А. Базылова
29.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Курса внеурочной деятельности «ШСК «ТЕМП»
для основного общего образования

Срок освоения программы: 1год (5 класс)

Составитель: Косенко Никита Львович,
учитель физической культуры

Выписка верна *30.08.2023 г.*
Директор Г. И. Тищенко

Директор Тищенко Герман Иванович

Подписано цифровой подписью: Директор Тищенко Герман Иванович
Дата: 2023.08.30 14:43:09 +03'00'

2023 г.

5 класс

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; предметные – через формирование основных элементов научного знания, а метапредметные результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;

- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;

- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;

- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Содержание курса внеурочной деятельности

Пионербол – 8 часа.

Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах.

Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Встречная передача.

Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же – в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега

Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.

Контрольные игры и соревнования.

Волейбол – 12 часов.

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.

Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.

Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.

Контрольные игры и соревнования.

4. **Баскетбол- 14 часов.**

Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Техника ловли и передачи мяча.

Техника ведения мяча.

Техника бросков мяча: броски одной и двумя руками с места и в движении.

Индивидуальная техника защиты: вырывание и выбивание мяча.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п\п	Наименование разделов, тем урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			По плану	факт
1	2	3	4	
	Пионербол	8 ч		
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях пионерболом. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи и ловли мяча снизу – сверху в парах.	1		
2.	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи и ловли мяча снизу – сверху в парах.	1		
3.	Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же – в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега	1		
4.	Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, то же – в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега	1		
5.	Прямой нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега двумя руками из-за головы (бросок). Учебная игра	1		
6.	Прямой нападающий удар через сетку с 2-3 шагов разбега двумя руками из-за головы (бросок). Учебная игра	1		
7.	Подача броском одной рукой (сверху или снизу). Учебная игра	1		
8.	Подача броском одной рукой (сверху или снизу). Учебная игра	1		
	Волейбол	12ч		
9.	Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. Правила игры. Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах, то же после перемещения.	1		
10.	Стойки с перемещениями и исходными положениями, техника передачи мяча снизу – сверху в парах, то же после перемещения.	1		
11.	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, на точность после перемещения.эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)	1		
12.	Верхняя и нижняя передача мяча в парах, на точность после перемещения.эстафета с элементами волейбола (верхней и нижней передачами мяча)	1		
13.	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам	1		
14.	Нижняя прямая подача, передача мяча в зонах 6.3,4 и 6.3,2. Учебная игра по упрощенным правилам	1		
15.	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1		

16.	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Учебная игра с заданием	1		
17.	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола	1		
18.	Передача мяча сверху и снизу в сочетании с перемещениями, прием мяча снизу, техника прямой нижней подачи. Пионербол с элементами волейбола	1		
19.	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, эстафеты с элементами волейбола. Пионербол с элементами волейбола	1		
20.	Групповые упражнения в приеме мяча снизу от нижней подачи, эстафеты с элементами волейбола. Пионербол с элементами волейбола	1		
	Баскетбол	14ч		
21.	Инструктаж по ТБ на занятиях баскетболом. Правила игры. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1		
22.	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1		
23.	Ведение мяча змейкой, с изменением направления. передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	1		
24.	Ведение мяча змейкой, с изменением направления. передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Игра в мини-баскетбол.	1		
25.	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1		
26.	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1		
27.	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1		
28.	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча. Поднимание туловища.	1		
29.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол.	1		
30.	Техника передвижения и остановки прыжком. Бросок в кольцо. Эстафеты с баскетбольными мячами. Вырывание и выбивание мяча. Игра в мини- баскетбол	1		
31.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1		
32.	Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2	1		
33.	Штрафные броски. Совершенствовать передачи мяча .Игра в мини-баскетбол 3*3	1		
34.	Штрафные броски. Совершенствовать передачи мяча .Игра в мини-баскетбол 3*3	1		