МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Матвеево-Курганский район
МБОУ АлексеевскаяСОШ имени летчика-истребителя П.Е. Королева

РАССМОТРЕНО на заседании методического совета Протокол №1 от 29.08.2023	СОГЛАСОВАНО И.о.заместителя директора по воспитательной работе Олиной К. Н. от 30.08.2023	УТВЕРЖДЕНО директор школы Т.В. Сидоров К.С. Приказ № 149 от «31» 08 2023 г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности
в 7 классе
(спортивно – оздоровительное направление)
Объединение
«Будь здоров!»
срок реализации 1 год

Тороп Олег Вячеславович
педагог дополнительного образования

С. Алексеевка
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА

Программаопираетсянанормативныеправовыеиметодическиедокументы:

Федеральныйзаконот29.12.2012№273 «ОбобразованиивРоссийскойФедерации».Концепция федеральной целевой программы развития образования на 2016–2020 годы,утв.постановлениемПравительстваРФот 29.12.2014 №2765-р.Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утв.РаспоряжениемПравительстваРФот 29.05.2015 №996-р.Федеральныйгосударственныйобразовательныйстандартосновногообщегообразования,утв.ПриказомМинобрнаукиРоссии от17.12.2010 №1897.Порядокорганизацииосуществленияобразовательнойдеятельностипоосновнымобщеобразовательным программам – образовательным программам начального общего,основного общего и среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от30.08.2013 №1015.Изменения №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования кусловиям иорганизациобучения,содержанияв общеобразовательныхорганизациях»,утв.постановлениемГлавногогосударственногосанитарноговрачаРФот24.11.2015№81.Методическиерекомендациипоуточнениюпонятияисодержаниявнеурочнойдеятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числевчастипроектнойдеятельности,направленныеписьмомМинобрнаукиРоссииот18.08.2017№09-1672.АвторскойпрограммыВ.И.Лях«Физическаякультура».

Программа «Спортивные, подвижные игры» для 7 класса направлена надостижение

планируемых результатов,реализацию программы формированияуниверсальныхучебныхдействий.

Направлениеданногокурсавнеурочнойдеятельности –**спортивно-оздоровительное**

Цельпрограммы:

Развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств,формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья через занятияспортивнымии подвижныеигры.

Задачипрограммы:

Образовательные:

- обучатьправиламигрывфутбол,баскетбол,волейболнастольныйтеннис,
  обучать основнымтехническимприемамспортивныхигр.

Развивающие:

- развиватьскоростнуювыносливость,гибкость,
- развиватьбыстротуреакции,
- совершенствовать координациюибыстротудвижений,
- развивать оперативное мышление, умение концентрировать и переключатьвнимание.

Воспитательные:

- воспитыватьспортивнуюдисциплину,
- воспитыватьчувствотовариществаивзаимовыручки.

оздоровительная направленность, обеспечивающая наряду с укреплением здоровьяактивныйотдых,восстановлениеилиподдержаниенаоптимальномуровнеумственнойработоспособности;

повышение двигательной подготовленности учащихся, отвечающей требованиямучебнойпрограммы.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Спортивные,подвижныеигры» дляобучающихся7класса

Врезультатеизучениякурса«Спортивные,подвижныеигры»обучающиесябудутзнатьиуметь:

Пообразовательномукомпонентупрограммы:

- знать,чтосистематическиезанятияфизическимиупражнениямиукрепляютздоровье;
- иметьзнанияиумениявобластиразделафизическойкультурыиспорта–спортивныеигры
- правилафутбола,баскетбола,волейбола,настольноготенниса.

Поразвивающемукомпонентупрограммы:

- уметьвыполнятьосновныетехническиеприемыфутбола,баскетбола,волейбола,настольно готенниса
- **Повоспитательномукомпонентупрограммы:**
- иметьвоспитаниечувствоколлективизма,взаимопомощиивзаимовыручки;
- иметьличнуюдисциплинированность;
- уметьпропагандироватьздоровыйобразжизни,
- участвоватьвспортивно-массовыхмероприятияхифизкультурно-оздоровительныхпраздниках.

Универсальнымикомпетенциямиучащихсяпокурсуявляются:

- умениярганизовыватьсобственнуюдеятельность,выбиратьииспользоватьсредствадляд остижения еѐцели;
- умениякативновключатьсявколлективнуюдеятельность,взаимодействоватьсосверстник амивдостижении общихцелей;
- умениядоноситьинформациювдоступной,эмоционально-яркойформевпроцессеобщенияи взаимодействиясо сверстниками ивзрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания курса являютсяследующиеумения:

- активновключатьсявобщениеивзаимодействиесосверстникаминапринципахуваженияи доброжелательности,взаимопомощи исопереживания;
- проявлятьположительныекачестволичностииуправлятьсвоимиэмоциямивразличных(не стандартных) ситуацияхиусловиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижениипоставленныхцелей;
- оказыватьбескорыстнуюпомощьсвоимсверстникам,находитьснимиобщийязыкиобщиеи нтересы.

Метапредметнымирезультатамиосвоенияучащимисясодержанияпрограммыпокурсуявляютс яследующиеумения:

- характеризоватьявления(действияипоступки),даватьимобъективнуюоценкунаосновеос военныхзнаний иимеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы ихисправления;
- общатьсяивзаимодействоватьсосверстникаминапринципахвзаимоуваженияивзаимопом ощи,дружбы и толерантности;
- обеспечиватьзащитуисохранностьприродывовремяактивногоотдыхаизанятийфизическ ойкультурой;

- организовыватьсамостоятельнуюдеятельностьсучѐтомтребованийеѐбезопасности,сохранностиинвентаряи оборудования,организации местазанятий;
- планироватьсобственнуюдеятельность,распределятьнагрузкуиотдыхвпроцессееевыполнения;
- анализироватьиобъективнооцениватьрезультатысобственноготруда,находитьвозможности и способы ихулучшения;
- видетькрасотудвижений,выделятьиобосновыватьэстетическиепризнакивдвиженияхипередвиженияхчеловека;
- оцениватькрасотутелосложенияиосанки,сравниватьихсэталоннымиобразцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранятьхладнокровие,сдержанность, рассудительность;
- техническиправильновыполнятьдвигательныедействияизбазовыхвидовспорта,использовать ихвигровой и соревновательнойдеятельности.

Предметнымирезультатамиосвоенияучащимисясодержанияпрограммыпокурсуявляются следующиеумения:

- представлятьигрыкаксредствоукрепленияздоровья,физическогоразвитияифизическойподготовкичеловека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнениии учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы ихустранения;
- организовыватьипроводитьсосверстникамиподвижныеигрыиэлементысоревнований,осуществлятьихобъективноесудейство;
- бережно обращаться с инвентарѐм и оборудованием, соблюдать требования техникибезопасности к местампроведения;
- организовыватьипроводитьигрысразнойцелевойнаправленностью
- взаимодействоватьсосверстникамипоправилампроведенияподвижныхигрисоревнований;
- вдоступнойформеобъяснятьправила(технику)выполнениядвигательныхдействий,анализироватьи находить ошибки, эффективноихисправлять;
- находитьотличительныеособенностиввыполнениидвигательногодействияразнымиучениками,выделять отличительныепризнакииэлементы;
- выполнятьтехническиедействияизбазовыхвидовспорта,применятьихвигровойисоревновательнойдеятельности;
- применятьжизненно важныедвигательные навыкииумения различнымиспособами,вразличныхизменяющихся, вариативныхусловиях.

2. Содержание тематических линий программы внеурочной деятельности

Вводноезанятие(1ч).

Целиизадачи,планработызанятий,правилатехникибезопасностиназанятиях.

Футбол (9ч)

Стойка игрока, передвижения, ведение мяча с сопротивлением защитника, с изменениемскорости и направления движенияпередачи мяча в движении, удары по мячу,

остановкамяча, удары по воротам, игра вратаря, розыгрыши стандартных положений, подвижныеигры,комбинацииизосвоенныхэлементов,правилаигры,двухсторонняяигра.**Настольныйтеннис(8ч)**

Стойка игрока, передвижения, способы держания ракетки, подготовительные упражнения,имитационныеупражнения,различныеупражнениянаконтролюмяча,подачимяча,приеммяча, правилаигры,двухсторонняя игра(одиночная и парная).

Волейбол(8ч)

Стойка игрока, передвижения, техника передач двумя руками сверху, нижний прием мяча,верхняяпрямаяподача,нападающийудар,правилаигры,двухсторонняяигра

Баскетбол(8ч)

Ведение мяча в движении по прямой и с изменением скорости и направления движения ссопротивлениемсоперника,передачимячапослеведения,техникаброскапокольцуодной рукой, после ведения 2х шагов, подвижные игры,правила игры, тактика игры,двухсторонняяигра

Тематическийплан7класс–33 часа

№	**Раздел(тема,модуль,глава)курса**	**№ занятий(вплане)**	**Кол-вочасов**
1	Вводноезанятие	1	1
2	Футбол	2-5	4
3	Баскетбол	6-13	8
4	Настольныйтеннис	14-15	2
5	Модуль«Культурапитания»	16-21	6
6	Волейбол	22-33	12
Всегопоучебномуплану			**33**

Тематическийплан7класс

№ пп	Темазанятия	Всего Часов	Дата	
			план	факт
1.	Целиизадачи,планработызанятий,правилатехники безопасности назанятиях.	1	4.09	
2.	Ф/б: разминка, стойка игрока, передвижения,различные способы ведения мяча, ,ведение мяча сизменениемнаправленияискоростидвижения, подвижныеигры.	1	11.09	
3.	различныеспособыведениямяча,ведениемячасизменениемнаправленияискоростидвиженияс сопротивлениемсоперника,подвижныеигры.	1	18.09	
4.	Ф/б:разминка, передачимячавдвижении, остановкимяча,эстафетысэлементамифутбола	1	25.09	
5.	Ф/б:разминка,техникаударовпомячу,игра вратаря,двухсторонняяигра	1	2.10	
6.	Б/б ведение мяча в движении по прямой и сизменениемнаправленияискоростидвижения	1	9.10	
7.	Б/бведениемячавдвижениипопрямойис изменениемнаправленияискоростидвиженияссопротивлениемсоперника.	1	16.10	
8.	Б/бтехникаловлииипередачмячавдвижении.	1	23.10	
9.	Б/бпередачимячапослеведенияссопротивлением соперника	1	13.11	
10.	Б/бтехникаброскапокольцуодной рукой,послеведения2хшагов,техникаброскапокольцуот плечасместас сопротивлениемсоперника.	1	20.11	
11.	Подвижныеигрысэлементамиб/б	1	27.11	
12.	Б/бразминка,тактическиедействияигроковв защитеинападении,двухсторонняяигра	1	4.12	
13.	Б/бразминка,тактические действияигроковвзащитеи нападении,двухсторонняяигра	1	11.12	
14.	Стойкаигрока,передвижения,способыдержания ракетки,подвижныеигры	1	18.12	
15.	ОРУ, специальные подготовительныеупражнения,имитационные,различныеупражнениянаконтролюмяча .Игровая практика	1	25.12	
16.	Пища нашихпредков	1	15.01	
17.	Традициипитаниянародовмира	1	22.01	
18.	ПитаниенародовРоссии	1	29.01	
19	Диеты	1	5.02	
20.	Полезныеивредныепродукты.Фастфуд	1	12.02	

21.	Кулинарнаяобработкапищевыхпродуктов	1	19.02	
22.	Волейбол.Стойкаигрока.Перемещениявстойке, передачимячанадсобой.	1	26.02	
23.	Техникавыполнениянижнихпередач	1	4.03	
24.	Передачимячавпарах	1	11.03	
25.	Передачимячавпарах	1	18.03	
26.	Верхняяпрямаподачасрасстояния3-6 мотсетки, нижнийприеммяча.	1	1.04	
27.	Верхняяпрямаподачамяча,нижнийприеммяча.	1	8.04	
28.	Подвижныеигрысэлементамив/б	1	15.04	
29.	В/бучебнаяигра.	1	22.04	
30.	Разминка,техникаударов,поворотовпослеве дениямячассопротивлениемсоперника, техническиедействиявратаря.	1	27.04	
31.	Техникаударовповоротампослепередач партнера,розыгрышистандартныхположений.	1	6.05	
32	Подвижныеигрысэлементамив/б		13.05	
33	Передачимячавпарах		20.05	