**Аннотация к рабочим программам**

**по курсам внеурочной деятельности**

**на 2022 – 2023 учебный год.**

**5-11 класс.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Название курса | **«Спортик»** |
| 2. | Класс | 5 |
| 3. | Количество часов | 70 |
| 4. | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год. |
| 5. | Цель и задачи учебной дисциплины | **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИК» ДЛЯ 5 КЛАССА.**Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях. В рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортик» для 5 класса данные цели конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.Развивающая направленность рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортик» для 5 класса определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.Воспитывающее значение рабочей программы курса внеурочной деятельности «Спортик» для 5 класса заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы |
| 6. | Перечень основных разделов дисциплины | Введение – 2 часа.Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр. Легкая атлетика – 18 часов. В содержание включаются подвижные игры: Линейная и встречная эстафеты, эстафеты с гандикапом, эстафеты в кругу и в парах, «Перестрелка», «Охотники и утки» , «Лапта» , «День и ночь» , «Ловля Цепочкой» , «Третий лишний» , «Мячом в цель» , «Ловля парами» , «Собачки» .Гимнастика с основами акробатики – 16 часов. В содержание включаются подвижные игры: «Воздух , вода , земля», «Пятнашки» , «Перетягивание каната» , «Парная чехарда» , «Колесо» ,«Стой» , .Эстафеты с подлезанием и перелезанием, Полоса препятствийСпортивные игры – 34 часов. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, «Гонка мячей по кругу», «Школа мяча», «Передал вышел», «Салки в парах», «По кругу», «10 передач» , «Живая цель», «Гонка мячей в колоннах» |
| 7. | УМК | **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА** **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019. |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 21.05.2023 г. |
| 1. | Название курса | **«Крепыши»** |
| 2. | Класс | 6 |
| 3. | Количество часов | 68 |
| 4. | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год. |
| 5. | Цель и задачи учебной дисциплины | ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Крепыши» ДЛЯ 6 КЛАССА.Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях. В рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса данные цели конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.Развивающая направленность рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.Воспитывающее значение рабочей программы курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы |
| 6. | Перечень основных разделов дисциплины | ***Раздел 1  Введение  «Вот мы и в школе».(*8 часа*.)***Определение   понятия   «здоровье». Что такое здоровый образ жизни? Факторы, укрепляющие здоровье. Личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.Тема 1.   «Здоровье и здоровый образ жизни» (2 ч.).*Тема 2.* Правила личной гигиены(2ч)*Тема 3.* Физическая активность и здоровье(2 ч*)**Тема 4.* Как познать себя (Текущий контроль знаний – За круглым [столом](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)). (2 ч.).***Раздел 2.   Питание и здоровье (16*** [*часов*](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni)***.)***Основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Знания об основных витаминах в продуктах питании; о необходимости разнообразно питаться; о полезных и не очень полезных для здоровья продуктах, о пользе прогулок после еды, о режиме питания, о режиме употребления жидкости, о целебных источниках и минеральной воде.*Тема 1.* Питание необходимое условие для жизни человека*Тема 2.* Здоровая пища для всей семьи*Тема 3.* Как питались в стародавние времена  и питание нашего времени*Тема 4.* Секреты здорового питания. Рацион питания*Тема 5.* «Богатырская силушка» (Текущий контроль знаний – веселые старты).***Раздел 3. Моё здоровье в моих руках (22 ч.)***Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата, направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни, формирование нравственных представлений и убеждений.*Тема 1.* Домашняя аптечка*Тема 2.* «Мы за здоровый образ жизни»*Тема 3.* Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»*Тема 4.* «Береги зрение смолоду».*Тема 5.* Как избежать искривления позвоночника*Тема 6.* Отдых для здоровья*Тема 7.* Умеем ли мы отвечать за своё здоровье Текущий контроль знаний – викторина.***Раздел 4. Я в школе и дома (12  часов)***Социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена [одежды](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni), правила хорошего тона, направлено на формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к вредным привычкам.*Тема 1.* «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим»*Тема 2.* «Класс не улица ребята! И запомнить это надо!»*Тема 3.* Командная игра*Тема 4.* Что такое дружба? Как дружить в школе?*Тема 5.* Мода и школьные будни*Тема 6.* Делу время, потехе [час](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni). (Текущий контроль знаний -  игра викторина).***Раздел 5. Чтоб забыть про докторов ( 10  часов.)***Обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор "быть здоровым".*Тема 1.* Чтоб болезней не бояться, надо [спортом](http://school53.ivedu.ru/index.php/uchebnyj-protsess/94-vneurochnaya-deyatelnost-2013/386-rabochaya-programma-po-vneuroyanoj-deyatelnosti-na-2013-2014-uchebnyj-god-v-i-stupeni) заниматься*Тема 2.* День здоровья  «За здоровый образ жизни».*Тема 3.* Командная игра*Тема 4.* «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности (Текущий контроль знаний городской конкурс «Разговор о правильном питании»).***Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение (2  часа)***Развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома; моё настроение, ориентировано на формирование  позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию.*Тема 1.* Размышление о жизненном опыте |
| 7. | УМК | **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА** **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019. |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 21.05.2023 г. |
| 1. | Название курса | **«Здоровячок»** |
| 2. | Класс | 7 |
| 3. | Количество часов | 68 |
| 4. | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год. |
| 5. | Цель и задачи учебной дисциплины | **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Здоровячок» для 7 класса.****Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование** **разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях. В рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса данные цели конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.****Развивающая направленность рабочей программе курса внеурочной деятельности «Здоровячок» для 7 класса определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.****Воспитывающее значение рабочей программы курса внеурочной деятельности «Здоровячок» для 7 класса заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.****Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.** **представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).****В целях усиления мотивационной составляющей рабочей программы курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».****Задачи программы направлены на:****- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.** **- Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.** **- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.** **- Формирование волевых качеств, как основы получения образования.** **- Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.****- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.** **- Воспитательный результат достигается по двум уровням взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.** |
| 6. | Перечень основных разделов дисциплины | Введение. Валеология – наука о сохранении и укреплении здоровья. Здоровье духовное, физическое, нравственное, социальное, психическое.-4Физическое здоровье и окружающая среда. (28 ч.)Социальное здоровье и социальная среда. (12ч.)Питание и здоровье человека. (12 ч.)Психическое здоровье человека. (4ч)Я и мое здоровье. (2ч)Заключение. Природа. Человек. Техника. (2 ч). |
| 7. | УМК | **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА** **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019..  |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 20.05.2023 г. |
| 1. | Название курса | «Спортивная карусель». |
| 2. | Класс | 8 |
| 3. | Количество часов | 68 |
| 4. | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год. |
| 5. | Цель и задачи учебной дисциплины | ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Спортивная карусель» для 8 класса.Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях. В рабочей программе курса внеурочной деятельности «Крепыши» для 6 класса данные цели конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.Развивающая направленность рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортивная карусель» для 8 класса определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.Воспитывающее значение рабочей программы курса внеурочной деятельности ««Спортивная карусель» для 8 класса заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.  |
| 6. | Перечень основных разделов дисциплины | Легкая атлетика-11Гимнастика с элементами акробатики-7Волейбол-16Футбол -5Туризм-5Баскетбол-11Легкая атлетика-12 |
| 7. | УМК | **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА** **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019..  |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 19.05.2023 г. |
| 1 | Название курса | «Спортивные игры» |
| 2 | Класс | 9 |
| 3 | Количество часов | 34 |
| 4 | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год. |
| 5 | Цель и задачи учебной дисциплины | Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.Задачи программы направлены на:- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом. - Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности. - Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения. - Формирование волевых качеств, как основы получения образования. - Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни. - Воспитательный результат достигается по двум уровням взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции. |
| 6 | Перечень основных разделов дисциплины | Введение. (1ч.) Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.Спортивные игры. Футбол. Русская лапта. Волейбол. Гандбол. Баскетбол.33 ч.) Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятнай последнего» , «10 передач» , «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов». Основной формой проведения внеурочной деятельности является –групповаяЗанятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания. Виды деятельности: занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов. |
| 7 | УМК |  УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКАФизическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯМетодическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019. |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 24.05.2023 г. |
| 1 | Название курса | «Школа мяча» |
| 2 | Класс | 10 |
| 3 | Количество часов | 68 |
| 4 | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год.. |
| 5 | Цель и задачи учебной дисциплины | Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.Задачи программы направлены на:- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом. - Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности. - Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения. - Формирование волевых качеств, как основы получения образования. - Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни. - Воспитательный результат достигается по двум уровням взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции |
| 6 | Перечень основных разделов дисциплины | ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА Упражнения для формирования осанки. Общеукрепляющие упражнения с предметами и без предметов. Бег с ускорением на 30, 40, 50 метров. Бег с высокого старта на 60 - 100 метров. Бег с преодолением препятствий. Челночный бег 3х10 метров, 6х10 метров, длительный бег 10-12 минут. Опорные прыжки, со скакалкой, в длину с места и с разбега, в высоту с разбега, напрыгивание и прыжки в глубину. Метание малого мяча на дальность и в цель, метание на дальность отскока от стены, щита. Броски набивного мяча 1 кг. Силовые упражнения: лазание, подтягивание сериями, переворот в упор. Упражнения с гантелями. Длинные кувырки через препятствия высотой 60 см.БАСКЕТБОЛ- 20 часов1.Основы знаний. Судейство простейших спортивных соревнований (на примере одного из видов спорта в качестве судьи или помощника судьи). 2. Специальная подготовка. Повороты на месте. Остановка прыжком и в два шага в различных упражнениях и подвижных играх. Ведение мяча с изменением направления, скорости и высоты отскока. Челночное ведение. Передача одной рукой от плеча после ведения при встречном движении. Броски в движении после двух шагов. Технико-тактические действия в нападении (быстрое нападение) и защите (перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину). Игра в баскетбол по правилам.ВОЛЕЙБОЛ- 20 часов1.Основы знаний. Профилактики травматизма и оказания до врачебной помощи. Судейство простейших спортивных соревнований (на примере одного из видов спорта в качестве судьи или помощника судьи).  2.Специальная подготовка. Приём мяча снизу двумя руками. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений. Нижняя и верхняя прямая подача. Нападающий удар. Одиночное блокирование. Технико-тактические командные действия (взаимодействие игроков передней линии в нападении; взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча от нижней подачи; взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении при приеме подачи). Двухсторонняя игра по основным правилам.ЛАПТА- 14 часов1.Основы знаний. Техника двигательных действий (физических упражнений), ее связь с физической подготовленностью и двигательным опытом человека. 2. Специальная подготовка. Имитация в 3-хметровом квадрате по схеме «восьмерка» (2 минуты), имитация ударов слева и справа с отягощением (утяжеленной ракеткой) на количество повторений за 2 минуты, имитация перемещений в 3-х и 6-тиметровой зоне (на количество повторений за 2 минуты). Имитационные удары битой слева и справа на количество повторений за 2 минуты. Прыжки боком на двух ногах через гимнастическую скамейку (на количество повторений за 1 минуту). Эстафетный бег с ведением мяча ударами битой вверх.3. Основы техники и тактики игры. Удар мяча на дальность. Удары битой справа и слева, сверху и снизу. Совершенствование передачи и ловли мяча. Выполнение ударов по различным квадратам. Двухсторонняя игра.НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС- 14 часов1.Основы знаний. Судейство простейших спортивных соревнований (на примере одного из видов спорта в качестве судьи или помощника судьи). 2. Специальная подготовка. Совершенствовать удары срезкой и накатом с контролем траектории полета и сменой направлений. Подача и прием подачи с дальнейшим розыгрышем очка. Удары: накатом по прямой и по диагонали, длинные и короткие срезки в игровых ситуациях, крученые, подрезка, слева и справа топ-спином (высокая, средняя, низкая). Атакующий удар. Комбинация с завершающим ударом при игре накатами и топ-спинами. Тестирование теннисных умений (школа открытых тактических комбинаций). |
| 7 | УМК | **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА** **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019. |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 24.05.2023 г. |
| 1 | Название курса | «Стрелок» |
| 2 | Класс | 11 |
| 3 | Количество часов | 68 |
| 4 | Срок реализации программы. | 2022-2023 учебный год.. |
| 5 | Цель и задачи учебной дисциплины | Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.Задачи программы направлены на:- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом. - Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности. - Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения. - Формирование волевых качеств, как основы получения образования. - Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни. - Воспитательный результат достигается по двум уровням взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции |
| 6 | Перечень основных разделов дисциплины | Тема № 1. Вводное занятие (2 час).Занятие № 1. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. Исто¬рия и виды российского стрелкового оружия.Тема № 2. Меры безопасности при стрельбе (2 часа).Занятие № 1. Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпаса¬ми. Техника безопасности при заряжании, наводке и выстреле.Тема № 3. Теоретические основы стрельбы (4 часа).Занятие № 1. Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Занятие № 2. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убой¬ное действие пули.Занятие № 3. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели.Занятие № 4. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрель¬бе по неподвижным целям.Тема № 4. Материальная часть оружия (12 часов).Занятие № 1-2. Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки.Занятие № 3-4. Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтов¬ки.Занятие № 5-6. Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.Занятие № 7-8. Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их уст¬ранение. Чистка, смазка и хранение винтовки.Занятие № 9-10. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого при¬цела.Занятие № 11-12. Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боепри¬пасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.Тема № 5. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок (17 часов). Занятие № 1. Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.Занятие № 2-6. Заряжание, изготовка к стрельбе из положения сидя за сто¬лом с опорой на локоть. Доклады о получении боеприпасов. Прицели¬вание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы. Занятие № 7-11. Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения стоя без опоры. Доклады.Занятие № 12-17. Изготовка к стрельбе из положения с колена и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады.Тема №6. Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматиче¬ской винтовки (17 часов). Занятие № 1-4. Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние5 метров из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы.Занятие № 5-9 Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры.Занятие № 10-17. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения лёжа с опорой и без опо¬ры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.Тема №7. Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство (7 часа).Занятие № 1-4 Участие в соревнованиях на личное первенство среди воспитанников кружка.Занятие № 5-7. Участие в общешкольных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки. Анализ соревнований. |
| 7 | УМК | **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА** **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**Методическое пособие " К здоровью через движение" предназначено для учителей физической культуры работающих с детьми ОВЗ.Методическое пособие « К здоровью через движение» поможет освоению практических навыков при проведении занятий оздоровительной физкультурой" Матвеев А.П. Физическая культура: Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5 – 9 классы: учеб. пособие для общеобразовательных организаций. – М.: Просвещение, 2019. |
| 8 | Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации. | Текущий контроль проводится на каждом занятии.Промежуточный внутришкольный контроль проводится в конце цепочки уроков, четверти.Промежуточная аттестация в форме тестирования будет проведена 24.05.2023 г. |