

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Вадьковская средняя общеобразовательная школа

Аннотация к рабочей программе

учебного курса внеурочной деятельности « Легкая атлетика»
Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Легкая атлетика»
разработана в соответствии с ФГОС ООО и реализуется 1 год в 7 классе.

Рабочая программа разработана учителем в соответствии с положением о рабочих программах и определяет организацию образовательной деятельности учителя в школе по учебному курсу внеурочной деятельности «Легкая атлетика».

Рабочая программа *учебного курса внеурочной деятельности* является частью ООП ООО определяющей:

- содержание;
- планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные);
- тематическое планирование.

Рабочая программа обсуждена и принята решением методического объединения и согласована заместителем директора по учебно-воспитательной работе .

Дата: 29.08.2023

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Брянской области

Муниципальное образование Погарский район

МБОУ Вадьковская СОШ

Выписка

из основной образовательной программы основного общего образования

РАССМОТРЕНО
методическое объединение
учителей физкультурно-
технологического цикла
Протокол № 1
от «29» 08. 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УВР
Живанкова Н.В.
от «29» 08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Легкая атлетика»

для основного общего образования

Срок реализации: 1 год (7 класс)

Составитель:

Бобок А.П, учитель физической культуры

Выписка верна 31.08.2023 года

Директор школы И.Ю. Цыганкова

п. Вадьковка 2023

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- формирование знаний о легкой атлетике и ее роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия легкой атлетикой свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

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

1 раздел: Беговые упражнения

Формы организации: практические занятия

Виды деятельности: игровая деятельность

2 раздел: Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»

Формы организации: практические занятия

Виды деятельности: игровая деятельность

3 раздел: Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»

Формы организации: практические занятия

Виды деятельности: игровая деятельность

4 раздел: Метание малого мяча

Формы организации: практические занятия

Виды деятельности: игровая деятельность

5 раздел: Подвижные игры с элементами легкой атлетикой

Формы организации: практические занятия

Виды деятельности: игровая деятельность

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ,

в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности по физической культуре для 7 класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО.

1. профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного дня;
2. к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
3. к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
4. к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества; к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

№	Название раздела	Количество часов
1	Бег на короткие дистанции	7
2	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»	8
3	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»	8
4	Метание малого мяча	7
5	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	4

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	Дата	
			по плану	фактически
	Бег на короткие дистанции	7		
1	Инструктаж по ТБ. Техника выполнения низкого старта и стартового разгона	1		
2	Техника выполнения низкого старта и стартового разгона	1		
3	Техника выполнения низкого старта и стартового разгона	1		
4	Стартовый разгон и бег по прямой дистанции с максимальной скоростью	1		
5	Стартовый разгон и бег по прямой дистанции с максимальной скоростью	1		
6	Стартовый разгон и бег по прямой дистанции с максимальной скоростью	1		
7	Стартовый разгон и бег по прямой дистанции с максимальной скоростью	1		
	Прыжки в длину с разбега «согнув ноги»	8		
8	Инструктаж по ТБ. Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
9	Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
10	Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
11	Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
12	Техника перехода через планку	1		

13	Техника перехода через планку	1		
14	Техника перехода через планку	1		
15	Техника перехода через планку	1		
	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»	8		
16	Инструктаж по ТБ. Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
17	Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
18	Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
19	Техника разбега в сочетании с отталкиванием	1		
20	Техника перехода через планку	1		
21	Техника перехода через планку	1		
22	Техника перехода через планку	1		
23	Техника перехода через планку	1		
	Метание малого мяча	7		
24	Инструктаж по ТБ. Техника выполнения скрестного шага	1		
25	Техника метания малого мяча на дальность с трех бросковых шагов	1		
26	Отведение руки с малым мячом на два шага и метанию с четырех бросковых шагов	1		
27	Отведение руки с малым мячом на два шага и метанию с четырех бросковых шагов	1		
28	Отведение руки с малым мячом на два шага и метанию с четырех бросковых шагов	1		
29	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1*1м) с расстояния 10-12м	1		
30	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1*1м) с расстояния 10-12м	1		
	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	4		
31	Инструктаж по ТБ. Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики	1		
32	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики	1		
33	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики	1		
34	Развитие физических способностей в подвижных играх с элементами легкой атлетики	1		