

3.5. Юные олимпийцы.

Юные олимпийцы. 5 класс.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 5 класс.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе внеурочной деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий, физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 5 класс.

I. Футбол.

1. Правила игры в футбол.
2. Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой.
3. Ведение мяча.
4. Техника игры.
5. Тактика игры в футбол.
6. Тактика защиты.
7. Контрольные игры и соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

II. Волейбол.

1. Правила игры в волейбол.
2. Техника нападения.
3. Действия с мячом.
4. Поддача мяча.
5. Техника защиты.
6. Групповые действия игроков.
7. Командные действия.

Директор школы
Качинова И.В.



8. Контрольные игры и соревнования.
Познавательная, двигательная, игровая.

III. Настольный теннис.

1. Правила игры в настольный теннис.
2. Основы техники и тактики игры.
3. Изучение подач.
4. Сочетание ударов.
5. Соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

IV. Гандбол.

1. Правила игры в гандбол.
2. Ручной мяч.
3. Техника игры в нападении и защите.
4. Стойки и перемещения, остановки.
5. Ведение мяча и бросок.
6. Подготовка к соревнованиям.
7. Соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

V. Баскетбол.

1. Правила игры в баскетбол.
2. Основы техники и тактики.
3. Техника владения мячом.
4. Броски мяча двумя руками с места. Ведение мяча.
5. Обманные движения в игре.
6. Групповые действия в игре. Соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 5 класс.

Тема	Количество часов
Футбол.	7
Волейбол.	8
Настольный теннис.	5
Гандбол.	7
Баскетбол.	6
Итого	33

Юные олимпийцы. 6 класс.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 6 класс.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- в формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий, физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 6 класс.

I. Футбол.

1. Т/Б на спортивных играх. Основные правила игры в футбол.
2. Техника передвижения игрока. Удары.
3. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы.
4. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема.
5. Удар носком. Удар, серединой лба на месте.
6. Выбрасывание мяча из-за боковой линии.
7. Ведение мяча с активным сопротивлением.

Познавательная, двигательная, игровая.

II. Волейбол.

1. Правила игры в волейбол.
2. Техника верхних передач. Игра.
3. Упражнения в движении. Учебная игра.
4. Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.
5. Чередование способов приема мяча. Учебная игра.
6. Передача мяча двумя руками сверху в прыжке.
7. Взаимодействие игроков задней линии.
8. Контрольные игры и соревнования.
9. *Познавательная, двигательная, игровая.*

III. Настольный теннис.

1. Теоретические сведения по разделу «настольный теннис».
2. Обучение техническим приемам.
3. Интегральная подготовка.
4. Обучение тактическим действиям и двухсторонняя игра.
5. Соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

IV. Гандбол.

1. Правила игры в гандбол.
 2. Овладение техникой передвижения, стоек, остановок и поворотов.
 3. Медленный бег, разновидность бега, ОРУ в парах, Уход от защитника. Применение передачи при встречном движении партнёров.
 4. Прыжок с двух ног с места, с 3-х. 6-и беговых шагов. Элементы спортивных игр, подвижные игры.
 5. Ловля двумя руками в прыжке. Бросок мяча правой и левой рукой сверху в прыжке. Мини-гандбол.
 6. Разновидность прыжков. ОРУ. Специально прыжковые упражнения, подвижные игры эстафеты с элементами гандбола.
 7. Соревнования.
- Познавательная, двигательная, игровая.*

V. Баскетбол.

1. Правила игры в баскетбол.
2. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.
3. Броски одной и двумя руками с места и в движении с пассивным противодействием.
4. Ведение мяча правой и левой рукой поочередно стоя на месте и в движении.
5. Игра по правилам баскетбола.
6. Групповые действия в игре. Соревнования.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 6 класс.

Тема	Количество часов
Футбол.	7
Волейбол.	8
Настольный теннис.	5
Гандбол.	7
Баскетбол.	6
итого	33

Юные олимпийцы. 7 класс.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 7 класс.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе внеурочной деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий, физической культурой, форм активного отдыха и досуга.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 7 класс.

Футбол.

- Правила игры в футбол.
 - Перемещения и остановки.
 - Удары по мячу.
 - Остановка мяча.
 - Ведение и обводка.
 - Отбор мяча.
 - Контрольные игры и соревнования.
- Познавательная, двигательная, игровая.*

Волейбол.

- Правила игры в волейбол.
 - Потасовка волейболистов.
 - Совершенствование навыков перемещения и верней передачи.
 - Прием мяча с подачи.
 - Прием мяча снизу.
 - Совершенствование ранее изученных приемов игры.
 - Организация и правила соревнований.
 - Контрольные игры и соревнования.
- Познавательная, двигательная, игровая.*

Настольный теннис.

- Правила игры в настольный теннис.
 - Техника игры.
 - Стойки и перемещения.
 - Техника ударов и подач.
 - Соревнования.
- Познавательная, двигательная, игровая.*

Гандбол.

- Правила игры в гандбол.
 - Техника нападения.
 - Техника владения мячом.
 - Сочетание действий и финты.
 - Техника защиты.
 - Тактика нападения.
 - Сочетание действий и финты.
 - Соревнования.
- Познавательная, двигательная, игровая.*

Баскетбол.

- Основы техники игры.
- Перемещение.
- Бег с изменением направления.
- Ловля и передача мяча в движении.

- Ловля мяча.
- Обводка.
- Групповые действия в игре. Соревнования.
Познавательная, двигательная, игровая.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 7 класс.

Тема	Количество часов
Футбол.	7
Волейбол.	8
Настольный теннис.	5
Гандбол.	8
Баскетбол.	7
Итого	35

Юные олимпийцы. 8 класс.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 8 класс.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;
- освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий, физической культурой, форм активного отдыха и досуга, приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности.

2. Содержание курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 8 класс.

Волейбол.

1. Правила игры в волейбол.
2. Потасовка волейболистов.
3. Совершенствование навыков перемещения и верхней передачи.
4. Стойка игрока.
5. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной.
6. Прием мяча с подачи.
7. Прием мяча с падением и перекатом на спине.
8. Прием мяча снизу.
9. Передача мяча сверху двумя руками - на месте.
10. Передача мяча сверху двумя руками - над собой.
11. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели.
12. Блокирование мяча.
13. Организация и правила соревнований.
14. Контрольные игры и соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

Баскетбол.

1. Основы техники игры.
2. Ведение.
3. Бег с изменением направления.
4. Ловля и передача мяча в движении.
5. Техника владения мячом (ловля, броски, ведение).
6. Броски (от груди, сверху, от плеча).
7. Обводка.
8. Техника перемещений (рывок, бег, приставные шаги, прыжки).
9. Техника овладения мячом с противодействия.
10. Групповые действия в игре.
11. Техника нападения.
12. Тактика игры.
13. Соревнования.

Познавательная, двигательная, игровая.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Юные олимпийцы». 8 класс.

Тема	Количество часов	
	8а	8б
Волейбол.	15	15
Баскетбол.	19	16
итого	34	31