

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЗАБАЙКАЛЬСКАЯ КРАЕВАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ»

РАССМОТРЕНО На заседании МО Протокол № <u>2</u> От <u>31.10</u> 20 <u>23</u> г.	СОГЛАСОВАНО Зам.директора по УВР И.Л.Гарлик <u>И.Л.Гарлик</u> <u>08.10.2023 г.</u>	УТВЕРЖАЮ Директор: Г.Н.Кочетова <u>Г.Н.Кочетова</u> От <u>08.10</u> 20 <u>23</u> г.
---	--	---



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности

«Дартс»

для начального общего образования

Составитель: К. Ю. Аргунова
учитель физической культуры

Чита, 2023

Пояснительная записка.

Рабочая программа по внеурочной деятельности для 1-4 классов «Дартс» на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО.

Выполнение программы основано на теоретической и практической деятельности, в рамках которых предусмотрены такие формы занятий, как беседы, практические работы, тестирование, самостоятельная работа школьников, индивидуальные консультации педагога, соревнования. Кроме того, формы занятий предполагают сочетание индивидуальной работы школьников, предоставляют им возможность проявить и развить самостоятельность.

Программа рассчитана на повышение уровня физической и специальной подготовки, изучение и совершенствование приёмов дартса. Каждое занятие предполагает организацию активной оздоровительно-спортивной деятельности: физические упражнения, подвижные игры, мини- соревнования, состязания в спортивном зале и на спортивной площадке. Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся является выполнение контрольных нормативов по ОФП и СФП, знание правил дартса.

Цель программы:

- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоническому, физическому развитию;
- воспитывать дисциплинированность, доброжелательное отношение к одноклассникам, формировать коммуникативные компетенции.

Особенности реализации программы внеурочной деятельности: форма, режим и место проведения занятий, виды деятельности

Программа внеурочной деятельности «Дартс» предназначена для обучающихся 1-4 классов. Реализация программы осуществляется посредством двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание, мышление, творческая самостоятельность.

Занятия в спортивном зале.

Количество часов программы внеурочной деятельности и их место в учебном плане

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Дартс» составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю:

1 класс — 33 часа в год,

2-4 классы -34 часа в год.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ "ДАРТС" НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Личностные результаты

- готовность к разнообразной совместной деятельности в рамках спортивного коллектива, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в работе команды;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- ценностное отношение к спортивным достижениям родной страны.

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора, возникающих в процессе работы в команде;
- готовность в процессе работы в спортивной команде оценивать собственное поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.
- восприимчивость к разным видам спортивной деятельности, изучаемым или используемым в ходе тренировки, к национальным спортивным играм своего и других народов, понимание эмоционального воздействия спорта;
- осознание важности культуры спорта как средства коммуникации и самовыражения.
- осознание ценности жизни;
- способность планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- овладение основными навыками игры в дартс.
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты

Овладение универсальными познавательными действиями:

выявлять дефицит информации, необходимой для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении теории и тактики игры;

делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи; использовать вопросы как исследовательский инструмент;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах;

Овладение универсальными коммуникативными действиями:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной практической проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

уметь планировать организацию совместной работы, определять собственную роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия);

выполнять свою часть групповой работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать собственные действия с другими членами команды;

оценивать качество собственного вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия.

Овладение универсальными регулятивными действиями:

владеть приемами самоорганизации при осуществлении работы (выявление проблемы, требующей решения);

составлять план действий и определять способы решения;

владеть приемами самоконтроля — осуществлять самоконтроль, рефлекссию и самооценку полученных результатов работы;

вносить коррективы в работу с учетом выявленных ошибок, возникших трудностей.

Предметные результаты

Предметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности отражают понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья:

составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корректирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям,

анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

осуществлять тестирование показателей физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

осуществлять игру в дартс (по упрощенным правилам); осуществлять судейство (по упрощенным правилам) по дартсу.

Содержание курса внеурочной деятельности

Разделы	Содержание раздела	Кол-во часов
Теоретический раздел	Инструктаж по техники безопасности. Становление дартса как вида спорта. Общие основы дартса. Правила игры « Дартс »	4
Физическая подготовка	Упражнения на общее развитие физических качеств: гибкость, сила, ловкость, координация движения верхнего плечевого пояса.	20
Специальная физическая подготовка	Упражнения на развитие специальных качеств: скоростная выносливость, прыгучесть, взрывная сила ног.	5
Тактико-техническая подготовка	Направлена на восстановления, и освоение двигательных навыков и технических приемов метания дротиков.	5
	Итого	34

Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятий	Форма проведения занятий	Количество часов
1	Инструктаж по ТБ. Становление дартс как вида спорта. Последовательность и этапы обучения дартса. Правила игры.	Теоретический материал	1 ч
2	История развития дартс и его роль в современном обществе	Теоретический материал	1 ч
3	Оборудование и спортивный инвентарь для дартс	Теоретический материал	1 ч
4	Виды и характер соревнований	Теоретический материал	1 ч
5	Разминка игроков. Форма одежды для игроков	Теоретический и практика	1 ч
6	Документация. Допуск и отстранение от игры	Теоретический материал	1 ч
7	Выбор дротиков и способы держания	Обучение техники держания дротиков	1 ч
8	Бросок дротиков в мишень	Обучение техники броска	1 ч
9	Основное положение игрока	Теоретический материал	1 ч
10	Спортивные дисциплины	Теоретический материал	1 ч
11	Правило игры «501»	Теория и практика	1 ч
12	Правила игры «1001»	Теория и практика	1 ч
13	Правила игры «Булава»	Теория и практика	1 ч
14	Правила игры «Американский Крикет»	Теория и практика	1 ч
15	Правила игры «Большой Раунд»	Теория и практика	1 ч
16	Правила игры «27»	Теория и практика	1 ч

17	Правила игры « Сектор 20 »	Теория практика	и	1 ч
18	Правила игры « Раунд удвоений »	Теория практика	и	1 ч
19	Правила игры « Семь жизней »	Теория практика	и	1 ч
20	Правила игры « Хоккей »	Теория практика	и	1 ч
21	Правила игры « Крикет »	Теория практика	и	1 ч
22	Правила игры « Циферблат »	Теория практика	и	1 ч
23	Правила игры « Пять жизней »	Теория практика	и	1 ч
24	Правила игры « Набор очков »	Теория практика	и	1 ч
25	Правила игры « Диаметр »	Теория практика	и	1 ч
26	Правила игры « Раунд »	Теория практика	и	1 ч
27	Правила игры « Быстрый раунд »	Теория практика	и	1 ч
28	Правила игры « Раунд по двойным »	Теория практика	и	1 ч
29	Правила игры « 1000 »	Теория практика	и	1 ч
30	Правила игры « Все пятерки »	Теория практика	и	1 ч
31	Правила игры « Шанхай »	Теория практика	и	1 ч
32	Правила игры « 301 (убегай)	Теория практика	и	1 ч
33	Правила игры « Бейсбол »	Теория практика	и	1 ч
34	Итоговое занятие	Проведение соревнования по дартсу		1 ч
				34 ч