

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области

Департамент образования Администрации города Омска

БОУ г. Омска «Гимназия № 76»

СОГЛАСОВАНО
на МО классных
руководителей
_____ Т. И. Кузнецова
Протокол № 1 от 26.08.2022г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора
_____ Л.Ф. Лакомая
от «26» __08__ 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор БОУ г. Омска
«Гимназия №76»
_____ О.Л. Перфилова
Приказ №.237-1 от 29.08.2022

**ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ « Дартс »**

Направление: спортивно-оздоровительное

Виды деятельности: игровой, спортивно – оздоровительный

Возраст обучающихся: 6-10 классы

Разработчик:
Малимонов Анатолий Дмитриевич,
учитель технологии

Содержание программы внеурочной деятельности

1. Содержание курса внеурочной деятельности.....	4
2. Планируемые результаты.....	5
3. Тематическое планирование.....	8
4. Приложение.....	11

- В процессе разработки программы курса внеурочной деятельности «Дартс» учитывались требования:
 - Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства образования науки Российской Федерации от 31.05.2021г. № 287);
 - Основной образовательной программы основного общего образования БОУ г. Омска "Гимназия 76" .

Программа ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся пятого, десятого классов и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учетом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Важность реализации программы обусловлена особенностью социально-значимой и коммуникативной деятельности, которые лежат в основе развития современного мира, являются залогом общественного прогресса и важным условием индивидуального развития человека.

Программа «Дартс» реализуется для обучающихся пятого - десятого классов. Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю). 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 курса внеурочной деятельности «Дартс» разработана с учетом рекомендаций Рабочей программы воспитания БОУ г. Омска «Гимназия №76». Это позволяет на практике соединить обучающую и

воспитательную деятельность педагога, ориентировать ее не только на спортивное, но и на нравственное, социальное развитие ребенка, что проявляется в:

-приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности;

-высокой степени самостоятельности школьников, что является важным компонентом воспитания ответственного гражданина;

-интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих их большую вовлеченность в совместную с педагогом и другими детьми деятельность, и возможность образования на ее основе детско-взрослых общностей.

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.

1. Содержание курса внеурочной деятельности

Разделы	Содержание раздела	Кол-во часов
Теоретический раздел	Инструктаж по технике 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 восстановление, и освоение двигательных навыков и технических приемов метания дротиков.	5
Итого		34

1. Планируемые результаты

Личностные результаты

В сфере гражданского воспитания:

готовность к разнообразной совместной деятельности в рамках спортивного коллектива, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в работе команды;

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

В сфере патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном обществе, проявление интереса к истории физической культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;

ценностное отношение к спортивным достижениям родной страны.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

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.

В сфере эстетического воспитания:

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.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни;

способность планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

овладение основными навыками игры в дартс.

В сфере трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность в рамках работы в спортивной команде;

содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

В сфере экологического воспитания:

ориентация на сохранение и поддержание порядка в окружающей среде, планирование поступков и оценка их возможных последствий для окружающей среды.

В сфере понимания ценности научного познания:

ориентация на современную систему спортивных тренировок;
овладение методикой самоподготовки и саморазвития;
овладение основными правилами игры в дартс и стремление совершенствовать свои умения для достижения индивидуального и коллективного результата.

В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

способность действовать в условиях неопределенности, повышать уровень компетентности через практическую деятельность (в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других);

предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;

умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду, достижения целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий.

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, рефлексию 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 корригирующей 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;

выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

2. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятий	Форма проведения занятий	Количество часов	ЭОР
1	Инструктаж по ТБ. Становление дартс как вида спорта. Последовательность и этапы обучения дартса. Правила игры.	Теоретический материал	1 ч	http://school-collection.edu.ru/
2	История развития дартс и его роль в современном обществе	Теоретический материал	1 ч	http://fcior.edu.ru/
3	Оборудование и спортивный инвентарь для дартс	Теоретический материал	1 ч	http://www.openclass.ru/
4	Виды и характер соревнований	Теоретический материал	1 ч	http://it-n.ru/
5	Разминка игроков. Форма одежды для игроков	Теоретический и практика	1 ч	http://school-collection.edu.ru/
6	Документация. Допуск и отстранение от игры	Теоретический материал	1 ч	http://www.it-n.ru/
7	Выбор дротиков и способы держания	Обучение техники держания дротиков	1 ч	http://school-collection.edu.ru/
8	Бросок дротиков в мишень	Обучение техники броска	1 ч	http://fcior.edu.ru/
9	Основное положение игрока	Теоретический материал	1 ч	http://fcior.edu.ru/ http://www.openclass.ru/ http://it-n.ru/
10	Спортивные дисциплины	Теоретический материал	1 ч	http://metodsovet.su/
11	Правило игры « 501»	Теория и практика	1 ч	http://fcior.edu.ru/ http://www.openclass.ru/ http://it-n.ru/
12	Правила игры « 1001 »	Теория и практика	1 ч	http://www.it-n.ru/ http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/ http://metodsovet.su/ http://www.rusedu.ru/
13	Правила игры « Булава »	Теория и практика	1 ч	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/ http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/

				http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
14	Правила игры « Американский Крикет »	Теория практика	и 1 ч	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
15	Правила игры « Большой Раунд »	Теория практика	и 1 ч	https://resh.edu.ru
16	Правила игры « 27 »	Теория практика	и 1 ч	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
17	Правила игры « Сектор 20 »	Теория практика	и 1 ч	
18	Правила игры « Раунд удвоений »	Теория практика	и 1 ч	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
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	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
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	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
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	http://school-collection.edu.ru/

				http://fcior.edu.ru/
30	Правила игры « Все пятерки »	Теория и практика	1 ч	
31	Правила игры « Шанхай »	Теория и практика	1 ч	
32	Правила игры « 301 (убегай)	Теория и практика	1 ч	http://school-collection.edu.ru/ http://fcior.edu.ru/
33	Правила игры « Бейсбол »	Теория и практика	1 ч	
34	Итоговое занятие	Проведение соревнования по дартсу	1 ч	
	ВСЕГО (34 часа)			

3. Приложение

ПОЛОЖЕНИЕ

О проведении внутри школьных соревнований по дартс среди 5-11 классов «Гимназии 76» на « Кубок Директора »

1. Цели и задачи

Первенство школы проводится с целью популяризации дартс в гимназии 76, привлечение учащихся к систематическим занятиям физкультурой и спортом, выявления лучших игроков для комплектования сборной команды, а также пропаганда здорового образа жизни.

2. Место и время проведения

Игры проводятся в спортивном зале гимназии 76, время 15.00 месяц ноябрь.

3. Руководство подготовкой и проведением соревнований

Общее руководство и проведение соревнований осуществляет, учитель физической культуры Малимонов. А.Д.

4. Условие проведения соревнований

Соревнования проводятся по системе Крике - 20, каждому участнику дается 30 дротиков. И он бросает дротики только в сектор 20, если дротик попал в другой сектор, очки не

начисляются. Если дротик попал в малый круг утроение очков, если дротик попал в средний круг удвоение очков, если попал в сектор 20 начисляются только 20. Победитель определяется по наибольшему количеству очков.

5. Награждение

Победитель среди мальчиков и девочек награждается медалью и дипломом 1 степени. Второй и третий призер награждается медалью и грамотами.

6. Заявки

Заявки от каждого класса подаются главному судье, за день до соревнований. Подписаны классным руководителем