

Утверждаю
Директор МАОУ «СОШ №12»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0093B8BA038153A32E443A905EF5622A26
Владелец: Сочнева Анна Витальевна
Действителен: с 06.02.2026 до 02.05.2027

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 12 имени Олега Кошевого»
(МАОУ «СОШ № 12»)
«Олег Кошевой нима 12 №-а шөр школа»
Муниципальнõй ашшөрлуна велөдан учреждение
(«12 №-а ШШ» МАВУ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»

(наименование предмета)

основное общее, 7 классы

(уровень образования, класс)

1 год

(срок реализации программы)

Разработчики программы:
Макаров Ю.В., учитель физической культуры

Сыктывкар, 2018

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»	5
СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»	7
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»	9

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волшебный волан» на уровне основного общего образования для 7 классов составлена на основе:

1. **Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования**, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2010 г. № 1897 (с изменениями, внесенными Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014г. № 1644, от 31.12.2015г. №1577)
2. **Примерной основной образовательной программы основного общего образования**, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол заседания Федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 08.04.2015г. № 1/15 с учетом изменений, внесенных Протоколом заседания Федерального УМО по общему образованию от 28.10.2015г. № 3/15)

Порядок разработки и структура рабочей программы курса внеурочной деятельности выдержаны в строгом соответствии с требованиями Положения о рабочей программе курса внеурочной деятельности МАОУ «СОШ № 12».

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Волшебный волан» реализуется с использованием «Комплексной программы по физической культуре» автор В.И. Лях, 2012 г., рекомендованной Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе.

Направление программы: спортивно-оздоровительное.

Класс: 7

Целями изучения курса внеурочной деятельности «Волшебный волан» на уровне основного общего образования являются:

1. Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью;
2. Целостное развитие физических и психических качеств;
3. Творческое использование средств физической культуры, а в частности бадминтона;
4. Развитие коммуникативной компетентности учащихся.

Достижение цели обеспечивается решением следующих **задач**:

1. Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры в бадминтон;
3. Освоение знаний о игре в бадминтон, истории бадминтона и его современном развитии, роли формирования здорового образа жизни средствами бадминтона;
4. Обучение навыкам, умениям, техническим действиям игры в бадминтон, в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, организации самостоятельных занятий по бадминтону;
5. Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Предлагаемый курс «Волшебный волан» своим содержанием сможет привлечь внимание учащихся 7 классов, которым интересна физическая культура.

Данный курс направлен на расширение знаний учащихся, повышения уровня физических способностей и развитие основных физических качеств человека.

Курс реализуется в течение второго полугодия 2018-2019 учебного года в количестве 14 ч. Время для реализации локализуется в зависимости от тем программы и является динамичным: в один месяц может быть реализовано от 1 до 4 часов.

По итогам прохождения курса внеурочной деятельности "Волшебный волан" предполагается проведение сдачи занимающимися контрольных тестов и участие в соревнованиях.

На каждом занятии осуществляется учет занятости учащихся внеурочной деятельностью и вносится соответствующая запись в Лист учета посещаемости.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»

Физическая культура является обязательной и неотъемлемой частью общего образования на всех уровнях обучения в школе. Обучение физической культуре в школе направлено на достижение следующих результатов:

1) *в направлении личностного развития:*

Ученик научится:

- Владеть навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- Владеть навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических и тактических действий в бадминтоне, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- Уметь максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по бадминтону.

2) *в метапредметном направлении:*

Регулятивные универсальные учебные действия

Ученик научится:

- Владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий по бадминтону, их планирования и содержательного наполнения;
- Владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из бадминтона, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- Владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использовать эти показатели в организации и проведении самостоятельных форм занятий по бадминтону.

Познавательные универсальные учебные действия

Ученик научится:

- Владеть знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам (признакам);
- Владеть знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности бадминтона;
- Владеть знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с частными задачами по бадминтону, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности обучающихся.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Ученик научится:

- Владеть умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- Владеть умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

2) в предметном направлении:

1. Знать историю развития бадминтона
2. Излагать общие правила игры в бадминтон
3. Соблюдать требования безопасности на игровой площадке
4. Называть размеры игровой площадки, её основные зоны
5. Выбирать ракетку и волан для игры в бадминтон
6. Раскрывать базовые понятия и термины спортивной игры
7. Осуществлять судейство игры
8. Составлять комплексы упражнений для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости
9. Выявлять возможные отставания в показателях физического развития и физической подготовленности
10. Выполнять упражнения для развития основных физических качеств бадминтониста
11. Демонстрировать технику передвижения в различных зонах площадки
12. Выполнять перемещение в четыре точки
13. Демонстрировать технику выполнения ударов на сетке
14. Демонстрировать технику выполнения плоской и высокой подачи
15. Выполнять удары на сетке: «подставка», «откидка», «добивание», «толчок», «перевод» волана открытой и закрытой стороной ракетки, прямо и по диагонали
16. Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств и техники освоенных упражнений.
17. Выполнять технико-тактические действия в игре

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»

Содержание курса внеурочной деятельности «Волшебный волан»				
№	Наименование раздела	Содержание	Формы организации	Виды деятельности
1.	История развития и основные правила игры «бадминтон»	Основные этапы развития бадминтона. Правила игры в бадминтон. Подготовка места к занятиям бадминтоном. Размеры игровой площадки. Выбор ракетки и волана	1. Лекционное занятие 2. Практическое занятие	1. Знать историю развития бадминтона 2. Излагать общие правила игры в бадминтон 3. Соблюдать требования безопасности на игровой площадке 4. Называть размеры игровой площадки, её основные зоны 5. Выбирать ракетку и волан для игры в бадминтон 6. Раскрывать базовые понятия и термины спортивной игры 7. Осуществлять судейство игры
2.	Технико-тактические приемы и физическая подготовка участников	Комплексы упражнений для развития физических качеств с учетом индивидуальных особенностей физического развития. Совершенствование передвижений. Перемещение по площадке в четыре точки. Техника выполнения ударов на сетке: «подставка»; «откидка»; «добивание»; «толчок»; «перевод» волана открытой и закрытой стороной ракетки. Техника выполнения плоской подачи открытой и закрытой стороной ракетки; высокой подачи. Упражнения общей и специальной физической	1. Лекционное занятие 2. Практическое занятие 3. Игровое занятие	1. Составлять комплексы упражнений для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости 2. Выявлять возможные отставания в показателях физического развития и физической подготовленности 3. Выполнять упражнения для развития основных физических качеств бадминтониста 4. Демонстрировать технику передвижения в различных зонах площадки 5. Выполнять перемещение в четыре точки 6. Демонстрировать технику выполнения ударов на сетке 7. Демонстрировать технику выполнения плоской и высокой подачи 8. Выполнять удары на сетке: «подставка», «откидка», «добивание», «толчок», «перевод»

		подготовки		волана открытой и закрытой стороной ракетки, прямо и по диагонали 9. Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств и техники освоенных упражнений. 10. Выполнять технико-тактические действия в игре
--	--	------------	--	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ВОЛШЕБНЫЙ ВОЛАН»

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Волшебный волан»			
№	Наименование темы	Количество часов	Содержание самостоятельной работы учащегося
1.	Знакомство с видом спорта. Техника безопасности на занятиях по бадминтону. Требование к одежде и инвентарю	1	Просматривают презентации. Слушают, отвечают на поставленные вопросы, знакомятся с инвентарём и площадкой
2.	Основные стойки и перемещения в игре. Хватка бадминтонной ракетки, волана.	1	Знакомятся с видами упражнений, пробуют их выполнить
3.	Общая физическая подготовка (ОФП) и специальная подготовка бадминтониста	1	Выполняют и подбирают под себя посильные упражнения. Определяют степень утомления
4.	Основы техники игры. Поддача. Виды подач	1	Знакомятся с подачей, выбирают для себя оптимальный вид подачи
5.	Основы техники игры. Поддачи и удары (классификация ударов). Далёкий удар с замаха сверху.	1	Знакомятся с ударами и пробуют их выполнять. Выполняют далёкую короткую подачу
6.	Удары справа, слева открытой и закрытой стороной ракетки, высокодалёкий удар.	1	Закрепляют технику сложного двигательного действия. Выполняют подачу разной траектории
7.	Плоская поддача. Короткие удары	1	Осваивают новое двигательное действие. Узнают как выполняется плоская поддача и короткие удары по волану
8.	Правила бадминтона. Правила счёта и выполнение подачи	1	Знакомятся с правилами бадминтона, правилами счёта. Узнают значение технической подготовки в избранном виде спорта. Играют на корте, соблюдая правила
9.	Сочетание технических приёмов в учебной игре	1	Знакомятся с приёмами ведения спортивной борьбы. Учатся быстро принимать верные решения и контролировать соперника
10.	Правила одиночной и парной игры	1	Повторяют правила игры. Знакомятся с одиночным и парным выступлением игроков на площадке
11.	Организация соревнований по	1	Знакомятся с правилами

	бадминтону		организации соревнований. Самостоятельно играют в бадминтон, соблюдая правила спортивной игры
12.	Учебно –тренировочная игра	1	Применяют полученные знания в игре. Совершенствуют технико-тактические действия.
13.	Тестирование двигательных умений и навыков учащихся	1	Узнают уровень своей физической и технической подготовленности. Выполняют специальные упражнения для проверки освоения техники
14.	Соревнование	1	Выявляют победителя мини-турнира по бадминтону