

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №3 «Образовательный центр»
с. Кинель – Черкассы м.р. Кинель – Черкасский Самарской области**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО классных
руководителей

ГБОУ СОШ №3 «ОЦ»

с.Кинель-Черкассы

_____ Мухатаева И.А

Протокол №1

От 30 августа 2023года

ПРОВЕРЕНО

Заместитель директора по ВР

_____ Мухатаева И.А

30 августа 2023года

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ №3 «ОЦ»

с. Кинель – Черкассы

_____ /Зинченко Н.В./

Приказ № 92/1

30 августа 2023года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Стрельба из лука»

Направление: спортивно-оздоровительное

Ступень обучения (класс) основное общее (5-9)

Составил: Сивков Н.А.
учитель английского языка

с. Кинель-Черкассы

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

Личностными результатами изучения курса является формирование следующих умений:

– *Определять* и *высказывать* под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).

– В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

– *Определять* и *формулировать* цель деятельности с помощью учителя.

– *Проговаривать* последовательность действий.

– *Учиться высказывать* своё предположение (версию).

– *Учиться работать* по предложенному учителем плану.

– *Учиться отличать* верно выполненное задание от неверного.

– *Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку* деятельности товарищей.

Познавательные УУД:

– Ориентироваться в своей системе знаний: *отличать* новое от уже известного с помощью учителя.

– *Делать предварительный отбор источников информации.*

– *Добывать новые знания: находить ответы* на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.

– *Перерабатывать полученную информацию: делать выводы* в результате совместной работы всей группы.

– *Перерабатывать полученную информацию: сравнивать и группировать.*

– *Преобразовывать информацию* из одной формы в другую.

Коммуникативные УУД:

– *Донести свою позицию* до других.

– *Слушать и понимать* других.

– *Совместно договариваться* о правилах общения и поведения и следовать им.

– *Учиться выполнять различные роли* в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметными результатами изучения курса являются формирование следующих умений.

- описывать признаки предметов и узнавать предметы по их признакам;

- выделять существенные признаки предметов;

- сравнивать между собой предметы, явления;

- обобщать, делать несложные выводы;

- классифицировать явления, предметы;

- определять последовательность событий;

- давать определения тем или иным понятиям;

- выявлять функциональные отношения между понятиями;

- выявлять закономерности и проводить аналогии.

Требования к уровню подготовки учащихся.

Ведущая цель программы – формирование интереса к физической культуре и спорту, развитие физических и психических качеств в соответствии с возрастными особенностями школьников через обучение стрельбе из лука.

Настоящая программа последовательно осуществляет решение следующих задач физического воспитания школьников:

• укрепление здоровья, физического развития и повышения работоспособности организма детей;

- воспитание у школьников высоких нравственных качеств и формирование мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- приобретение практических знаний и теоретических сведений в сфере стрельбы из лука;
- развитие двигательных способностей и приобретение двигательных умений.

Данные цели и задачи реализуются через теоретические и практические занятия по обучению стрельбе из лука.

Для достижения целей программы первостепенное значение имеют:

забота о здоровье детей, их эмоциональном благополучии.

воспитание физических качеств (ловкость, быстрота, выносливость), развитие координации движений, умение ориентироваться в пространстве, формирование способности к самоконтролю за качеством выполняемых движений.

воспитание у детей интереса к стрельбе из лука.

максимальное использование разнообразных видов деятельности в целях повышения интереса к стрельбе из лука.

творческая организация (креативность) занятий стрельбы из лука.

вариативность использования образовательного материала, позволяющего повысить интерес к стрельбе из лука.

В соответствии с данной программой все вышеназванные задачи решаются, как в общем, так и специфическом для стрельбы из лука аспектах.

Занятия проводятся в разных формах: предполагаются как теоретические (беседы, просмотр мини-фильмов, роликов, презентаций) так и практические занятия.

Прогнозируемый результат реализации программы.

1. Проявление интереса к стрельбе из лука.
2. Умение обращаться с луком.
3. Заинтересованность и активное участие родителей по развитию познавательных способностей у своих детей.

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

№ п/п	Наименование разделов	Форма занятия	Виды деятельности
1	Теоретическая подготовка	секция	Изучение правил техники безопасности
2	Специальная физическая подготовка		Подготовка организма к перенесению стрелковой нагрузки сохранение и увеличение подвижности в суставах.
3	Технико-тактическая подготовка		Овладение прочной и наиболее рациональной техникой стрельбы из лука

III. Тематическое планирование.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание воспитания
1	История развития стрельбы из лука.	1	Знакомство с историей появления лука в нашей стране, достижения спортсменов
2	Правила безопасности.	1	Профилактика травматизма на занятиях и в обращении с луком и стрелами.
3	Отработка стойки стрелка из лука.	1	Освоение быстрого и надежного освоения техники стрельбы,приобретению специальных качеств (пространственных, временных и т.д.), закрепление стрелковых навыков Имитируют спортивное движение. Соответствуют структурно-функциональной модели двигательного акта Развитие специальной статической выносливости Развитие специальных качеств,отработка различных элементов техники. Овладение прочной и наиболее рациональной техникой стрельбы из лука.
4	Освоение основных элементов изготовления	1	
5	Освоение основных элементов техники выстрела.	3	
6	Обучение стрельбе. Стрельба из лука на дистанции 3м.	8	
7	Обучение стрельбе. Стрельба из лука на дистанции 5 м.	8	
8	Обучение стрельбе. Стрельба из лука на дистанции 12 м.	9	
9	Итоговое соревнование	2	Совершенствование техники стрельбы
	Итого	34	

