

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 519 Московского района Санкт-Петербурга**

РАССМОТРЕНО

на МО
протокол № 5
от 29 августа 2023 года
Председатель МО
_____ / _____ /

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 519
Московского района
Санкт-Петербурга
протокол № 13
от 31 августа 2023 года

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора по ГБОУ
школе № 519 Московского
района Санкт-Петербурга
от 31 августа 2023 года
№ 46-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности
«Путешествие по тропе здоровья»

для 8 А,Б,В класса
уровень базовый

срок реализации программы
2023/ 2024 учебный год

Учитель:
А.С.Иванов

34 часа

Санкт-Петербург

2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья» для 8А, Б, В класса составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федерального Закона от 29.12.2012 ФЗ-№ 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287;
3. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт основного общего образования»;
4. Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования»;
5. Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022 № ТВ - 1290/03 «Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности»;
6. Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 № ВБ976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
7. Санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (СП 2.4. 3648-20);
8. Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (СанПиН 1.2.3685-21);
9. Устава Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы № 519 Московского района Санкт-Петербурга;
10. Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ школы № 519 Московского района Санкт-Петербурга;
11. Локальных актов ГБОУ школы № 519 Московского района Санкт-Петербурга.

Описание места курса внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья» в учебном плане

Занятия по курсу внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья» проводятся на ступени основного общего образования. Курс рассчитан на 1 час в неделю, таким образом, в соответствии с учебным планом ГБОУ школы № 519 рабочая программа внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья» в 8 классе рассчитана на 34 часа (34 учебные недели).

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Личностные результаты.

У обучающихся будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- установка на здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты

Программа внеурочной деятельности по социальному направлению «Путешествие по тропе здоровья» - способствует формированию следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью необходимую информацию из литературного текста;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии; учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению; строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения;
- учиться наблюдать;
- моделировать ситуацию.

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- учиться работать в паре и в группе: выполнять различные роли

- слушать и понимать речь других ребят осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией

Форма организации курса внеурочной деятельности

Форма организации: спортивный клуб

Оценка результатов курса внеурочной деятельности

Основными формами оценки достижения результатов являются:
-индивидуальные или групповые проекты;
-творческие презентации;
-творческие отчеты;
-портфолио.

Содержание курса внеурочной деятельности

Раздел 1. Введение (1 ч)

Вводное занятие. Поведение в школе.

Раздел 2. Подвижные игры . (24 ч)

История возникновения и развития подвижных игр. Оказание первой помощи при травмах. Обучение и совершенствование техники передвижения спортсмена. Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте. Основные приёмы игры в пионербол..

Раздел 3. Гигиена повседневного быта (9 ч)

Физподготовка. Гигиена повседневного быта . Гигиенические требования к одежде и обуви

Тематическое планирование

№	Название раздела (темы)	Количество часов	Воспитательный компонент при изучении темы
1	Введение	1	Формируется широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
2	Подвижные игры	24	Формирование ориентации на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей
3	Гигиена повседневного быта	9	Формируется широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы.
	Итого	34	

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Планируемые результаты обучения	Примечание
1	Меры профилактики и техника безопасности на занятиях спортивными играми. Баскетбол. Ведение и передача мяча.	1	Инструктаж.	Техника безопасности во время учебного процесса Ориентируются на образец и правило выполнения действия. Слушают и понимают речь других. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития.	
2	Ведение и ловля мяча с изменением направления. (немного истории о видах спорта, правила игр).	1	Беседа	Учить наблюдать и осознавать происходящие. Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками. Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах. Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи.	
3	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте	1	Практикум	Помочь детям составить свой режим дня людей. Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации Учатся понимать эмоции и поступки других людей. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	

4	Штрафной бросок. Бросок одной рукой от плеча со среднего расстояния	1	Эстафета	Развитие двигательных способностей через игру. Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы. Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге. Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности.	
5	Броски в корзину одной рукой после ведения и передач в парах.	1	Соревнования	Моделируют различные ситуации Делают выводы в результате совместной работы в группе Устанавливают причинно-следственные связи Учатся прогнозировать последствия своих поступков. Учатся позитивно проявлять себя в общении. Соблюдают правила игры и дисциплины.	
6	Учебная игра в баскетбол. Развитие двигательных качеств.	1	Интерактивное занятие	Развитие двигательных способностей через игру.в самом себе изменения Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстникам. Учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи.	
7	Передача мяча и ловля двумя руками от груди, в движении и со сменой направления.	1	Игра	Делают выводы в результате совместной работы в группе ,составить свой режим дня Определяют и формулируют цель в совместной деятельности вместе с учителем. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития.	
8	Личная персональная	1	Подвижная игра	Развитие двигательных способностей через игру.	

	защита. Учебная игра.			Учатся контролировать свои движения и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
9	Обучение техники вырывания и выбивания мяча.	1	Подвижная игра	Делают выводы в результате совместной работы в группе. Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации. Формируют представления об интересах людей. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития.	
10	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой	1	Подвижная игра	Доказывают, делают выводы. Умеют сопоставлять полученную информацию с имеющимся жизненным опытом Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению. Учатся работать в группе доверяя друг другу. Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	
11	Волейбол. (немного истории о видах спорта, правила игр). Лично-командные соревнования по штрафным броскам.	1	Практикум	Усваивают разные способы запоминания информации Учатся контролировать свою речь и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
12	Лично-командные соревнования по штрафным броскам.	1	Обучение умениям и навыкам Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Учатся контролировать свои движения и поступки.	

				Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
13	Основные приемы и тактика игры. Учебная игра	1	Эстафеты	Развитие двигательных способностей через соревнования. Учатся контролировать свои движения и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
14	Прямая верхняя и нижняя подача ч/з сетку в разные зоны площадки.	1	Подвижные игры.	Развитие двигательных способностей через игру. Учатся контролировать свои движения и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
15	Планирующая подача и силовая подача из зоны 6 в зоны 2-3-4	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Учатся контролировать свои движения и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
16	Передача мяча в движении приставными шагами из зоны 1-6-5 в зоны 3-4-2.	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через эстафеты. Учатся контролировать свои движения и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
17	Длинные передачи мяча в зоны 1-3-1; 5-4;5-2;6-2. Учебная игра.	1	Практикум	Высказывают свое мнение Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми. Умеют соотносить позиции партнеров и собственную. Умеют налаживать контакты с окружающими.	

18	Укороченная передача мяча.	1	Практикум	Высказывают свое мнение Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми. Умеют соотносить позиции партнеров и собственную. Умеют налаживать контакты с окружающими.	
19	Передачи в парах. Нападающий удар и блокирование	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Учатся контролировать свои движения и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
20	Верхняя и нижняя передачи в парах и тройках в движении.	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
21	Передачи мяча в парах. Упражнения с мячами у сетки.	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
22	Верхняя и нижняя передачи. Упражнения в тройках у сетки, подача	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	

23	Закрепление техники передач, подачи, приёма мяча. Учебная игра.	1	Практикум	Учатся находить положительные качества у себя и у других людей Умеют оценивать свой результат с помощью учителя. Выполняют различные движения. Применяют умения в области самоанализа и саморазвития.	
24	Футбол. (немного истории, правила игры). Ведение и прием мяча.	1	Соревнование	Высказывают свое мнение Учатся работать по предложенному учителем плану Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения . Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Умеют выражать себя в различных видах игровой деятельности.	
25	Стойки и перемещения	1	Беседа	Усваивают разные способы запоминания информации Учатся контролировать свою речь и поступки. Формируют нравственные чувства и нравственное поведение.	
26	Прием и обработка мяча одним касанием.	1	Интерактивное занятие	Высказывают свое мнение. Определяют и объясняют своё отношение к правилам правильной еды. Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности.	
27	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места	1	Викторина	Высказывают свое мнение. Осознают собственную полезность и ценность. Усваивают разные способы запоминания информации.	

				Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
28	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1	Викторина	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
29	Прием и остановка мяча.	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
30	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	1	Беседа	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
31	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъема по прямой	1	Интерактивный лекторий	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	

32	Ведение мяча внешней и внутренней частью подъёма по прямой	1	Практикум	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
33	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1	Викторина	Развитие двигательных способностей через игру. Выбирают, как поступить и объясняют свой выбор. Умеют ставить вопросы для сотрудничества. Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.	
34	Эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнёру.	1	Игра	Осознают собственную полезность и ценность Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя. Строят понятные для партнера высказывания. Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки.	