

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 5»

Согласовано
Заместитель директора
по УВР
«30» августа 2024 г

Утверждено
Директор школы
Приказ
от «30» августа 2024г № 188

Рабочая программа
по курсу курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры», 6,7,8 класс
название курса, класс

(направление: занятия, направленные на удовлетворение потребностей обучающихся
в творческом и физическом развитии, помощь в самоорганизации, раскрытии и
развитии способностей)
Срок реализации 3 года

Составитель:
Вильцина Елена Юрьевна,
учитель физической
культуры.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности является частью основной общеобразовательной программы основного общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5» и состоит из следующих разделов:

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.
3. Тематическое планирование

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия игровыми видами спорта для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях игровыми видами спорта стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Игровые виды спорта развивают такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в игровых видах спорта способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Игровые виды спорта позволяют выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом, активное использование спортивных игр в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий игровыми видами спорта.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий игровыми видами спорта.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

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

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий

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

Цель программы – обучить учащихся спортивным играм: пионербол, баскетбол, футбол, волейбол, русская лапта.

Основными задачами программы являются:

- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний, овладение основными приемами техники и тактики игры;

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы, привитие учащимся организаторских навыков.

Формы подведения итогов реализации программы:

1. Тренировочный процесс в учреждении планируется на основе учебных материалов, изложенных в данной программе.
2. Планирование занятий и распределение учебного материала в группах проводится на основании учебного плана и годового графика распределения часов.
3. Учебным планом предусматриваются теоретические и практические занятия, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.
4. На теоретических занятиях учащиеся знакомятся с развитием физкультурного движения, историей развития видов спорта, получают знания по анатомии, физиологии, врачебному контролю, гигиене, теоретические сведения о технике выполнения упражнений, методике обучения и тренировки, правилам и судейству соревнований.
5. На практических занятиях учащиеся овладевают техникой упражнений, развивают свои физические качества, приобретают судейские навыки, выполняют контрольные нормативы. Участие в соревнованиях организуется в соответствии с годовым календарным планом.
6. Годичный цикл тренировочных занятий в группе подразделяется на подготовительные, соревновательные и восстановительные этапы.
7. Предварительный контроль: контрольно-диагностические средства, позволяющие выявить те знания, умения и навыки проводится в начале учебного года - (наблюдение, практические задания, соревнования);
8. Текущий (промежуточный) контроль: контрольно-диагностические средства, позволяющие проверить знания, умения и навыки учащихся в середине года - (наблюдение, практические занятия);
9. Итоговый контроль, позволяющий проверить знания, умения и навыки, полученные обучающимися за год (методы педагогического диагностирования: наблюдение, соревнования, зачеты).

3. Тематическое планирование

6 классы

№	Разделы, темы	Рабочая программа
		всего
1.	Развитие волейбола в России	2
2.	Гигиенические сведения и меры безопасности на занятиях	4
3.	Общая и специальная физическая подготовка	15
4.	Основы техники и тактики игры	7
5.	Контрольные игры и соревнования	6
Итого:		34

7 классы

№	Наименование темы	Количество часов
1.	Общие основы баскетбола	1
2.	Общая физическая подготовка	2

3.	Специальная физическая подготовка	10
4.	Техническая подготовка	5
5.	Тактическая подготовка	5
6.	Игровая подготовка	4
7.	Контрольные и календарные игры	7
Итого:		34

9 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Техника безопасности .	3
2	Техническая подготовка	9
3	Общая физическая подготовка.	7
4	Специальная физическая подготовка	5
5	Игровая подготовка	5
6	Контрольные и календарные игры	5
Итого:		34