

Муниципальное образование город Яровое Алтайского края
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №19»

ПРИНЯТО
ШМО учителей
физической культуры,
искусства и технологии
Протокол № 1
от «30» августа 2021г.
Руководитель ШМО:
А.В. Терентьев /Терентьев А.В.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УВР
МБОУ СОШ №19
О.В. Матюшечкина
Матюшечкина О.В.
от «30» августа 2021г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №19
О.Е. Агеева
Агеева О.Е.
Приказ №91
от «30» августа 2021г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению

«Спортивные игры»

5-7 классы

Срок реализации: 2021- 2022 учебный год

Составитель: Яковлева М.Н.
Учитель: Физической культуры

Яровое 2021

Пояснительная записка

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 г. №1644, от 31.12.2015 г. №1577)
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 28.12.2018 №345 (редакция 22.11.2019г) «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
3. Основной образовательной программы основного общего образования (в новой редакции) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №19» г.Ярвое Алтайского края принятая Управляющим советом 23.12.2019 г. протокол № 3 и утвержденная приказом №185 от 25.12.2019 г.
4. Приказа МБОУ СОШ №19 от 30.08.2020 № 91 «Об утверждении Учебного плана на 2021-2022 учебный год».
5. Положения о рабочей программе педагога МБОУ СОШ №19 г.Ярвое Алтайского края принятое Управляющим советом 19.05.2016 г. протокол № 5 и утвержденное приказом №29 от 20.05.2016 г.

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» в 5-7 классах подготовлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО и концепцией физического воспитания.

Принимая в расчёт динамику состояния здоровья обучающихся в школе, на заседании педагогического совета принято решение по проектированию комплексной программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению для обучающихся 5-7 классов.

Программа «Спортивные игры» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики спортивных игр, развитию физических способностей.

Курс введён в часть учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса в рамках спортивно-оздоровительного направления.

Новизна данной программы определена федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ трёх спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола и даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Цель и задачи программы

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Цель программы внеурочной деятельности «Спортивные игры»: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся,

воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

Цель конкретизирована следующими **задачами**:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

1. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового

образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

4. Тематическое планирование.

Учебно-тематический план на учебный год в 5-7 классах

№ п/п	Спортивные игры	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Баскетбол	12	2	10
2	Волейбол	12	2	10
3	Футбол	10	2	8
	ИТОГО	34	6	28

Учебно-тематический план

№ п\п	Наименование разделов и тем	Всего часов	контрольные работы, (итоговые, тематические, промежуточные и др. виды диагностики с указанием темы)	Примечание
5 КЛАСС				
Баскетбол 12 часов				
<i>Технические действия:</i>				
1-2	Стойки и перемещения баскетболиста	2		
3-4	Остановки: «Прыжком» «В два шага»	2		
5	Передачи мяча	1		
6	Ловля мяча	1		
7	Ведение мяча	1		
8	Броски в кольцо	1		
9-12	Подвижные игры	4		
Волейбол 12 часов				
13-14	Перемещения	2		
15-17	Передача	3		
18-19	Нижняя прямая подача с середины площадки	2		
20-21	Прием мяча	2		
22-24	Подвижные игры и эстафеты	3		
Футбол 10 часов				
25	Стойки и перемещения	1		
26	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов	1		

27-28	Удар внутренней стороной стопы по мячу, катящемуся навстречу	2		
29-31	Передачи мяча	3		
32-34	Подвижные игры	3		
	Физическая подготовка в процессе занятий			
	Итого	34		
6 класс				
Баскетбол 12 часов				
<i>Технические действия</i>				
1	Стойки и перемещения	1		
2	Остановки баскетболиста	1		
3	Передачи мяча	1		
4	Ловля мяча	1		
5	Ведение мяча	1		
6	Броски в кольцо	1		
<i>Тактические действия</i>				
7	Игра в защите	1		
8	Игра в нападении	1		
9	Тестирование	1		
10-12	Игра. Участие в соревнованиях	3		
Волейбол 12 часов				
13-15	Закрепление техники передачи	3		
16-17	Индивидуальные тактические действия в защите.	2		
18-19	Верхняя прямая подача	2		
20-21	Закрепление техники приема мяча с подачи	2		
22-24	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	3		
Футбол 10 часов				
25-26	Остановка катящегося мяча.	2		
27-29	Ведение мяча.	3		
30-32	Игра в футбол по упрощённым правилам (мини-футбол)	3		
33-34	Подвижные игры	2		
	Физическая подготовка в процессе занятий			
	Итого	34		
7 класс				

Баскетбол 12 часов				
<i>Технические действия</i>				
1	Стойки и перемещения	1		
2	Остановки баскетболиста	1		
3	Передачи мяча	1		
4	Ловля мяча	1		
5	Ведение мяча	1		
6	Броски в кольцо	1		
<i>Тактические действия</i>				
7	Игра в защите	1		
8	Игра в нападении	1		
9	Тестирование	1		
10-12	Участие в соревнованиях	3		
Волейбол 12 часов				
13-14	Индивидуальные тактические действия в нападении.	2		
15-16	Индивидуальные тактические действия в защите.	2		
17-19	Закрепление техники передачи	3		
20	Верхняя прямая подача	1		
21-22	Закрепление техники приема мяча с подачи	2		
23-24	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	2		
Футбол 10 часов				
25-26	Удар по мячу	2		
		3		
27-29	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов			
30-31	Игра по упрощенным правилам.	2		
32-34	Подвижные игры.	3		
	Физическая подготовка в процессе занятий			
	Итого	34		

Список литературы

1. Гринлер К. и др. «Физическая подготовка футболистов», М: ПК, 1976.
2. Зимин А.М. «Первые шаги в баскетболе. Учебное пособие для учащихся и учителей» М.: «Просвещение» 1992г.
3. Колос В.М. «Баскетбол: теория и практика» Минск 1989г.
4. Матвеев А.П. «Оценка качества подготовки учеников основной школы по физической культуре М. «Дрофа» 2001 год.
5. Монаков Г.В. «Техническая подготовка футболистов, методика и планирование», М: ФиС, 2000.
6. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/Г.А.Колодиницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.- М.: Просвещение, 2011.-77с.: ил.- (Работаем по новым стандартам).
7. Волейбол: Примерная программа спортивной подготовки для В67 детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный) [Текст].- М.: Советский спорт. 2005.- 112с.

Материально-техническое обеспечение

Оборудование спортзала:

1. Перекладина гимнастическая (пристеночная).
2. Стенка гимнастическая.
3. Комплект навесного оборудования.
(перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
4. Мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные.
5. Палка гимнастическая.
6. Скакалка детская.
7. Мат гимнастический.
8. Кегли.
9. Обруч пластиковый детский.

10. Планка для прыжков в высоту.
11. Стойка для прыжков в высоту.
12. Флажки: разметочные с опорой, стартовые.
13. Рулетка измерительная.
14. Щит баскетбольный тренировочный.
15. Сетка для переноса и хранения мячей.
16. Волейбольная сетка универсальная.
17. Сетка волейбольная.
18. Аптечка.
19. Мяч малый (теннисный).
20. Гранаты для метания (500г,700г).

Пришкольный стадион (площадка):

1. Игровое поле для мини-футбола.
2. Площадка игровая баскетбольная.
3. Площадка игровая волейбольная.
4. Гимнастическая площадка.
5. Полоса препятствия.

Мультимедийное оборудование:

1. ЭОР.
2. Компьютер.
3. Мультимедийный компьютер.

Учебно-методическое обеспечение:

1. Рабочая программа курса.
2. Диагностический материал.
3. Разработки игр.