

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кировской области

Департамент образования администрации города Кирова

МБОУ СОШ №30 г.Кирова

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей
практико-
ориентированного цикла
Протокол № 1
от 30.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
с заместителем директора по
УВР
_____ Т.В. Барбариной
31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ №30 г.Кирова

Т.В. Орлова-Федосимова
Приказ № 01.16-251/1 от 31.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

по спортивно-оздоровительному направлению

«Спортивные игры»

для обучающихся 7 классов

Киров, 2023

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2012);

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2011 год);
- учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010);
- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010):

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья учащихся. Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению.

Актуальность программы: Программа внеурочной деятельности по спортивным играм включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

В программу включено знакомство с играми. Игра – естественный спутник жизни, детей, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Спортивные игры имеют оздоровительное значение. Правильно организованные спортивные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки учеников.

Цели программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у учеников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- приобщение к занятиям спортивными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи:

- обеспечить двигательную активность учеников во внеурочное время;
- профилактика вредных привычек и приобщение к здоровому образу жизни;
- воспитывать у учеников осознанное отношение к необходимости заниматься спортом;
- развивать: коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как к проявлению здорового образа жизни.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ

Программа «Спортивные игры» реализует спортивно-оздоровительное направление во внеурочной деятельности.

Данная программа строится на следующих принципах:

- **Доступность** - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями школьников.

- **Коллективность** – ученик получает опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

1) Результаты освоения курса внеурочной деятельности;

Результаты внеурочной деятельности школьников в рамках программы «Спортивные игры» можно распределить по трем уровням, предложенным разработчиками ФГОС Д.В. Григорьевым и П.В. Степановым.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками социальных знаний, которые позволят понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни; о правилах конструктивной групповой работы.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): осознание учащимися роли ЗОЖ в жизни человека, практическое овладение запасами соответствующих знаний, понимание ценности человеческой жизни; заинтересованность различными видами полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, управлении своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими; самодисциплина.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): школьник может приобрести опыт здоровьесберегающей деятельности; опыт самоорганизации, организации совместной деятельности с другими детьми и работы в команде; опыт управления другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

В результате освоения содержания программы у учащихся предполагается формирование универсальных учебных действий (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных), позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

1. Личностные результаты

- 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.

2. Метапредметные результаты представлены формированием следующих универсальных учебных действий (УУД):

- 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.

Регулятивные УУД:

Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылаясь на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов;
- определять необходимые действия в соответствии с поставленной задачей;
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи достижения цели;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия результата;
- принимать решение в игровой ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из сложившейся ситуации.

Познавательные УУД:

Обучающийся сможет:

- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления.

Коммуникативные УУД:

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- договариваться о правилах в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать взаимодействие в группе.

2) Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;

№	Наименование модуля, темы	Форма проведения	Виды деятельности	Кол-во часов	
				Всего	из них внеаудиторных
Волейбол 17ч					
1	Индивидуальные тактические действия в нападении.	Тренировка	Спортивно-оздоровительная Познавательная	3	3
2	Индивидуальные тактические действия в защите.	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	3	3
3	Закрепление техники передачи	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	3	3
4	Верхняя прямая подача	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	3	3
5	Закрепление техники приема мяча с подачи	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	2	2
6	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра	Спортивная игра	Спортивно-оздоровительная	3	3
Баскетбол 17ч					
1	Стойки и перемещения	Тренировка	Спортивно-оздоровительная Познавательная	1	1
2	Остановки баскетболиста	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	1	1
3	Передачи мяча	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	1	1
4	Ловля мяча	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	1	1
5	Ведение мяча	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	2	2
6	Броски в кольцо	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	2	2

7	Игра в защите	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	3	3
8	Игра в нападении	Тренировка	Спортивно-оздоровительная	3	3
9	Тестирование	Тестирование	Спортивно-оздоровительная Диагностическая	1	1
10	Участие в соревнованиях	Спортивные соревнования	Спортивно-оздоровительная	2	2
ИТОГО 34ч					

3) Тематическое планирование

Тема 1: Волейбол.

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиции игрока на площадке. Индивидуальные действия игроков в зависимости от позиции игрока на площадке. Прием мяча, отраженного сеткой. Одиночное блокирование и страховка. Передача мяча в двойках, тройках, через сетку, в заданную часть площадки. Комбинации из освоенных элементов. Верхняя прямая подача. Приема мяча с подачи. Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, блокирование. Подвижные игры и эстафеты. Игры и игровые задания по упрощенным правилам. Взаимодействие игроков на площадке. Игра по правилам.

Тема 2: Баскетбол.

Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника, с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления и с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей рукой. Броски одной и двумя руками с места, в движении (после ведения, после ловли) и в прыжке с противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 метра. Выравнивание и выбивание мяча. Перехват мяча. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) с изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1). Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

Тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков. Игра по правилам баскетбола. Участие в школьных соревнованиях.

Календарно – тематическое планирование

№	Наименование модуля, темы	Дата проведения	
		План	Факт
Раздел Волейбол.			
1-3	Индивидуальные тактические действия в нападении.		
4-6	Индивидуальные тактические действия в защите.		
7-9	Закрепление техники передачи		
10-12	Верхняя прямая подача		
13-14	Закрепление техники приема мяча с подачи		
15-17	Подвижные игры и эстафеты. Двусторонняя учебная игра		
Раздел			
18	Стойки и перемещения		
19	Остановки баскетболиста		
20	Передачи мяча		
21	Ловля мяча		
22-23	Ведение мяча		
24-25	Броски в кольцо		
26-28	Игра в защите		
29-31	Игра в нападении		
32	Тестирование		
33-34	Участие в соревнованиях		
ИТОГО: 34 часа			

Ресурсное обеспечение

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. [Текст]/Баранцев С.А. - М. : Просвещение, 1988
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. [Текст]/Былеев Л.В.. – М., 1990.
3. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. [Текст]/Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
4. Ковалько В.И. Школа физкультминуток. [Текст]/Ковалько В.И..- М., ВАКО, 2005.
5. Покровский Е.А. Русские детские игры. Жребий хороводы, символические игры. – СПб.: Речь , Образовательные проекты. [Текст]/Покровский Е.А..- М.: Сфера, 2010. – 144 с.
6. Синяков А.Ф. Правильное питание – залог здоровья. [Текст]/Синяков А.Ф.. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, Изд-во ЭКСМО-МАРКЕТ, 2000. – 432с.
7. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. [Текст]/Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С.. - М., Просвещение, 2011
8. Желуняк М.И., Спортивные игры, М- 2011
9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом, М-2012
10. Васильков Г.А., От игр к спорту, М-2012
11. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры , М-2011
12. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей,М-2011