

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 5 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 исключающего 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	Содержание	Виды деятельности	Форма проведения	Кол-во часов	
					Всего	из них внеаудиторных
	Подвижные игры 18 ч.					
1	Основы знаний о народной подвижной игре	- Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры. - Общее и различие в правилах игр различных народов и народностей России. Понятие правил игры. Выработка правил.	Спортивно-оздоровительная Познавательная	Лекция с элементами игры	1	
2	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть	- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть. Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек. Понятие команды в подвижных играх	Спортивно-оздоровительная	Лекция с элементами игры	1	
3	Игры с бегом и перебежками	Перебежки с выручкой; - Двенадцать палочек; - Казаки-разбойники; - Ищем палочку	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	
4	Игры с мячом	Лапта Пионербол	Спортивно-оздоровительная	Игра	10	
5	Народные игры, забавы, ристания на Вятке	История игр. Считалки. Игры.	Спортивно-оздоровительная	Игра	5	
Волейбол 8 ч						
6	Перемещения	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т.п.). Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, поворот, ускорение).	Спортивно-оздоровительная Познавательная	Игра	1	
7	Передачи	Передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения	Спортивно-оздоровительная	Игра	2	

		вперед. Передачи двумя руками сверху в парах. Передачи мяча над собой. Тоже через сетку. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола, игра по правилам в пионербол, игровые задания.				
8	Нижняя прямая подача с середины площадки	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 м от сетки	Спортивно-оздоровительная	Игра	2	
9	Прием мяча	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Прием подачи.	Спортивно-оздоровительная	Игра	2	
10	Подвижные игры и эстафеты	Подвижные игры и эстафеты	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	
Баскетбол 8 ч						
11	Стойки и перемещения баскетболиста	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).	Спортивно-оздоровительная Познавательная	Игра	1	
12	Остановки прыжком, в два шага	. Остановка двумя руками и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение).	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	
13	Передачи мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	
14	Ловля мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	

15	Ведение мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	
16	Броски в кольцо	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 метра.	Спортивно-оздоровительная	Игра	1	
17	Подвижные игры	Подвижные игры на базе баскетбола («школа мяча», «гонка мяча», «охотники и утки» и т.п.).	Спортивно-оздоровительная	Игра	2	
ИТОГО					34	

3) Тематическое планирование

Тема 1: Подвижные игры

Основы знаний о народной подвижной игре. Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть. Игры с бегом и перебежками. Игры с мячом. Народные игры, забавы, ристания на Вятке.

Тема 2: Волейбол

Перемещения. Передачи. Нижняя прямая подача с середины площадки. Прием мяча. Подвижные игры и эстафеты.

Тема 3: Баскетбол

Стойки и перемещения баскетболиста. Остановки прыжком, в два шага. Передачи мяча. Ловля мяча. Ведение мяча. Броски в кольцо. Подвижные игры.

Календарно – тематическое планирование

№	Наименование модуля, темы	Дата проведения	
		План	Факт

Раздел		Подвижные игры	
1	Основы знаний о народной подвижной игре		
2	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть		
3	Игры с бегом и перебежками		
4	Игры с мячом «Пионербол»		
5	Игры с мячом «Пионербол»		
6	Игры с мячом «Пионербол»		
7	Игры с мячом «Пионербол»		
8	Игры с мячом «Пионербол»		
9	Игры с мячом «Пионербол»		
10	Игры с мячом «Пионербол»		
11	Игры с мячом Лапта		
12	Игры с мячом Лапта		
13	Игры с мячом Лапта		
14	Народные игры, забавы, ристания на Вятке		
15	Народные игры, забавы, ристания на Вятке		
16	Народные игры, забавы, ристания на Вятке		
17	Народные игры, забавы, ристания на Вятке		
18	Народные игры, забавы, ристания на Вятке		
19	Волейбол. Перемещения стойка игрока		
20	Передачи мяча		
21	Передачи мяча		
22	Нижняя прямая подача с середины площадки		
23	Нижняя прямая подача с середины площадки		
24	Прием мяча		
25	Прием мяча		
26	Игра Пионербол с элементами волейбола		
27	Баскетбол. Стойки и перемещения баскетболиста		
28	Остановки прыжком, в два шага		
29	Передачи мяча		
30	Ловля мяча		

31	Ведение мяча		
32	Бросок в кольцо		
33	Подвижные игры с элементами баскетбола		
34	Подвижные игры с элементами баскетбола		
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 хоромы, 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