МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

Управление образования Администрации Талицкого городского округа

МКОУ «Талицкая средняя общеобразовательная школа № 55»

Согласовано
Педагогическим
Протокол № 1
от 29.08.2024 г.

«Утверждаю»
Директор
«Талицкая СОШ № 55»
Приказ № 2908-1од
_____/М.В.Конюкова/
от 29.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

для обучающихся 6 классов

Срок реализации: 2024-2025учебный год

г. Талица 2024 г

Содержание рабочей программы

1. Пояснительная записка……2
2. Общая характеристика учебного предмета ……..…….3
3. Описание места учебного предмета в учебном плане…..…..…….....3
4. Личностные, предметные и метапредметные результаты
освоения учебного предмета……3-
4
5. Содержание учебного предмета ……..….....4-6
6. Тематическое планирование с определением основных видов
учебной деятельности…….6-7
7. Описание учебно-методического и материально-технического
обеспечения учебной деятельности……7
8. Планируемые результаты обучения учебного предмета…… 7-8

I. Пояснительная записка

Программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры» для обучающихся 6 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС ООО и на основании рекомендаций Департамента развития системы физкультурно-спортивного воспитания Министерства образования и науки Российской Федерации:

– об увеличение двигательной активности (через различные виды спортивных игр);

– о развитии физических качеств обучающихся (через использование национальных видов спорта или развитие видов спорта по интересам);

– о внедрении современных систем физического воспитания.

Основными документами, на основании которых составлена программа по внеурочной деятельности «Подвижные игры», являются:

1. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
3. Постановление от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 “Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях”».
4. Основная образовательная программа гимназии № 73.
5. Локальные акты обеспечивающие реализацию внеурочной деятельности в рамках федерального государственного образовательного стандарта.

Новизной данной программы является то, что в основе лежит системно-деятельностный подход, который создает основу для самостоятельного успешного усвоения обучающимися новых знаний, умений, компетенций, видов и способов деятельности.

Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению.

Особенность программы заключается в поливариантности программно-методического арсенала, что позволяет из множества вариантов содержания и видов спортивно-оздоровительной и образовательной деятельности по физической культуре делать выбор игр, соответствующих возможностям обучающихся, их возрастно-половым особенностям, устремлениям и интересам. При этом содержание соотносится с учебным материалом по физической культуре в соответствующей учебной четверти.

Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателях физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Достижение поставленной цели связывается с решением следующих **задач:**

- познакомить детей с разнообразием спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни.

II. Общая характеристика учебного предмета

Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

Спортивные игры применяются в подготовительном, соревновательном и переходном периодах, но объём их, характер и методика их использования изменяется в соответствии с задачами каждого этапа реализации программы. Сложное движение, включённое в игру, предварительно осваивается с обучающимися с помощью специальных упражнений. Методика проведения спортивных игр специфична в связи с их кратковременностью и необходимостью сохранить соответствующую плотность занятия. Включая в игры тот или иной элемент спортивной техники, важно следить, чтобы основная структура движения в ходе игры не нарушалась. В 5 классах предлагается проводить занятия в форме спортивных игр, так как именно в этом возрасте потребность в любых видах и формах движений у детей проявляется наиболее активно, поэтому для разнообразия и формирования основ двигательных и технических навыков часы, отведенные на проведение таких занятий распределены именно таким образом.

III. Описание места учебного предмета в учебном плане

Настоящая программа реализуется за счёт часов Базисного учебного плана г школы, выделенных на внеурочную деятельность и рассчитана на детей 10 – 11 лет, Срок реализации программы – 1 год, количество занятий в неделю –1, общее количество часов – 35. Количество обучающихся в группе -20-25 человек.

IV. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся на этапе среднего общего образования по программе «Подвижные игры» являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по спортивным играм являются следующие умения:

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека,
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения спортивных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- выполнять индивидуальные и групповые действия спортсменов;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять тестовые нормативы;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол, волейбол, футбол;
- осуществлять судейство соревнований.

V. Содержание учебного предмета

Разделы программы	Кол-во часов рабочей программы
1 часть	**35**
Основы знаний о физической культуре	3
Экскурсии	3
Физическое совершенствование	**25**
- баскетбол - волейбол - футбол	9
Соревновательная деятельность	4

Содержание программного материала

Основы знаний о физической культуре (4 ч)

Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике

безопасности. Правила предупреждения травматизма во время занятий: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

История развития спортивных игр и первых соревнований. Наши соотечественники — олимпийские чемпионы. Баскетбол, волейбол, футбол в Российской Федерации на современном этапе.

Экскурсии (3 ч)

Посещение спортивного хоккейного клуба «Импульс»

Соревновательная деятельность (4 ч)

Товарищеские игры (соревнования) осуществляются на внутри школьным районном, городском уровнях, где занимающиеся соревнуются с другими командами.

Физическое совершенствование (24 ч.)

<u>Спортивные игры</u>

Баскетбол

<u>На овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек.</u>

- стойки игрока; перемещения; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом.

<u>На освоение ловли и передач мяча.</u>

- ловля и передача двумя руками от груди и одной от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

<u>На освоение техники ведения мяча.</u>

- ведение в низкой, средней, высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления и скорости; правой, левой рукой.

<u>На овладение техникой бросков мяча.</u>

- броски одной и двумя с места и в движении (после ведения, ловли) .

<u>На освоение индивидуальной техники защиты.</u>

- вырывание, выбивание мяча.

<u>На освоение тактики игры.</u>

- тактика свободного нападения; позиционное нападение(5:0) без изменений позиций игрока; нападение быстрым прорывом (1:0); взаимодействие двух игроков «Отдай мяча и выйди».

<u>На овладение и комплексное развитие психомоторных способностей.</u>

- игра по упрощённым правилам мини-баскетбола», игровые задания 2:1,3:1,3:2,3:3.

Волейбол.

<u>На овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек.</u>

- стойки игрока, перемещения в стойке.

<u>На освоение техники приёма и передач мяча.</u>

- передачи сверху двумя на месте и после перемещения вперёд; передачи мяча над собой; то же через сетку.

<u>На освоение техники нижней прямой подачи.</u>

- нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-5 м. от сетки.

<u>На освоение техники прямого нападающего удара.</u>

- прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.

Ориентирование в пространстве.

- жонглирование, упр. на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме.

Футбол

На овладение техникой перемещений, остановок, поворотов и стоек.

- старты из различных и. п.; стойки игрока, перемещения приставными шагами, боком

На освоение ударов по мячу и остановок мяча.

- удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба; вбрасывание из-за боковой линии с места, с шага.

На освоение техники ведения мяча.

- ведение по прямой с изменением направления и скорости с пассивным сопротивлением.

На освоение техники ударов по воротам

- удары по воротам на точность попадания мячом в цель.

На освоение индивидуальной техники защиты.

- перехват мяча, игра вратаря.

На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

- игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; игры и игровые задания.

На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей.

- игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров; игры и игровые задания.

VI. Тематическое планирование с определением основных видов деятельности

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Характеристика деятельности учащихся
1	Т/б при занятиях б/б. История развития баскетбола.	1	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в б/б.
2	Стойки, перемещения игрока. Остановка прыжком.	1	Повторяют правила т/ б при проведении б/б; выполняют комплекс ОРУ у с мячом; изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б.
3	Остановка двумя шагами. Ловля и передачи двумя от груди на месте.		Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемов игры в б/бол.
4	Повороты без мяча, с	1	Изучают технику ловли и передачи

	мячом. Ловля и передачи на месте.		мяча различными способами; проведение специальных упражнений.
5	Ловля и передачи одной от плеча на месте. Ведение на месте.	1	Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования основных приемов игры в б/б, в мини-б/б.
6	Ловля и передачи одной от плеча. Ведение на месте с разной высотой отскока.	1	Осваивают основные приёмы игры в б/б.
7	Ловля и передачи в движении. Ведение по прямой правой, левой.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.
8	Ловля и передачи в движении по кругу. Ведение с изменением направления.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.
9	Ловля и передачи в движении в тройках. Ведение с изменением скорости.	1	Совершенствуют и корректируют технику выполнения ловли, передачи и ведения различными способами
10	Ведение мяча. Броски двумя с места. Вырывание, выбивание мяча.	1	Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий;
11	Соревнования по баскетболу	1	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.
12	Т/б при занятиях в/б. История развития волейбола	1	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в в/б.
13	Стойки, перемещения игрока. Правила в/б.	1	Повторяют правила т/ б при проведении в/б; изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки; знакомятся с терминологией игры в б/б.
14	Перемещения в стойке, остановки, ускорения. Передачи сверху двумя на месте.	1	Изучают технику передвижения в защитной стойке: повороты и остановки. Осваивают основные приемы игры в в/бол.
15	Передачи сверху двумя на месте. Правила в/б.	1	Изучают технику передачи мяча различными способами; проведение специальных упражнений.
16	Передачи снизу двумя на месте. Игра в п/б.	1	Выполняют специальные упражнения для закрепления и совершенствования

			основных приемов игры в в/б.
17	Передачи снизу двумя на месте. Челночный бег 4Х9м.	1	Осваивают основные приёмы игры в в/б. Выполняют контрольные тесты.
18	Передачи после перемещения вперёд. Бросок набивного мяча 1 кг.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.
19	Передачи после перемещения вперёд. Техника нижней прямой подачи.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.
20	Передачи над собой. Техника нижней прямой подачи.	1	Совершенствуют и корректируют технику выполнения передачи и подачи.
21	Передачи над собой. Совершенствование нижней прямой подачи	1	Решают задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий;
22	Соревнования по пионерболу	1	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.
23	Т/б при занятиях ф/б. История развития футбола.	1	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в ф/б.
24	Правила ф/б. Стойки игрока. Перемещения.	1	Соблюдают правила т/б. Овладевают основными приёмами игры в ф/б.
25	Перемещения игрока. Ведение по прямой правой, левой.	1	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.
26	Старты из различных и.п. Ведение с изменение направления. Передачи на месте.	1	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий.
27	Ведение с изменение скорости. Передачи на месте.	1	Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.
28	Ведение. Передачи в движении. Игра.	1	Выполняют правила игры. Организуют совместные занятия ф/б со сверстниками, осуществляют судейство игры.
29	Удары по воротам. Отбор мяча.	1	Разбирают характерные ошибки при выполнении упражнения;

			характеризую показатели физической подготовки
30	Удары по воротам. Жонглирование.	1	Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от условий и двигательных задач
31	Соревнования по мини-футболу	1	Выполняют правила игры. Осуществляют судейство.
32 - 34	Экскурси и хоккейного клуба «Импульс.	3	Узнают о выдающихся спортсменах-хоккеистах родного города
35	Соревнования «Спортивный калейдоскоп»	1	Решают задачи игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий

VII. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса:

Оснащенность учебного процесса:

- Стандарт основного общего образования по физической культуре
- Примерные программы по учебным предметам.

Физическая культур

- Авторской программы: «Физическая культура» В.И. Лях, 2013 г.
- Учебная, научно-популярная литература по ф/ к и спорту, олимпийскому движению
- Методические издания по физической культуре для учителей
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте»
- Мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные
- Сетка для переноса и хранения мячей
- Баскетбольные щиты с кольцами
- Стойки для волейбола
- Сетки для баскетбольных колец
- Волейбольные сетки
- Жилетки игровые разного цвета
- Флажки разметочные с опорой
- Стойки для обводки
- Ворота
- Конусы
- Фишки
- Свисток судейский
- Секундомер

VIII. Требования к качеству освоения программного материала

В результате освоения содержания учебного курса «Подвижные игры» учащиеся 5 класса получат возможность ***иметь представление:***

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- личной гигиене;
- о правилах спортивных игр;

<u>Получат возможность научиться:</u>

-самостоятельно проводить занятия по обучению спортивных игр.
-тестировать показатели физического развития и основных физических качеств.
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- играть в подвижные игры и спортивную игру баскетбол, волейбол, футбол;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
-выполнять технику различных передач и бросков мяча;
- выполнять индивидуальные и групповые действия спортсменов;
- выполнять строевые упражнения;
-выполнять тестовые нормативы;
-выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол, футбол, волейбол;
-осуществлять судейство на соревнованиях.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402735

Владелец Конюкова Марина Вениаминовна

Действителен С 13.01.2025 по 13.01.2026