

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Старо-Тарабинская общеобразовательная школа имени Героев Советского Союза
А.С. Красилова и Л.А. Черемнова**

<p>Принята педагогическим советом</p> <p align="center">Протокол № 9 от «27» мая 2022г.</p>	<p align="center">« Утверждаю»</p> <p align="center">Директор школы _____ /Т.В.Кузина/</p> <p align="center"></p> <p align="center">Приказ № 9 от «27» мая 2022г.</p>
---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности «Подвижные игры»

основного общего образования для 5 – 9 классов

На 2022-2023 год

Составитель: Бахман Анастасия Владимировна
учитель физической культуры

Рабочая программа разработана в соответствии с положением о рабочей программе МКОУ Старо-Тарабинской ООШ имени Героев Советского Союза А. С. Красилова и Л. А. Черемнова утвержденного приказом директора №32 от 25.08.2020 г.

Цели и задачи программы:

Программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей:

- развитие двигательной активности обучающихся;
- достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности;
- формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

задачи :

- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
- Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
- Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
- Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

Описание места учебного предмета

В соответствии с планом внеурочной деятельности школы курс «Подвижные игры» изучается в 5 – 9 классах, - 1 час в неделю (34 часа в учебном году)

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные универсальные учебные действия:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
- установка на безопасный здоровый образ жизни

Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;
- осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;
- анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; -- адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;
- прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

Познавательные УУД:

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
- формулировать проблему;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- различать обоснованные и необоснованные суждения;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

Коммуникативные УУД:

- принимать участие в совместной работе коллектива;
- координировать свои действия с действиями партнеров;
- корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
- содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников

Предметные результаты:

- обобщать, делать несложные выводы;
- давать определения тем или иным понятиям;
- выявлять закономерности и проводить аналогии;
- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
- осуществлять *принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся* с разными образовательными возможностями.

Содержание учебного курса

Сроки реализации программы: 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. Всего – 34 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является – **групповая**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

Виды деятельности: занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

Содержание учебного курса

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Введение	(1ч.) Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.
2.	Легкая атлетика	(9ч.) Общеразвивающие упражнения, эстафеты из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. В содержание включаются подвижные игры: Линейная и встречная эстафеты, эстафеты с гандикапом, эстафеты в кругу и в парах, «Мячом в цель», «День и ночь», «Гусеница», пятнашки по кругу «Второй лишний», «Третий лишний», «Охотники», «Снайперы», эстафета «Челночный бег с переносом кубиков».
3.	Гимнастика с основами акробатики	(7ч.) Общеразвивающие упражнения, эстафеты из различных исходных положений, самостоятельно играть в разученные игры. В содержание включаются подвижные игры: Полоса препятствий, эстафета «Передал — садись», «Бой петухов», «Перетягивание канатов», «Бег с кувырками», «Спиной к финишу», «Борьба всадников».
4.	Спортивные игры	(17ч.) Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо»,

№ п/п	Тема	Содержание
		«Школа мяча» , «Перестрелка» , «Лапта», «Запятой последнего» , «10 передач» , «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».
ИТОГО		(34ч.)

Календарно-тематическое планирование

№п\п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
Спортивные игры			34
Введение			1
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.	1
Легкая атлетика			9
2		Изучение выполнения низкого старта	1
3		Изучение выполнения высокого старта	1
4		Изучение техники передачи эстафеты	1
5		Обучение технике бега по виражу	1
6		Эстафеты в парах	1
7		Линейная эстафета	1
8		Встречная эстафета	1
9		Эстафеты в кругу	1
10		Эстафеты с гандикапом	
Гимнастика с основами акробатики			7
11		Эстафеты с подлезанием и перелезанием.	1
12		Полоса препятствий.	1
13		Гимнастические упражнения (опорный прыжок)	1
14		Гимнастические упражнения с предметами (скакалка , гимн. палка ,н/б мячи)	1
15		Акробатические упражнения (висы ,упоры , упр. на равновесие)	1
Спортивные игры			17
16		Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом.	1
17		Игры эстафета «Забрось мяч в кольцо» , «Школа мяча» , «Перестрелка»	1
18		Игра в бадминтон.(Подачи)	1

19		Игра в бадминтон .(Удары слева ,сверху и снизу)	1
20		Игра в бадминтон .(Двусторонняя игра)	1
21		Игра в бадминтон.(Двусторонняя игра)	1
22		Игра в волейбол (нападающий удар в тройках через сетку)	1
23		Игра в волейбол (прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером)	1
24		Игра в волейбол (одиночное блокирование)	1
25		Игра в волейбол (двусторонняя игра)	1
26		Игра в волейбол (двусторонняя игра)	1
27		Игра в баскетбол (зонная защита)	1
28		Игра в баскетбол (защитные действия против игрока без мяча и с мячом)	1
29		Игра в баскетбол (комбинированная защита)	1
30		Игра в баскетбол (ведение мяча с сопротивлением)	1
31		Игра в баскетбол (бросок двумя руками от головы с места)	1
32		Игра в баскетбол (учебная игра)	1
33		Игра в баскетбол (стритбол)	1
34		Игра в баскетбол (двусторонняя игра)	1
		Итого	34

Информационно-методическое обеспечение

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейка гимнастическая, обручи.

Для учителя:

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «. ДОМ. XXI век, 2007 г.,- 189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
5. ФГОС 2 поколения
6. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

Интернет-ресурсы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – Режим доступа : <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588>
2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : <http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm>

