

Приложение к содержательному разделу основной образовательной программы
основного общего образования, утвержденной приказом №02-у от 09.01.2019

Управление образования администрации
Новокузнецкого муниципального района
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сары-Чумышская основная общеобразовательная школа»

Программа рекомендована
педагогическим советом
Протокол №04 от 29.12.2018

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по УВР
МБОУ «Сары-Чумышская ООШ»

Трофимова /Е.А.Трофимова/

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Сары-Чумышская
основная общеобразовательная школа»
Л.Ю.Вохмянина /Л.Ю.Вохмянина/
Приказ № 03-у от 09.01.2019



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
спортивно-оздоровительного направления развития личности**

«Спортивные игры»

5-8 класс

35 учебных часов

2018 – 2019 учебный год

Составлена: учителем физической культуры
Созоновой Ольгой Владимировной

Новокузнецкий район
с. Сары-Чумыш

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Ожидаемые результаты работы по программе: в результате освоения материала программы обучающийся научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол и бадминтон в условиях учебной и игровой деятельности;
- соблюдать на практике правила игры, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
- соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- осуществлять рефлекссию в ходе и по окончании деятельности;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Форма организации: спортивная секция.

Виды деятельности: игровая деятельность, досугово-развлекательная, спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная.

Знания о физической культуре:

Физическая культура и спорт. История развития спортивных игр (футбола, баскетбола, волейбола, настольного тенниса). Достижения советских и российских спортсменов, их выступления на первенствах Европы и мира, Олимпийских играх. Роль комплекса ГТО в развитии физической культуры и спорта.

Гигиена, предупреждение травм. Гигиена начинающего спортсмена. Гигиена обуви и одежды. Врачебный контроль. Предупреждение травм и оказание первой помощи. Влияние физических упражнений на организм занимающегося.

Правила соревнований, места занятий, оборудование, инвентарь. Правила соревнований по спортивным играм (футбола, волейбола, баскетбола, бадминтона, настольный теннис). Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Виды деятельности: спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная.

Физическое совершенствование:

Футбол.

Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная.

Баскетбол.

Основы техники и тактики. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений. Техника владения мячом. Ловля мяча двумя руками с низкого отскока. Ловля мяча одной рукой на уровне груди. Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трех очковой линии. Ведение мяча с изменением высоты отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока. Групповые действия. Учебная игра.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная.

Волейбол.

Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки. Действия с мячом. Передача мяча двумя руками. Передача на точность. Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Техника защиты. Блокирование. Взаимодействие игроков передней линии при приеме. Контрольные игры и соревнования.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная.

Настольный теннис.

Теоретическая подготовка. Физическая подготовка. Способы перемещения. Атакующие удары. Защитные удары. Промежуточные удары. Нормативы и соревнования.

Виды деятельности: игровая деятельность, спортивно-оздоровительная деятельность, познавательная.

3. Тематическое планирование

5-8 класс

35 учебных часов

№ занятия	Название темы	Кол-во часов
	Футбол	10
1	История развития футбола. Достижения советских и российских спортсменов. Техника безопасности и гигиенические требования при занятиях мини – футболом. Техника передвижения. Стойки игрока.	1
2	Удары серединой лба	1
3	Остановка мяча грудью. Ведение мяча внутренней стороной стопы Учебная игра.	1
4	Обманные движения (ложная и действительная фазы движения). Отбор мяча – толчком соперника	1
5	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря (бросок мяча рукой)	1
6	Тактика игры в футбол, тактика нападения, индивидуальные действия с мячом. Учебная игра.	1
7	Тактика защиты, тактика вратаря. Учебная игра.	1
8	Отбор мяча в подкате. Учебная игра.	1
9	Выполнение комбинации из освоенных элементов. Правила соревнований. Понятие о методике судейства.	1
10	Соревнование по мини – футболу.	1
	Баскетбол	7
11	История развития баскетбола. Достижения советских и российских спортсменов. Техника безопасности, гигиенические требования и основы знаний на занятиях по баскетболу. Техника передвижения. Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
12	Техника владения мячом. Ловля катящегося мяча.	1
13	Ведение мяча с переводом на другую руку. Передача мяча двумя руками снизу.	1

14	Броски мяча в движении. Перехват мяча.	1
15	Бросок с трех очковой линии.	1
16	Групповые действия (нападение быстрым прорывом). Учебная игра. Правила соревнований. Понятие о методике судейства.	1
17	Соревнования по баскетболу.	1
	Волейбол	11
18	История развития волейбола. Достижения советских и российских спортсменов. Инструктаж по технике безопасности и гигиенические требования при занятиях волейболом. Сочетание способов перемещения. Стойки игрока.	1
19	Передача мяча сверху двумя руками в парах.	1
20	Прием мяча снизу двумя руками. Подвижная игра «Спираль».	1
21	Передача на точность. Встречная передача.	1
22	Подача мяча: верхняя прямая. Развитие скоростно-силовых качеств. Учебная игра в пионербол.	1
23	Отбивание мяча кулаком через сетку. Подвижная игра «Охотники и утки».	1
24	Прямой нападающий удар. Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча.	1
25	Техника защиты. Блокирование.	1
26	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
27	Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме. Пионербол с элементами волейбола. Правила соревнований.	1
28	«Пионербол» - учебная игра.	1
	Настольный теннис	7
29	Теоретическая подготовка. История развития тенниса. Достижения советских и российских спортсменов. Техника безопасности и гигиенические требования при игре в теннис.	1
30	Физическая подготовка.	1
31	Способы перемещения.	1
32	Атакующие удары.	1
33	Защитные удары.	1
34	Промежуточные удары.	1
35	Нормативы и соревнования. Правила соревнований. Понятие о методике судейства.	1
ИТОГО:		35

АННОТАЦИЯ
к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»
для 5-8 классов

Рабочая программа по внеурочной деятельности разработана на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Программа включает следующие разделы: результаты освоения курса внеурочной деятельности; содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности; тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Спортивные игры».

Учебный план школы отводит 35 часа (1 учебный час в неделю) для освоения курса внеурочной деятельности.

Занятие курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» направлено на достижение следующих **целей**:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол и бадминтон в условиях учебной и игровой деятельности;
- соблюдать на практике правила игры, действовать в соответствии с требованиями судейства в различных видах спорта;
 - соблюдать правила взаимодействия в процессе спортивной игры;
 - осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- осуществлять рефлексию в ходе и по окончании деятельности;
 - выполнять тестовые нормативы ГТО по физической подготовке.