

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 14

Рассмотрена

Методическим объединением учителей
начальных классов

протокол от 30.08.2023 г. № 1

Руководитель Вовчинская Н.А.

Утверждена

приказом от 30.08.2023 г. - ²⁹⁰ОД

Директор МБОУ СОШ № 14

М.Л. Горбачева



Рабочая программа

внеурочной деятельности обучающихся спортивно-оздоровительного направления на
ступени основного общего образования в рамках реализации ФГОС ООО

«Спортивные игры»

Возраст школьников, на который ориентирована программа: 12-17 лет (6-11класс)

2023-2024 учебный год

Каминская О.П., педагог внеурочной деятельности

г. Южно-Сахалинск

2023 год

Пояснительная записка

Актуальность программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» заключается в том, что игра способствует развитию сенсорных способностей и физических навыков, раскрывая возможности для того, чтобы ребенок расширял и совершенствовал приобретенные ранее умения. Кроме того игра требует от ребенка проявления таких качеств как инициативность, общительность, способность координировать свои действия с действиями сверстников, закладывая таким образом, основы социальных отношений. Спортивные игры позволяют ставить и решать интересные двигательные задачи разной сложности, закрепляя достигнутый оздоровительный эффект, получать новые ощущения, вкладывать свои эмоции. Игры создают дополнительную обучающую ситуацию и помогают освоить те виды движений, которые с трудом освоились на физкультурных занятиях или в других видах деятельности. Спортивная игра- естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

«Спортивные игры» - внеурочная деятельность для учащихся основной общей школы, дополняющая уроки физической культуры. Использование данного курса способствует повышению уровня двигательной активности до уровня, обеспечивающего нормальное физическое, психическое развитие и здоровье детей; обеспечиваются условия для проявления активности и творчества каждого ученика.

Направление спортивно-оздоровительное.

Содержание занятий по программе внеурочной деятельности учитывает возрастные особенности учащихся.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» является модифицированной и составлена на основе:

- комплексной программы физического воспитания учащихся 5-9 классов. Автор доктор педагогических наук В.И.Лях;
- учебно-методических пособий – Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии», Москва «Вако», 2014г.; Гриженя В.Е.
- организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие – М., Советский спорт, 2005.-40с.

Цель программы: создание условий для физического развития детей, формирование личности ребенка средствами спортивных игр через включение их в совместную деятельность, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- укреплять здоровье учащихся;
- содействовать правильному физическому развитию учащихся и пропагандировать здоровый образ жизни;
- содействовать приобретению необходимых теоретических знаний;
- научить основным приемам проведения подвижных игр;
- воспитывать волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность, коллективизм, чувство дружбы;
- прививать учащимся организаторские навыки;

- повышать специальную, физическую, тактическую подготовку учащихся по подвижным играм;
- подготовка учащихся к школьным и городским соревнованиям;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к подвижным играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учетом особенностей участников, условий и обстоятельств.

Программа рассчитана на 1 учебный год 34 часа, 1 час в неделю – 34 часа в год.

Формы внеурочной деятельности.

Основными формами организации внеурочной деятельности физического воспитания в школе являются *занятия в спортивном кружке, физкультурно-оздоровительные мероприятия, спортивные соревнования и праздники, самостоятельные занятия физическими упражнениями.*

Планируемые результаты

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать занятия спортивными и подвижными играми для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях спортивными и подвижными играми стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Спортивные и подвижные игры развивают такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмы опасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в спортивных и подвижных играх способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Спортивные и подвижные игры позволяют выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение

спортивного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

В области физической культуры:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базовом уровне владения упражнениями с мячом, активное использование спортивных и подвижных игр в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по спортивным и подвижным играм.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

В области трудовой культуры:

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий.

Способы оценки достижения планируемых результатов внеурочной деятельности.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей проходит через участие их в спортивных соревнованиях, создании портфолио.

В портфолио ученика будут включены фото и видеоизображения его участия в соревнованиях, грамоты, сертификаты, свидетельства.

Оценка достижения ожидаемых результатов внеурочной деятельности осуществляется по следующим критериям:

1. повышение интереса ребят к спортивной деятельности,
2. повышение их мотивации к публичным выступлениям.
3. повышение социальной активности;
4. развитие навыков самостоятельной спортивной деятельности;
5. положительная динамика вовлечения учащихся во внеурочную деятельность.

Оценочная деятельность учащихся заключается в определении учеником границ знания/незнания своих потенциальных возможностей, а также осознание тех задач, которые предстоит решить в ходе осуществления внеурочной деятельности.

Тематическое планирование программы

№	Название раздела	Количество часов			Основные виды внеурочной деятельности
		Всего	аудиторных	внеаудиторных	
1	1 раздел. Введение. Техника безопасности на занятиях кружка «Спортивные игры»	1 час	1		Познавательная
2	2 раздел. Спортивные игры	33 часа		33	Игровая Спортивно-оздоровительная
3	Итого	34 часов	1	33	

Содержание программы

1 раздел. Введение. Техника безопасности на занятиях кружка «Подвижные игры».

2 раздел. Спортивные игры.

2.1 Спортивная игра «Волейбол» – терминология избранной игры; - правила и организация проведения соревнований по волейболу; - техника безопасности при проведении соревнований и занятий; - подготовка места занятий; - помощь в судействе; - организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

2.2 Спортивная игра баскетбол – терминология избранной игры; - правила и организация проведения соревнований по баскетболу; - техника безопасности при проведении соревнований и занятий; - подготовка места занятий, - помощь в судействе; - организация и проведение спортивных и подвижных игр, игровых заданий.

2.3 Спортивная игра мини футбол – терминология избранной игры; - правила и организация проведения соревнований по футболу; - техника безопасности при проведении соревнований и занятий; - подготовка места занятий; - помощь в судействе; - организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

2.4 Спортивная игра бадминтон – терминология избранной игры; - правила и организация проведения соревнований по бадминтону; - техника безопасности при проведении соревнований и занятий; - подготовка места занятий; - помощь в судействе; - организация и проведение подвижных игр и игровых заданий

Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе.

Требования к знаниям	Требования к умениям	Требования к компетенциям
Знать и иметь представление:	Составлять, правильно выполнять комплексы	Компетентности здоровьесбережения: знание

<p>Об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;</p> <p>О способах и особенностях движений и передвижений человека;</p> <p>Об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;</p> <p>О терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;</p> <p>О физических качествах;</p> <p>Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики осанки и поддержания достойного внешнего вида;</p> <p>О причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.</p>	<p>утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;</p> <p>Вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;</p> <p>Организовывать и проводить самостоятельные занятия; уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.</p>	<p>и соблюдение норм здорового образа жизни; знание и соблюдение правил личной гигиены, обихода; физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни.</p> <p>Компетентности интеграции:</p> <p>структурирование знаний, ситуативно-адекватной актуализации знания, расширения приращения накопленных знаний;</p> <p>Компетентности познавательной деятельности: постановка и решение познавательных задач; нестандартные решения, проблемные ситуации их создание и разрешение; продуктивное и репродуктивное познание, исследование, интеллектуальная деятельность</p>
--	---	---

Материально-техническое обеспечение

Информационно-методическое обеспечение

Рабочая программа рассчитана на условия МБОУ ООШ № 14 г. Южно-Сахалинск, со стандартной базой для занятия физическим воспитанием и стандартным набором спортивного инвентаря, а также на традициях школы.

Список литературы

1. Жуков М.Н. Подвижные игры – М.: Академия ,2000.
2. Кадкаспиров Ю.Г. Развивающие игры на уроках физической культуры –М.: Дрофа 2014.
3. Физическая культура. 5-7 классы / под ред. М. Я. Виленский. – М.: Просвещение, 2014.
- 4.Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов. / В. И. Лях, – М.: Просвещение, 2014.
- 5.Физическая культура. 8-9 классы / под ред. М. Я. Виленский. – М.: Просвещение, 2014.
- 6.Физическая культура. 10-11 классы / под ред. М. Я. Виленский. – М.: Просвещение, 2013.
- 7.Физическая культура. 5–7 классы / под ред. Г. И. Мейксона. – М.: Просвещение, 2014.
- 8.Физическая культура. 8–9 классы / под ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2014.
- 9.Физкультура. 5 – 11 классы: календарно-тематическое планирование по трехчасовой программе / авт.-сост. В. И. Виненко. – Волгоград: Учитель, 2013.
- 10.Физическое воспитание в школе / авт.-сост. Е. Л. Гордияш. – Волгоград: Учитель, 2014.

Учебно-практическое оборудование:

1. Скамейки гимнастические.
2. Обручи гимнастические.
3. Скакалки гимнастические.
4. Мячи (баскетбольный, футбольный, волейбольный, резиновый, теннисный)
5. Маты гимнастические.
6. Конусы.
7. Стенка гимнастическая.
8. Щиты баскетбольные.
9. Стойки волейбольные.
10. Сетки волейбольные.
11. Компрессор для накачивания мячей.
12. Бадминтонные ракетки
13. Воланы

Календарно – тематическое планирование 6 класс (1 часа в неделю)

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
				По плану	По факту
1	Волейбол	Техника безопасности при игре в волейбол. Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола	1		
2	Волейбол	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Подвижная игра «Пасовка волейболистов»	1		
3	Волейбол	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. Подвижная игра пионербол с элементами волейбола	1		
4	Волейбол	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты. Подвижная игра пионербол с элементами волейбола	1		
5	Волейбол	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола	1		
6	Волейбол	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра мини-волейбол.	1		
7	Волейбол	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача. Эстафеты. Игра мини-волейбол.	1		
8	Волейбол	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах.	1		

		Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача. Эстафеты. Игра мини-волейбол			
9	Баскетбол	Правила техники безопасности при игре в баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Остановка прыжком. Ведение мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра мини-баскетбол.	1		
10	Баскетбол	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком . Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол.	1		
11	Баскетбол	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра мини-баскетбол.	1		
12	Баскетбол	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра мини-баскетбол.	1		
13	Баскетбол	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча от груди в движении. Игра мини-баскетбол	1		
14	Баскетбол	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча от груди в движении с атакой на кольцо. Игра мини-баскетбол	1		
15	Баскетбол	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении. Ловля и передача мяча в движении в тройках. Бросок двумя руками от головы с места. Игра мини-баскетбол.	1		
16	Баскетбол	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении. Ловля и передача мяча в движении в тройках. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра мини-баскетбол.	1		

17	Футбол	Правила техники безопасности при игре в футбол. Основные правила и приемы игры. Стойка и передвижение игрока. Игра мини-футбол.	1		
18 19 20	Футбол	Передача мяча партнеру и остановка катящегося мяча в условиях игровой деятельности	3		
21 22 23 24	Футбол	Стойка и передвижение игрока. Удары по неподвижному и катящемуся мячу. Ведение мяча (выполнение игровых упражнений с ведением мяча). Игра мини-футбол.	4		
25 26 27 28 29 30 31 32 33 34	Бадминтон	Изучение правил игры бадминтон. Техника перемещений. Техника подачи (высокая, низкая). Удары сверху. Плоские удары. Спортивная игра бадминтон.	10		