

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАУЧНЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
ИМЕНИ ГАГАРИНА ЮРИЯ АЛЕКСЕЕВИЧА»
БАХЧИСАРАЙСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
классных руководителей
Протокол № 4
от «29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по ВР
Стулина Т.В.
« 30 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ МБОУ «Научненская
СОШ им. Гагарина Ю.А.»
№ 366 от 31.08.2023 г.
Директор О.И. Пивовар

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
кружок «Подвижные игры»

Класс: 5

Уровень образования – основное общее образование

Направление внеурочной деятельности: внеурочная деятельность по развитию личности, ее способностей

Срок реализации программы: 2023-2024 учебный год

Количество часов по учебному плану: 1 ч/неделю, всего 34 ч/год

Рабочую программу составила:

Дроздова Кристина Анатольевна, учитель физической культуры

пгт. Научный,
2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности кружка «Спортивные игры» для обучающихся 5 класса разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287;
- Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «Научненская СОШ» (5-9 классы) ФГОС, утвержденной приказом директора от 22.06.2022 № 223;
- Рабочей программой воспитания обучающихся МБОУ «Научненская СОШ имени Гагарина Ю.А.» Бахчисарайского района Республики Крым, утвержденной приказом директора от 31.08.2023 года № 358.

Цели программы: достижение всестороннего развития личности ребенка, на основе физического развития, укрепления здоровья, освоения культурного наследия русского народа.

Задачи:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- формирование общих представлений о спортивных играх, их значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения спортивным играм;
- изучение и совершенствование технических приемов игры;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты¹

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации (2);
- готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения (1);
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга (3) (5);
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях (5);
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом (5);
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта (4);
- готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей(5);

¹ Программа составлена с учетом рабочей программы воспитания обучающихся МБОУ «Научненская СОШ имени Гагарина Ю.А.», основных направлений воспитания в соответствии с ФГОС:

1. Гражданское
2. Патриотическое
3. Духовно-нравственное
4. Эстетическое
5. Физическое воспитание, формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия
6. Трудовое
7. Экологическое
8. Ценность научного познания

- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом (7);

- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека (7);

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок (5);

- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды (5) (6);

Метапредметные результаты:

- умение ставить и формулировать проблемы;

- 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;

- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Футбол (12 часов)

Правила игры в футбол. Разминка с мячами. Упражнения на чувство мяча. Игра. Жонглирование мяча. Индивидуальная работа над владением мяча. Работа в парах. Прием, передачи мяча в движении. Игра в квадрат. Футбол: стойка игрока, перемещение в стойке. Удары по воротам. Штрафной удар. Вбрасывание из-за боковой. Обводка игроков. Игра в пас. Двусторонняя игра. Прием передачи мяча в тройках в движении. Игра по упрощенным правилам. Жонглирование. Упражнения на чувство мяча. Удары по воротам. Техника игры вратаря. Игра в квадрат. Обводка стоек, удар по воротам. Ввод мяча из-за боковой. Игра в футбол. Товарищеская игра.

Волейбол (7 часов)

Техника нижней прямой подачи. Учебная игра. Техника верхней прямой подачи. Учебная игра. Игровые взаимодействия. Учебная игра. Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная игра. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи. Учебная игра. Чередование способов подач. Имитация второй передачи и обман. Учебная игра. Сочетание способов перемещений. Прием мяча снизу двумя руками от сетки. Учебная игра.

Баскетбол (10 часов)

Развитие координационных способностей. Игра «10 передач». Дриблинг на месте и в движении. Упражнение «восьмерка». Основы ведения мяча. Упражнения в жонглировании. Упражнения в ведении мяча. Игра «Удержание мяча». Подбор мяча в двух колоннах. Упражнение с вращением мяча. Передачи мяча в кругу. Обводка на полной скорости.

Эстафеты (5 часов)

Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости. Эстафеты с прыжками, метаниями. Эстафетный бег. Встречная эстафета с обручем и скакалкой. Эстафета со скакалкой

Формы организации занятий:

- состязания;
- эстафеты;
- товарищеские встречи;
- подвижные игры.

Виды деятельности:

- Игровая
- Спортивно-оздоровительная
- Соревновательная

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ раздела и тем	Наименование разделов и тем	Учебные часы	Контрольные работы	Практическая часть
1	Футбол	12		
2	Волейбол	7		
3	Баскетбол	10		
4	Эстафеты	5		
	Итого:	34		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п		Сроки выполнения		Название раздела (кол-во часов), темы урока	Примечание
план	факт	план	факт		
Футбол – (7часов)					
1.				Инструктаж по ОТ. ИОТ № 26 Правила игры в футбол. Разминка с мячами. Упражнения на чувство мяча. Игра	
2.				Жонглирование мяча. Индивидуальная работа над владением мяча. Игра	
3.				Работа в парах. Прием, передачи мяча в движении. Игра в квадрат	
4.				Футбол: стойка игрока, перемещение в стойке. Игра	
5.				Удары по воротам. Штрафной удар. Вбрасывание из-за боковой. Игра	
6.				Обводка игроков. Игра в пас	
7.				Двусторонняя игра	
Волейбол – (7часов)					
8				Техника нижней прямой подачи. Учебная игра	
9				Техника верхней прямой подачи. Учебная игра.	
10				Игровые взаимодействия. Учебная игра	
11				Передача мяча сверху двумя руками из глубины площадки. Прямой нападающий удар. Учебная	

				игра	
12				Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к направлению передачи. Учебная игра.	
13				Чередование способов подач. Имитация второй передачи и обман. Учебная игра.	
14				Сочетание способов перемещений . Прием мяча снизу двумя руками от сетки. Учебная игра.	
Баскетбол – (10часов)					
15				Развитие координационных способностей. Игра «10 передач»	
16				Дриблинг на месте и в движении. Упражнение «восьмерка». Основы ведения мяча. Игра «10 передач»	
17				Упражнения в жонглировании. Упражнения в ведении мяча. Игра «Удержание мяча»	
18				Подбор мяча в двух колоннах. Упражнение с вращением мяча. Игра	
19				Передачи мяча в кругу. Обводка на полной скорости. Игра	
20				Перемещение в стойке боком, лицом. Передача мяча одной рукой от плеча. Передача мяча двумя рука ми от груди. Учебная игра в баскетбол.	
21				Ловля высоколетающих мячей в прыжке, на месте, в движении. Учебная игра в баскетбол.	
22				Передача и ловля мяча при встречном движении и с отскоком от пола. Учебная игра в баскетбол.	
23				Ловля и передача в парах, тройках на месте и в движении. Учебная игра в баскетбол.	
24				Сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите. Учебная игра в баскетбол	
Эстафеты – (5часов)					
25				Эстафеты на развитие быстроты, силы, ловкости	
26				Эстафеты с прыжками, метаниями	
27				Эстафетный бег	
28				Встречная эстафета с обручем и скакалкой	
29				Эстафета со скакалкой	
Футбол – (5часов)					
30				Прием передача мяча в тройках в движении. Игра по упрощенным правилам	
31				Жонглирование. Упражнения на чувство мяча. Подвижная игра «Мяч в ворота»	
32				Удары по воротам. Техника игры вратаря. Игра в квадрат.	
33				Обводка стоек, удар по воротам. Ввод мяча из-за боковой. Игра в футбол	
34				Товарищеская игра. Промежуточная аттестация.	

Лист корректировки рабочей программы

Предмет/курс: «Спортивные игры»Класс: 5ФИО учителя Дроздова Кристина Анатольевна

Четверть (полугодие)	Тема урока	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту
1 четверть					
2 четверть					
3 четверть					
4 четверть					

Пронумеровано и прошнуровано _____

Мелк

) листа (ов)

Директор МБОУ «Научненская СОШ

«Гвардия Ю.А»

[Подпись] Пирозар О.И.

