

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ШКОЛА-ГИМНАЗИЯ № 39 ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО
СОЮЗА КРЕЙЗЕРА Я.Г.» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ
ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

Рассмотрена и рекомендована к утверждению школьным методическим объединением учителей физической культуры протокол № 1 от «25» 08. 2022г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МБОУ «Школа-гимназия №39 им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ Е.Ф.Кузьменко «30» 08. 2022г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «Школа-гимназия №39» им. Крейзера Я.Г.» г. Симферополя _____ Н.В. Киричкова Приказ № 479 от «30» 08.2022г.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»
для __5__ «_А_» класса
на 2022/2023 учебный год

количество часов в неделю: _1__
количество часов в год: _34__

Составитель: учитель
Щербинина С.Л.

г. Симферополь,
2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 5 класса составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Приказом Министерства образования и науки РФ «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» от 31.05. 2021г. №287.
- Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 (с изменениями и дополнениями - приказ от 23.12.2020 № 766).
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Школа-гимназия № 39» г. Симферополя, утвержденная приказом от 13.07.2022 № 454.
- Примерная рабочая программа основного общего образования «Физическая культура» для 5-9 классов. Министерство просвещения РФ. ФГБНУ «Институт стратегии развития образования» (одобрена решением федерального научно-методического объединения по общему образованию, протокол 3/21 от 27.09.2021г)
- Учебник, на который ориентирована рабочая программа:
 - Академический учебник по физической культуре для 5 классов общеобразовательных учреждений: А.П.Матвеев 2014г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- * Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- * готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
- * 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;
- * готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- * готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- * стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- * 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;
- * осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

- * осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- * способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- * 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;
- * готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;
- * освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- * повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- * формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- * проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр выявлять их общность и различия;
- * осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;
- * анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- * характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;
- * устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;
- * устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;
- * устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- * устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- * устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

- * выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;
- * вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;
- * описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- * наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- * изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

- * составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;
- * составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;
- * активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;
- * разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;
- * организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

СОДЕРЖАНИЕ программы

Знания о физической культуре. Физическая культура человека. Система дополнительного обучения физической культуре. Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Краткая история спортивных игр.

Способы самостоятельной деятельности. Составление индивидуального режима дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов; развитие координации.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега; остановка катящегося мяча способом «наступания»; ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Гандбол. Стойки и перемещения, ведение мяча, броски мяча по воротам. Передача мяча двумя руками. Игра по упрощённым правилам.

Русская лапта. Удары по мячу битой. Бег по дистанции с ускорением. Метание мяча.

Игра по правилам.

Учебно- тематический план

№ п/п	Разделы программы	Модуль программы воспитания «Школьный урок»	Электронные образовательные ресурсы	Количе ство часов	Тесты
1	Знания о физической культуре	Всероссийский открытый урок	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7435/start/263201/	2	1
Модуль «Спортивные игры»					
2	Русская лапта	День солидарности в борьбе с терроризмом; Неделя безопасности дорожного движения		6	1
3	Гандбол	Международный день толерантности;		7	1
4	Баскетбол Футбол	День героев Отечества; День добровольца	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/	13	1
5	Волейбол	День защитника Отечества; Международный день защиты детей	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7465/start/261447/	6	1
	ИТОГО:			34	

**Календарно-тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры», 5-А класс**

№ урока	Тема урока	Колич. часов	Дата проведения	
			план	факт
1 четверть (8ч) Знания о физической культуре (2ч)				
1	Инструкция по ТБ. Физическая культура человека.	1	07.09	
2	Краткая история спортивных игр	1	14.09	
Физическое совершенствование				
Модуль «Спортивные игры»				
Русская лапта(3ч.)				
3	ТБ. Удары битой по мячу. Правила игры	1	21.09	
4	ТБ. Техника перемещений. Бег по дистанции	1	28.09	
5	ТБ. Игра в русскую лапту.	1	05.10	
Гандбол(3ч.)				
6	ТБ. Основные правила игры. Стойки и перемещения	1	12.10	
7	ТБ. Ведение мяча и броски.	1	19.10	
8	ТБ. Игра в гандбол по упрощенным правилам	1	26.10	
2 четверть (8ч.) Футбол(4ч).				
9	ТБ. Техника перемещений, остановок	1	09.11	
10-11	ТБ. Ведение мяча различными способами. игра	2	16.11 23.11	
12	ТБ. Игра в футбол	1	30.11	
Баскетбол (4ч)				
13	ТБ. Техника передвижения в стойке баскетболиста.	1	07.12	
14	ТБ. Техника остановки двумя шагами. Игра в мини-баскетбол.	1	14.12	
15	ТБ. Передачи мяча, ведение мяча	1	21.12	
16	ТБ. Игра в мини- баскетбол.	1	28.12	
3 четверть (9ч). Баскетбол (3ч)				
17	Инструкция ТБ. Техника броска мяча в корзину двумя руками после ведения	1	11.01	
18	ТБ. Техника ведения мяча с изменением направления движения.	1	18.01	
19	ТБ. Игра в мини-баскетбол.	1	25.01	
Волейбол (6ч)				
20	Инструкция по ТБ. Совершенствование техники приёма и передачи мяча	1	01.02	
21	ТБ. Техника верхней и нижней передачи мяча	1	08.02	
22	ТБ. Техника прямой нижней подачи. Игра	1	15.02	
23	ТБ. Передача мяча в разные зоны площадки. Эстафеты.	1	22.02	
24	ТБ. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	1	01.03	
25	ТБ. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	1	15.03	
4 четверть (9ч) Гандбол (4 ч)				
26	Инструкция по ТБ. Правила игры	1	14.03	
27	ТБ. Стойки и перемещения	1	28.03	
28	ТБ. Ведение мяча и броски.	1	04.04	
29	ТБ. Игра в гандбол по упрощенным правилам	1	11.04	

Русская лапта(3ч)				
30	ТБ. Удары битой по мячу. Правила игры	1	18.04	
31	ТБ. Техника перемещений. Бег по дистанции	1	25.04	
32	ТБ. Игра в русскую лапту.	1	02.05	
Футбол (2ч)				
33	ТБ. Техника ударов по мячу. Игра в футбол	1	16.05	
34	ТБ. Игра в футбол	1	23.05	

—

—

**Лист корректировки рабочей программы
курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 5-а класса
Учитель Щербинина С.Л.**

[illegible]