Рабочая программа

курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

(спортивно - оздоровительное направление)

5-6 классы

Составитель: Тюльков Н.В.

учитель физической культуры

                                                            2023-2024 учебный год

**1.Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» составлена на основе основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 2».

Данная рабочая программа ориентирована на учащихся 5 -6-х классов. Тематическое планирование рассчитано на 1 учебный час в неделю, что составляет 34 учебных часа в год.

**Цель занятий**  –  укрепление здоровья, физического развития и подготовленности обучающихся, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранных видов спорта.

**Задачи внеурочной деятельности**:

·         пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;

·        популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;

·        формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;

·        обучение технике и тактике спортивных игр;

·        развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

·         формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;

·        воспитание моральных и волевых качеств.

**2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Личностные результат**ы

***У обучающегося будут сформированы:***

·        формирование и проявление положительных качеств личности,

дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

·         развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;

·         формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

***Обучающийся получит возможность для формирования:***

·    *знания  социальных норм, правил поведения, ролей социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;*

·    *знания  об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;*

·    *способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;*

·    *умения длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;*

·    *владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе.*

**Метапредметные результат**ы

**Регулятивные УУД**:

***Обучающийся научится:***

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

·        умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.

·        управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

·         уметь самостоятельно контролировать свое время и управлять им;

***Обучающийся получит возможность научиться:***

·        *умению соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;*

·        *умению осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.*

·        *умению организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;*

**Познавательные УУД**:

***Обучающийся научится:***

·         умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

·        способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;

·         умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;

·         формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

***Обучающийся получит возможность научиться:***

·        *владеть сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;*

·        *бережному отношению к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;*

*добросовестному выполнению учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;*

**Коммуникативные УУД**:

***Обучающийся научится:***

·        умению с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами  урока, владение специальной терминологией

·        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;

·         учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

***Обучающийся получит возможность научиться:***

·        *владению культурой речи, ведению диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;*

·        *владению умения вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;*

·        *владению способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;*

Предметные результаты

***Обучающийся научится:***

·        самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учета выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;

·        устанавливать целевые приоритеты;

·        уметь самостоятельно контролировать свое время и управлять им;

* уметь осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

* уметь работать в группе – устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;

* основам реализации проектно-исследовательской деятельности.

***Обучающийся получит возможность научиться:***

·        *соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;*

·        *выполнять технические приѐмы и тактические действия;*

·        *контролировать своѐ самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;*

·        *играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;*

·        *демонстрировать жесты судьи спортивных игр;*

·        *проводить судейство спортивных игр.*

**3. Содержание  курса  внеурочной  деятельности  с  указанием  форм  организации  и**

**видов деятельности.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Название разделов** | **Форма деятельности** | **Вид деятельности** |
| **1.** | Футбол | Самооценка Самоанализ  Игровая | Физкультурно-оздоровительная |
| **2.** | Баскетбол | Самооценка Самоанализ  Игровая | Физкультурно-оздоровительная |
| **3.** | Волейбол | Самооценка Самоанализ  Игровая | Физкультурно-оздоровительная |

**4. Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема занятия** | **Количество часов** | | **Сроки изучения** | |
| **план** | **факт** | **план** | **факт** |
| **I триместр (11 часов)** | | | | | |
| **Футбол(11часов)** | | | | | |
| 1/1 | Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. | 1 |  | 01.09 –  02.09 |  |
| 2/2 | Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника. | 1 |  | 05.09-09.09 |  |
| 3/3 | Удары  по воротам на точность попадания мячом в цель. | 1 |  | 12.09-16.09 |  |
| 4/4 | Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам. | 1 |  | 19.09-23.09 |  |
| 5/5 | Позиционные нападения без изменения позиций игроков. | 1 |  | 26.09-30.09 |  |
| 6/6 | Нападение 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворота. | 1 |  | 03.10-07.10 |  |
| 7/7 | Игра по упрощённым правилам  мини-футбола. | 1 |  | 17.10-21.10 |  |
| 8/8 | Игра по упрощённым правилам  мини-футбола. | 1 |  | 24.10-28.10 |  |
| 9/9 | Игра в Мини-футбол. | 1 |  | 31.10-04.11 |  |
| 10/10 | Игра в Мини-футбол. | 1 |  | 07.11-11.11 |  |
| 11/11 | Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. | 1 |  | 14.11-18.11 |  |
| **II триместр (11 часов)** | | | | | |
| **Баскетбол (11 часов)** | | | | | |
| 12/1 | Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. | 1 |  | 28.11-  02.12 |  |
| 13/2 | Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча. Броски мяча. | 1 |  | 05.12-09.12 |  |
| 14/3 | Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника. | 1 |  | 12.12-16.12 |  |
| 15/4 | Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок. | 1 |  | 19.12-23.12 |  |
| 16/5 | Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). | 1 |  | 26.12-30.12 |  |
| 17/6 | Игра по упрощённым правилам  мини-баскетбола. | 1 |  | 09.01-13.01 |  |
| 18/7 | Бросок мяча в движении. | 1 |  | 16.01-20.01 |  |
| 19/8 | Броски мяча в прыжке. | 1 |  | 23.01-  27.01 |  |
| 20/9 | Броски мяча со средних дистанций. | 1 |  | 30.01-  03.02 |  |
| 21/10 | Штрафной бросок двумя руками с места от груди. | 1 |  | 06.02-  10.02 |  |
| 22/11 | Игра по упрощённым правилам  мини-баскетбола. | 1 |  | 13.02-  17.02 |  |
| **III триместр(12 часов)** | | | | | |
| **Волейбол (12 часов)** | | | | | |
| 23/1 | Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке. | 1 |  | 27.02-  03.03 |  |
| 24/2 | Передачи мяча над собой. | 1 |  | 06.03-  10.03 |  |
| 25/3 | Передачи мяча над собой в парах. | 1 |  | 13.03-  17.03 |  |
| 26/4 | Нижняя прямая подача мяча через сетку. | 1 |  | 20.03-  24.03 |  |
| 27/5 | Верхняя передача. | 1 |  | 27.03-  31.03 |  |
| 28/6 | Верхняя передача в прыжке. | 1 |  | 10.04-  14.04 |  |
| 29/7 | Передача мяча двумя руками снизу. | 1 |  | 17.04-  21.04 |  |
| 30/8 | Нижняя подача через сетку. | 1 |  | 24.04-  28.04 |  |
| 31/9 | Нижняя подача через сетку. | 1 |  | 01.05-  05.05 |  |
| 32/10 | Нижняя подача через сетку в 6 зону. | 1 |  | 08.05-  12.05 |  |
| 33/11 | Игра по упрощённым правилам  мини-волейбола. | 1 |  | 15.05-  19.05 |  |
| 34/12 | Игра по упрощённым правилам  мини-волейбола. | 1 |  | 22.05-  29.05 |  |