

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Степаненская средняя общеобразовательная школа»
Кезского района Удмуртской Республики

Рассмотрено на заседании методического
совета
Протокол № 3 от «26» 08. 2024г.
Принята на заседании педагогического
совета
Протокол № 8 от «26» 08. 2024г.

Утверждено
Приказ № 159 от «27» 08. 2024 г.
Директор школы: _____/И.С.Пантелеева/

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для учащихся 6 класса
на 2024-2025 учебный год
Составитель: Макаров Д. С., учитель I квалификационной категории
МБОУ «Степаненская СОШ»

д. Степаненки
2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Эта программа способствует укреплению здоровья, формированию двигательного опыта воспитания здорового образа жизни через занятия физическими упражнениями и активности, самостоятельности в двигательной активности, в частности, игры. В основу программы для учащихся 6-го класса положены программа физического воспитания для учащихся средней школы, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

Цель:

– обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (волейбол, баскетбол, лапта), формирование двигательной активности обучающихся 6 класса, содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Задачи:

Обучающие:

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.

Развивающие:

- развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости;
- гармоничное развитие функциональных систем организма ребёнка, повышение жизненного тонуса;
- повышение физической и умственной работоспособности школьника;

Воспитывающие:

- формирование потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, ответственности за своё здоровье;
- привитие учащимся интереса и любви к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности.
- воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности

Объем программы:

На реализацию программы отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 34 часа.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Мини-футбол. Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Упражнения с мячом. Эстафеты с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Стойки и перемещения. Игра: «Точная передача», «Попади в ворота». Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

Подвижные игры. Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната». Игра «Запрещённое движение». Игра «Вышибалы». «Третий лишний». Весёлые старты. Разучивание игр «Гонка мячей по кругу», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

Пионербол. Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу. Игра с прыжками Попрыгунчики-воробушки Спортивная игра Пионербол. Игры «Рыбы и рыбаки», Колдуны, «Коты и мыши», Вызов номеров Спортивная игра Пионербол. «Подвижная цель», «Передал – садись» Спортивная игра Пионербол. Эстафета с мячами, скакалками

Волейбол. Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений. Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача. Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.

Настольный теннис. Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила. Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи; первый подающий обычно определяется жребием; далее подающие чередуются каждые две подачи; по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.

Баскетбол. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений. Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Передача мяча в движении. Правила судейства. Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»

Личностные результаты:

- Испытывать чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; уважительно относиться к культуре других народов;
- Освоить мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции,
- Проявлять этические чувства, доброжелательную и эмоционально-нравственную отзывчивость, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- Сотрудничать со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

Метапредметные результаты:

Владеть

- Понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре.
- Начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного курса.
- Планировать, контролировать и оценивать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Определять общую цель и путей её достижения.
- Распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль.
 - Конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.
- Характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса.
- Излагать факты истории развития волейбола.
- Играть в пионербол, (волейбол) с соблюдением основных правил.
- Демонстрировать жесты волейбольного судьи.

Предметные результаты:

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами волейбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- Измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- Организовывать здоровое сберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Излагать факты истории развития волейбола, характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила(технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

План мероприятий в рамках реализации Программы воспитания

№ п/п	Мероприятие	Ответственный	Сроки проведения	Примечание
1	Участие в викторинах и конкурсах	Учитель	В течение учебного года	
2	Участие в школьных соревнованиях	Учитель	В течение учебного года	
3	Участие в предметной недели по Физической культуре	Учитель	В течение учебного года	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1 Мини-футбол					
1.1	Мини-футбол	5	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		5	0	1	
Раздел 2. Подвижные игры					
2.1	Подвижные игры	5	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		5	0	1	
Раздел 3. Пионербол					
3.1	Пионербол	5	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		5	0	1	
Раздел 4. Волейбол					
4.1	Волейбол	8	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		8	0	1	
Раздел 5. Настольный теннис					
5.1	Настольный теннис	4	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		4	0	1	
Раздел 6. Баскетбол					
6.1	Баскетбол	7	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		7	0	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	6	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока п/п	Тема урока	Количество уроков		Воспитательный компонент содержания программы
		Всего	Контрольные работы	
1	Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока. Упражнения с мячом. Игра: «Точная передача».	1	0	<u>установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному</u>
2	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Игра: «Точная передача», «Попади в ворота».	1	0	<u>восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке</u>
3	Упражнения с мячом. Стойки и перемещения. Игра: «Точная передача».	1	0	<u>информации, активизации их познавательной деятельности;</u>
4	Упражнения с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1	0	<ul style="list-style-type: none"> • <u>побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;</u>
5	Упражнения с мячом. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1	0	<ul style="list-style-type: none"> • <u>привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках</u>
6	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафеты.	1	0	<u>явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально</u>
7	Русские народные игры. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната».	1	0	<u>значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего</u>
8	Подвижные игры. Игры «Гонка мячей по кругу», «Тридцать три». Эстафета с мячами, скакалками.	1	0	<u>мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;</u>
9	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу. Игра с прыжками.	1	0	воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям
10	Спортивная игра «Пионербол». Игра «Подвижная цель».	1	0	примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор
11	Эстафета с мячами, скакалками. Игра «Пионербол».	1	0	соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для
12	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Основные правила игры.	1	0	обсуждения в классе;
13	Основная стойка. Основные правила игры.	1	0	<ul style="list-style-type: none"> • <u>применение на уроке интерактивных форм работы</u>
14	Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах.	1	0	<u>учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную</u>
15	Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений.	1	0	<u>мотивацию школьников; дидактического театра, где</u>
16	Правила игры. Передачи и приём	1	0	<u>полученные на уроке знания обыгрываются в театральных</u>

	мяча после передвижений. Игра по упрощённым правилам волейбола.			<i>постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность</i>
17	Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача.	1	0	<i>приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми, уроки- квесты.</i>
18	Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача.	1	0	<i>включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;</i>
19	Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.	1	0	<i>• инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность</i>
20	Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила.	1	0	<i>приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.</i>
21	Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	0	
22	Отработка игровых приёмов: первый подающий обычно определяется жребием; далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	0	
23	Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	0	
24	Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	0	
25	Отработка игровых приёмов: по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	0	
26	Отработка игровых приёмов: по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	0	
27	Игровые правила. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	0	
28	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений	1	0	

29	Основные правила игры. Техника передвижений.	1	0
30	Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1	0
31	Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1	0
32	Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1	0
33	Передача мяча в движении. Правила судейства. Игра по упрощённым правилам баскетбола. Перемещение в стойке приставными шагами.	1	0
34	Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1	0
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0