

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чиршкасинская основная общеобразовательная школа имени Л.В.Пучкова»
Чебоксарского муниципального округа Чувашской Республики

Рассмотрено
на заседании методического
объединения учителей ОБЖ,
физкультуры и черчения
Протокол №
от

«Согласовано»
Заместитель директора
Е.В.Алангова

«Утверждаю»
Директор
А.В.Матьянов
Приказ № от .

Рабочая программа
Учебного объединения дополнительного образования

«Спортивные игры»

в 5-7 классах

Срок реализации: 1 года

Составитель: Петрова.А.С
учитель физической культуры

д. Чиршкасы, 2023

Пояснительная записка.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» разработана на основе авторской программы В.И.Ляха «Физическая культура» 5-9 классы – М.: «Просвещение», 2012 год. Разделы и темы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Программа секции рассчитана на учащихся 5-7 классов.

Образовательный процесс в современной школе постоянно усложняется, и это требует от обучающихся значительного умственного и нервно-психического напряжения. Доказано, что успешность адаптации к новым условиям обеспечивается, помимо других важных факторов, определенным уровнем физиологической зрелости детей, что предполагает хорошее здоровье и физическое развитие, оптимальное состояние центральной нервной системы и функций организма, определенный уровень сформированности двигательных навыков и развития физических качеств. Это дает возможность выдерживать достаточно серьезные психофизические нагрузки, связанные со школьным режимом и новыми условиями жизнедеятельности.

Однако невысокий уровень здоровья и общего физического развития многих детей, дальнейшее его снижение в процессе обучения представляют сегодня серьезную проблему.

У многих учеников наблюдается низкая двигательная активность, широкий спектр функциональных отклонений в развитии опорно-двигательного аппарата, дыхательной, сердечно - сосудистой, эндокринной и нервной систем, желудочно-кишечного тракта и др.

Детский организм по своим анатомо-физиологическим особенностям более чувствителен к неблагоприятным влияниям окружающей среды, а потому нуждается в таких внешних условиях обучения и воспитания, которые исключили бы возможность вредных влияний и способствовали бы укреплению здоровья, улучшению физического развития, повышению успешности учебной деятельности и общей работоспособности.

В связи с этим обязательная оздоровительная направленность коррекционно-развивающего образовательного процесса должна быть напрямую связана с возможностями игры, которыми она располагает как средством адаптации школьников к новому режиму. Игра способна в значительной степени обогатить и закрепить двигательный опыт детей и минимизировать те негативные моменты, которые имелись в их предшествующем физическом развитии и/или продолжают существовать. Результативно это может происходить только в том случае, если педагог хорошо знает индивидуальные особенности и потребности физического развития своих учеников, владеет рациональной технологией «встраивания» разнообразных подвижных, спортивных игр в режим жизнедеятельности обучающегося и обладает широким арсеналом приемов использования их адаптационного, оздоровительно-развивающего и коррекционного потенциала.

Место программы в учебном плане.

В соответствии с планом внеурочной деятельности школы на изучение кружка «Спортивные игры» отводится 1 час в неделю. Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа из расчета 1 час в неделю в соответствии с годовым календарным графиком и расписанием занятий.

Цель программы: удовлетворить потребность школьников в движении, стабилизировать эмоции, научить владеть своим телом, развить физические, умственные и творческие способности, нравственные качества.

Основными задачами данной программы являются:

- ✓ укрепление здоровья обучающихся посредством развития физических качеств;
- ✓ развитие двигательных реакций, точности движения, ловкости;
- ✓ развитие сообразительности, творческого воображения;
- ✓ развитие коммуникативных умений;
- ✓ воспитание внимания, культуры поведения;
- ✓ создание проблемных ситуаций, активизация творческого отношения обучающихся к себе;
- ✓ обучить умению работать индивидуально и в группе,
- ✓ развить природные задатки и способности детей;
- ✓ развитие доброжелательности, доверия и внимательности к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказание помощи тем, кто в ней нуждается.
- ✓ развитие коммуникативной компетентности школьников на основе организации совместной продуктивной деятельности;

Предполагаемые результаты реализации программы.

Личностными результатами программы являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД).

➤ **Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму

➤ **Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и

учителя;

➤ Коммуникативные УУД:

-планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия;

-постановка вопросов — инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

-разрешение конфликтов — выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;

-управление поведением партнёра — контроль, коррекция, оценка его действий;

-умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка, современных средств коммуникации.

-сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

Планируемый результат:

- у учащегося выработается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортивными играми;

- сформировано начальное представление о культуре движения;

- обучающийся сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

- обобщение и углубление знаний об истории, культуре спортивных игр;

- умение работать в коллективе.

Формы и виды контроля.

Для осуществления контроля над освоением программы используются: тестирование (контрольные упражнения по видам спорта), соревнования.

Календарно-тематическое планирование

№	Содержание занятия	Количество часов	Дата
	Футбол		
1	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1	
2	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника	1	
3	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.	1	
4	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.	1	

5	Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.	1	
6	Нападение 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворота.	1	
7	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1	
8	Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1	
	2.Баскетбол		
9	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1	
10	Ловля и передача мяча на месте и в движении без сопротивления защитника.	1	
11	Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Вырывание и выбивание мяча.	1	
12	Броски мяча после ведения и ловли без сопротивления защитника.	1	
13	Комбинации: ловля, передача, ведение, бросок.	1	
14	Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).	1	
15	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1	
16	Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола.	1	
	3.Гандбол		
17	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1	
18	Ловля и передача мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	1	
19	Варианты ведения мяча с пассивным сопротивлением защитника.	1	
20	Бросок мяча сверху, снизу и сбоку согнутой и прямой рукой.	1	
21	Вырывание и выбивание мяча.Блокирование броска.	1	
22	Позиционное нападение без изменения позиций игроков.	1	
23	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1	
24	Игра по упрощённым правилам мини-гандбола.	1	
	4.Волейбол		
25	Правила ТБ. Закрепление техники стоек игрока, перемещений в стойке.	1	
26	Передачи мяча над собой.	1	
27	Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	1	
28	Нижняя прямая подача мяча через сетку.	1	
29	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	1	
30	Комбинации: приём, передача, удар.	1	

31	Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).	1	
32	Тактика свободного нападения	1	
33	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1	
34	Игра по упрощённым правилам мини-волейбола.	1	
	Итого	34 часа	

Содержание программы.

Программа предусматривает задания, упражнения, игры на формирование коммуникативных, двигательных навыков, развитие физических навыков. Это способствует появлению желания общению с другими людьми, занятиями спортом, интеллектуальными видами деятельности. Формированию умений работать в условиях поиска, развитию сообразительности, любознательности.

В процессе игры дети учатся выполнять определенный алгоритм заданий, игровых ситуаций, на этой основе формулировать выводы. Совместное с учителем выполнение игровых заданий – это возможность научить обучающегося автоматически выполнять действия, подчиненные какому-то алгоритму.

Игры – это не только важное средство воспитания, значение их шире – это неотъемлемая часть любой национальной культуры. Они помогают всестороннему развитию подрастающего поколения, способствуют развитию физических сил и психологических качеств, выработке таких свойств, как быстрота реакции, ловкость, сообразительность и выносливость, внимание, память, смелость, коллективизм. Некоторые игры и задания могут принимать форму состязаний, соревнований между командами.

Материально-техническое обеспечение

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям обучающихся; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование – безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды

делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком
Д – демонстрационный экземпляр (1 экземпляр);
П – полный комплект (для каждого обучающегося);
К – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Стенка гимнастическая	П
2	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
3	Мячи: набивные весом 1-3 кг; баскетбольные, волейбольные, футбольные	П
4	Мат гимнастический	П
5	Ворота	П
6	Рулетка измерительная	К
7	Щит баскетбольный тренировочный	Д
8	Сетка волейбольная	Д

Список литературы

1. Ушакова Е.В.: Подвижные игры. - Белгород: БелГУ, 2011
2. Шиловских К.В.: Гандбол. - Белгород: НИУ БелГУ, 2011
3. Кондаков В.Л.: Организация и проведение соревнований по волейболу в вузе. - Белгород: БелГУ, 2010
4. Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова: Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2010
5. Нестеровский Д.И.: Баскетбол. Теория и методика обучения. - М.: Академия, 2008
6. Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова: Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. - М.: Академия, 2008
7. Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007
8. Федеральное агентство по физической культуре и спорту ; Ю.Д. Железняк и др.; Рец.: С.Ю. Тюленьков и др.: Волейбол. - М.: Советский спорт, 2007