

ПРИЛОЖЕНИЕ
К ПРОГРАММЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

**Рабочая программа
внеурочной деятельности по курсу «Спортивные игры»
для учащихся 5 – 6 классов**

Составитель:
Ившин Е. О. учитель физической культуры
высшей квалификационной категории

г. Богданович 2024

Пояснительная записка

Данная рабочая программа внеурочной деятельности разработана на основе Федеральной рабочей программы начального общего образования «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (для 5-6 классов образовательных организаций), 2024 г. При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития и самореализации.

Спортивные игры являются эффективным средством физического воспитания, содействуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению.

Они позволяют обучающимся понимать принципы взаимовыручки, проявлять волю, терпение и развивать чувство ответственности. В процессе игры формируется командный дух, познаются основы взаимодействия друг с другом. В спортивных играх каждому члену команды надо научиться выстраивать отношения с другими игроками. Психологический климат в команде играет определяющую роль и оказывает серьезное влияние на результат. Спортивные игры дают возможность выработать коммуникативные навыки, развить чувство сплочённости и желание находить общий язык с партнером, а также решать конфликтные ситуации.

Систематические занятия спортивными играми оказывают на организм обучающихся всестороннее влияние: повышают общий объём двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Спортивные игры рассматриваются как средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры как для мальчиков, так и для девочек, повышают умственную работоспособность, снижают заболеваемость и утомление у обучающихся, возникающее в ходе учебных занятий.

Целями изучения курса «Спортивные игры» (далее – курс) являются:

- формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом посредством спортивных игр.
- *Задачами* изучения курса являются: всестороннее гармоничное развитие детей, увеличение объёма их двигательной активности;
- формирование общих представлений о спортивных играх, их возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;
- развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся, укрепление их физического, нравственного, психологического и социального здоровья, обеспечение культуры безопасного поведения средствами спортивных игр;
- ознакомление и обучение физическим упражнениям общеразвивающей и корригирующей направленности посредством освоения технических действий в различных спортивных играх;
- ознакомление и освоение знаний об истории и развитии различных спортивных игр, основных понятиях и современных представлениях о спортивных играх, их возможностях и значениях в процессе развития и укрепления здоровья, физическом развитии обучающихся;
- обучение двигательным умениям и навыкам, техническим действиям в образовательной деятельности, физкультурно-оздоровительной деятельности и при организации самостоятельных занятий;
- воспитание социально значимых качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой деятельности средствами спортивных игр;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом средствами спортивных игр;
- популяризация спортивных игр среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способность к занятиям спортивными играми, в школьные спортивные клубы, секции и к участию в соревнованиях;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Место и роль курса. Курс доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами спортивных игр, их использования в прикладных целях для увеличения объёма двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни. Интеграция курса по спортивным играм поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к выполнению норм ГТО и участию в спортивных мероприятиях. Курс может быть реализован в следующих *вариантах*: при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по спортивным играм с выбором различных элементов, с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой и интенсивностью); Программа ориентирована на возрастную группу школьников 4-х классов. Режим занятий: 1 раза в неделю по 40 мин. (34 часа в учебный год)

Содержание курса

Данная программа является модульной и состоит из 4 автономных модулей, каждый из которых предполагает организацию определённого направления спортивно- оздоровительной деятельности школьников.

Модуль	Темы
1. Спортивные игры Мини-футбол	правила игры; -профилактика травматизма; -гигиена футболиста; -техника удара по мячу; -техника ведения мяча; -техника остановки и отбора мяча; -тактические комбинации; - пропаганда игры - проект «Минифутбол в школу»
Баскетбол	-правила игры; -профилактика травматизма; -гигиена баскетболиста; -техника ведения мяча; -техника передачи мяча; -техника бросков мяча
Пионербол	-правила игры; -охрана здоровья и гигиена; -профилактика травматизма; -техника игры в пионербол ; -тактика игры в пионербол; -игровая практика
2. Подвижные игры	подвижные игры, направленные на развитие основных физических
	качеств; - развитие игровой деятельности
3. Общая физическая подготовка	развитие основных физических качеств
4. Организация и проведение спортивных мероприятий	-технология организации и проведения спортивных мероприятий; -организация и проведение спортивных праздников и соревнований

Планируемые результаты

Содержание учебного курса направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты

При изучении учебного курса на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

проявление патриотизма, чувства гордости, уважения к Отечеству через знания истории о достижениях сборных команд страны по различным видам спорта на чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх; проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; проявление положительных качеств личности и управление своими

эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям; проявление осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности.

Метапредметные результаты

При изучении учебного курса на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

формирование способности понимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств и способов её осуществления; умение планировать пути достижения целей с учетом наиболее эффективных способов решения задач средствами футбола в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, соотносить двигательные действия с планируемыми результатами в спортивных играх, определять и корректировать способы действий в рамках предложенных условий; умение владеть основами самоконтроля, самооценки, выявлять, анализировать и находить способы

устранения ошибок при выполнении технических приёмов различных спортивных игр; умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе.

Предметные результаты

При изучении учебного курса на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

- понимание о роли и значении занятий спортивными играми, как средством укрепления здоровья, закаливания, развития физических качеств человека;

- соблюдение правил личной гигиены, безопасного поведения во время занятий спортивными играми и посещения соревнований по различным игровым видам спорта, требования к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю;

- формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями физического развития и основных физических качеств;

- организация самостоятельных занятий, подвижных игр специальной направленности со сверстниками;

выполнение комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений, упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости, специальных упражнений для формирования технических действий;

выполнение различных видов передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности; выполнение индивидуальных технических приемов владения мячом;

- выполнение тактических комбинаций: в парах, в тройках и тактических действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности);
- выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовленности, технической подготовки обучающихся;
- умение излагать правила и условия подвижных игр, игровых заданий, эстафет;
- участие в учебных играх и фестивалях в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;
- участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном,

- муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях;
- проявление волевых, социальных качеств личности, организованности, ответственности в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- проявление уважительных отношение к одноклассникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности.

Тематическое планирование курса «Спортивные игры»

№	Тема	Кол-во часов
1	Экскурсия в страну «Спортландия». Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «К своим флажкам».	1
2	Экскурсия в страну «Спортландия». Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «К своим флажкам».	1
3	Общеразвивающие упражнения. Игра «Пятнашки».	1
4	Общеразвивающие упражнения. Прыжки на месте. Игра «Прыгающие воробышки»	1
5	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие скоростно-силовых способностей	1
6	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие скоростно-силовых способностей	1
7	Развитие скоростных способностей	1
8	Развитие выносливости	1
9	Общеразвивающие упражнения. Игра «Зайцы в огороде».	1
10	Спортивный праздник «Мы сильные, мы ловкие	1
11	Правила безопасности на занятиях подвижными играми. Игра «Лисы и куры».	1
12	Общеразвивающие упражнения с предметами: с малым мячом. Игра «Играй, играй, мяч не теряй»	1
13	Игры с прыжками с использованием скакалки	1
14	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Третий лишний	1

15	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	1
16	Правила безопасности на занятиях общей физической подготовкой. Развитие силовых способностей. Ползание по гимнастической скамейке.	1
17	Развитие силовых способностей и гибкости. Лазание по гимнастической стенке	1
18	Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья».	1
19	Правила безопасности на занятиях баскетболом. Специальные передвижения без мяча. Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте	1
20	Передача мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Бросок мяча в щит	1
21	Бросок мяча в корзину. Тестирование силовых способностей: бросок баскетбольного мяча двумя руками из-за головы на дальность	1
22	Спортивный праздник «Страна баскетболия»	1
23	Развитие координационных способностей	1
24	Тестирование координационных способностей	1
25	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Два мороза».	1
26	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра «Космонавты»	1
27	Спортивный праздник: «Проводы русской зимы - масленица».	1
28	Инструктаж по технике безопасности при проведении игры. Предупреждение травматизма. Переход.	1
29	Броски мяча из-за головы двумя руками в парах, тройках. Броски мяча в парах, в стенку, через сетку.	1
30	Обучение подаче мяча, упражнения для рук. Передача в парах. Упражнения с набивным мячом.	1

31	Подача мяча. Приём мяча после подачи на месте. Приём мяча после перемещения. Бег с остановками и изменением направления.	1
32	Правила безопасности на занятиях мини-футболом. Удар по неподвижному и катящему мячу	1
33	Остановка мяча, ведение мяча	1
34	Турнир по мини-футболу.	1
ИТОГО:		34

Программно- методическое обеспечение:

1. «Настольная книга учителя физической культуры» Г.И.Погадаев ФиС, 200
2. «Теория и методика физической культуры» Спб. издательство «Лань», 2003 г.
3. «Физическая культура» Н.В.Решетников Ю.Л.Кислицын ,Р.Л.Палтикевич, Г.И.Погадаев ИЦ «Академия», 2008
4. «Общая педагогика физической культуры и спорта» -М.: ИД «Форум», 2007г.
5. «Искусство подготовки высококлассных футболистов» Н.Люкшинов Изд.: Советский спорт, 2006г.
6. «Футбол. Настольная книга детского тренера.1-2 этап (8-12 лет)» А.Кузнецов М. «Олимпия»/ «Человек», 2010г.
7. «Разминка футболиста» В.Варюшин ,М.,РГАФК, 2000
8. «Футбол: обучение базовой технике», Ж.-Л. Чесно , Ж .Дюрэ ,М.,ТВТ Дивизион», 2006 г.
9. «Уроки спорта. Футбол» М. Дезор , АСТ «Астрель», 2004г.
- 10.«101 упражнение для юных футболистов. Возраст 7-11 лет», М.Кук,М., АСТ /Астрель» 2000г.
- 11.«Спорт в школе. Футбол» И. Швыков, М, Терра спорт», 2002
- 12.Юный футболист. Учебное пособие для тренеров / Под общей редакцией А. П. Лаптеев, 2000г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 208044408491059958793522407239734469317027884107

Владелец Соболева Елена Григорьевна

Действителен с 28.08.2024 по 28.08.2025