

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«БУЖАНИНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ
Бужаниновская СОШ
А.Б.Никульцев

приказ №53 от "29" августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

(учебный предмет)

уровень образования основное общее образование

спортивно-оздоровительного направления класс 5Б

(направление)

2023-2024 учебный год

(срок реализации)

Рабочая программа составлена на основе программы внеурочной деятельности «Спортивные игры» Автор: В.И.Лях.: издательство «Просвещение», 2020

г. _____

(указать точное название программы, автора и ее выходные данные)

Разработчик программы: _____

Недюдина Татьяна Валерьевна, учитель физической культуры высшей квалификационной категории

(Ф.И.О. учителя; занимаемая должность, квалификационная категория)

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В 2022- 2023 учебном году школа работает в 5 классе по учебному плану ФГОС ООО с учётом пятидневной учебной недели. Учебный план ФГОС ООО в 5 классе предусматривает изучение программы Спортивные игры в объеме 36 часов в год (1 час в неделю). Рабочая программа составлена на основе авторской программы «Спортивные игры» Автор: В.И. Лях, издательство «Просвещение», 2020 г

Рабочая программа внеурочной деятельности по физическому образованию для 5 класса создана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 (далее – ФГОС ООО), в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы.

В соответствии с Программой воспитания, принятой в школе, рабочая программа по спортивным играм обеспечивает целостность и единство воспитательного воздействия на обучающихся; самореализацию и самоорганизацию; формирует личностные компетенции, внутренние позиции личности, способствующие подготовке к жизни в обществе, формирующие целостное мировоззрение на основе научного, эстетического и практического познания мира.

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности Спортивные игры для учащихся 5 класса разработана на основе:

- Программа Физическая культура, 5-9 классы, авторы Петрова Т.А., Копылов Ю.В., Петров С.С. Начальная школа XXI века М.: Издательский центр Вентана-Граф, 2011г.

- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2008 г., допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации;

- Примерной программы по физической культуре в рамках проекта Разработка, апробация и внедрение Федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения, реализуемого Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию. Руководители проекта А.М. Кондаков, Л.П. Кезина. М.: Просвещение, 2010.

На современном этапе общественного развития главное значение имеет формирование физически здоровой, социально активной, развитой личности. Основы становления полноценной личности закладываются с самого раннего детства при совместных усилиях школы и семьи.

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 5-го класса положены программа физического воспитания для учащихся средней школы, а также программа физического воспитания с игровой направленностью.

На реализацию программы отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 36 учебных недель.

Краткое содержание курса

Раздел 1. Игры на знакомство

Игры на знакомство, сплочение и командообразование.
Формирование навыка принятия обоснованных решений.

Раздел 2. Народные игры .

Знакомство с играми своего народа, развивать физические способности детей, координацию движений, силу и ловкость. Воспитывать уважительное отношение к культуре родной страны.

На первом занятии проводится знакомство с историей русской игры.

Раздел 3. Игры на развитие психических процессов.

Подвижные игры и игровые упражнения в практике физического воспитания.
Формирование двигательной сферы школьников: совершенствование основных видов движений, развитие физических качеств и общих координационных способностей.
Применение подвижных игр для оптимизации психических функций детей.

Раздел 4 Подвижные игры.

Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.

Раздел 5 Спортивные игры.

Формирование у обучающихся устойчивой мотивации и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Основное содержание программы		
Темы, входящие в этот раздел	Основное содержание по темам	Характеристика основных видов деятельности учащихся
Раздел 1. Игры на знакомство (4 ч)		
Игры с элементами русского фольклора	Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений, развитие творчества, воображения, внимания, воспитание инициативности, самостоятельности действий.	Выполнять строевые упражнения, перемещение. Выполнять игры на развитие мышления и речи. Приобщение к истокам русской культуры.
Раздел 2. Народные игры(6 ч)		
Двигательная деятельность. Игры под музыку. Творческая деятельность.	Совершенствование пространственного восприятия, произвольного внимания, зрительномоторной координации, речи, движений.	Выполнять упражнения на выработку координационных движений. Развивать чувство ритма. Развитие речи, произвольного внимания, памяти, глазомоторной координации.
Раздел 3. Игры на развитие психических процессов (7 ч)		
Игры с элементами лыжной подготовки.	Развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствование умений.	Развитие познавательной деятельности направленности.
Раздел 4. Подвижные игры(10 ч).		
Игры с элементами спортивных игр: футбол, баскетбол.	Совершенствовать в движении элементы спортивных игр. Развивать быстроту двигательной реакции. Соблюдение правил игры.	Развивать точность, ловкость движений, глазомер, ориентация в пространстве. Формирование чувства команды.
Спортивные игры (9 ч.)		
Спортивные игры: пионербол, баккетбол, футбол.	Совершенствовать в движении элементы спортивных игр. Развивать быстроту двигательной реакции. Соблюдение правил игры.	Развивать точность, ловкость движений, глазомер, ориентация в пространстве. Формирование чувства команды.

Содержание программы внеурочной деятельности

Подвижные и спортивные игры естественный источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве, желании обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений, стремлением к победе.

Игра - ведущая деятельность детей. По содержанию все игры лаконичны, выразительны и несложны. Они вызывают активную работу мысли, способствуют расширению кругозора, уточнению представлений об окружающем мире, совершенствованию всех психических процессов, стимулируют переход детского организма более высокой ступени развития. В играх много познавательного материала, содействующего расширению сенсорной сферы детей, развитию их мышления и самостоятельности действий. Игры на развитие психических процессов (мышления, памяти, внимания, восприятия, речи, эмоционально-волевой сферы личности) развивают произвольную сферу (умение сосредоточиться, переключить внимание, усидчивость).

- Игры с элементами лёгкой атлетики позволяют овладеть навыками бега, ходьбы, прыжков, метания, развивают такие качества, как быстроту реакции, скоростно-силовые и координационные способности, ловкость, выносливость. Игры этой направленности укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную систему.

- Игры с мячом позволяют обучающимся овладеть навыками ловли и передачи мяча, развивать скоростно-силовые и координационные способности, ловкость, выносливость, способы взаимодействий в команде.

- Игры для развития гимнастических навыков позволяют обучающимся закрепить элементы акробатических упражнений, навыков лазания и перелезания; развивают силу, выносливость, координацию.

- Эстафеты с предметами: со скакалками, с гимнастическими палками, с флажками, с обручем, с эстафетными палочками, с теннисными мячами, способствуют развитию всех физических качеств, укреплению здоровья, совершенствованию двигательных умений и навыков.

- Игры с элементами футбола, баскетбола и волейбола.

Пионербол, мини-футбол, мини-баскетбол, мини-волейбол (игра по упрощённым правилам). Спортивные игры способствуют развитию всех физических качеств, совершенствуют двигательные умения и навыки.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

Личностными результатами курса «Спортивные игры» предусматривают 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 курса «Спортивные игры» предусматривать умения

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определённому алгоритму
- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- 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;

Предметными результатами изучения курса «Спортивные игры» являются:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры;
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем, представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

К концу учебного года дети должны знать и уметь:

В процессе реализации программы, дети смогут активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации сами регулировать степень мышечного напряжения и внимания, приспособиться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

Учащиеся научатся составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки; организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры; уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий; выполнять упражнения в игровой ситуации (равновесие, силовые упражнения, гибкость). Научатся проявлять смекалку и находчивость, быстроту и хорошую координацию; владеть мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём; применять игровые навыки в жизненных ситуациях. Дети узнают историю возникновения русских народных игр; правила проведения игр, эстафет и праздников; основные факторы, влияющие на здоровье человека. Узнают об основах правильного питания, об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур; о профилактике нарушения осанки; о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся или виды учебной деятельности	Планируемые результаты	Дата проведения.		
				По плану	Фактически	ки
1.	Игры на знакомство: ОРУ. Игра «Рукопожатие».	Подвижные игры. Спортивные игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	01.09		
2	Игры на знакомство: ОРУ. Игра «Игра Клубок ниток.»	Подвижные игры. Спортивные игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, эстафету с бегом, самостоятельно играть в разученные игры.	08.09		
3.	Русские народные игры. Лапта: Спортивная игра: мини-футбол	Подвижные игры. Спортивные игры Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель .. Развитие скоростно-силовых способностей	Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самостоятельно играть в разученные игры.	15.09		
4	Русские народные игры. Горелки. Вышибала. Спортивная игра мини-футбол	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	22.09		
5	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра: мини-футбол	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	29.09		

6	Разучивание игр «Волк во рву»,				
7	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра: мини-футбол	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	20.10	
8	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Игровые правила. Деление на группы Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	27.10	
9	Русские народные игры. Вызов номеров, Салки в вариантах, Пустое место Спортивная игра : мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей..	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	03.11	
10	Русские народные игры. Пятнашки, Охотники и утки Пустое место Спортивная игра: мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	10.11	
11	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	17.11	
12	Русские народные игры Удочка, Быстрые шеренги Спортивная игра: мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	01.12	

13	Русские народные игры. «Мяч капитану», Подвижная цель, Спортивная игра : мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	08.12	
14	Эстафета с переноской предметов . «Перетягивание каната» «Не намочи ног».	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	15.12	
15	Разучивание игры «Береги предмет» «Кто первый через обруч к флажку?»	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	22.12	
16	Разучивание игр «Пролезай-убегай», «Пчёлки». Самостоятельные игры.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	29.12	
17	Игры «Рыбы и рыбаки», Колдуны, «Коты и мыши», Вызов номеров Спортивная игра Пионербол	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	12.01	
18	«Подвижная цель», «Передал – садись» Спортивная игра Пионербол	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	19.01	
19	Эстафета с мячами, скакалками Спортивная игра Пионербол	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	26.01	

20	Эстафета с мячами, скакалками Спортивная игра Пионербол.	Подвижные игры. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	02.02	
21	«Метко в цель», «Конники спорстмены». Эстафета прыжками. Спортивная игра Баскетбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Эстафеты. Игра в баскетбол	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с прыжками на двух ногах, самостоятельно играть в разученные игры.	09.02	
22	«Мяч соседу», «Гуси-лебеди». Эстафета с передачей палочки. Спортивная игра Баскетбол.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра в баскетбол	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры с ручным мячом и в футбол.	16.02	
23	«Быстрые и меткие», «Зайцы в огороде». Эстафета по кругу. Спортивная игра Баскетбол.	Развитие скоростно-силовых способностей. Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении. Броски в цель. Игра в баскетбол	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные	01.03	
24	«Попади в последнего», «Дальше и выше», «Беги и хватай». Спортивная игра Баскетбол.	Развитие глазомера, выносливости, скоростно- силовых способностей. Подвижные игры. Игра в баскетбол	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры	15.03	
24	«Фигуры», «Зайцы, сторож и Жучка» «через ручеёк». Спортивная игра Баскетбол.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей. Игра в баскетбол	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры	22.03	
26	«Запрещённое движение», «Ловишки с приседанием». Эстафета с обменом мячей. Спортивная игра Баскетбол.	Подвижные игры. Развитие глазомера, выносливости, скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять бег в среднем темпе, эстафету с мячом, самостоятельно играть в разученные игры	29.03	

27	Русские народные игры. Горелки. Вышибала. Спортивная игра: мини-футбол	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	05.04	
28	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра: мини-футбол	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	19.04	
29	Разучивание игр «Волк во рву», «Соревнования по подвижным играм.	Равномерный бег . Чередование ходьбы и бега Преодоление малых препятствий. Развитие выносливости. Игры Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения, знать разученные игры, самостоятельно играть в разученные игры.	26.04	
30	Русские народные игры. Перестрелка, Снайпер Спортивная игра: мини-футбол	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	26.04	
31	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра: мини-футбол.	Игровые правила. Деление на группы Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	03.05	
32	Русские народные игры. Вызов номеров, Салки в вариантах, Пустое место. Спортивная игра: мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей..	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры.	10.05	
33	Русские народные игры. Пятнашки, Охотники и утки Пустое место Спортивная игра: мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых способностей..	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	17.05	

34	Русские народные игры. Пятнашки, Охотники и утки Пустое место Спортивная игра: мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно- силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	24.05	
35	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно- силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	31.05	
36	Русские народные игры. Казаки разбойники Спортивная игра : мини-футбол.	Игровые правила. Выбор и ограничение игрового пространства. Проведение игры. Развитие выносливости. Развитие скоростно- силовых способностей.	Уметь, самостоятельно играть в разученные игры	07.06	

Согласовано:

Протокол заседания ШМО №1
Учителей естественно-математического цикла
«28» августа 2023 г.

Проверено:

Заместитель директора по УВР
 Зарочентцева Е.Ю.
«28» августа 2023 г.