

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Ульяновская СОШ»

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР

 / Л.Н. Иваненко/

Протокол № 1

от «29» августа 2022 г.



Директор школы

/Е.В.Кугультинова/

Приказ № 65/2 от 29.08. 2022 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Спортивные игры»,

7 класс

2022 – 2023 учебный год

Количество часов: 68 часов

Срок реализации: 2022-2023 учебный год

Учитель: Насунов Баатр Максимович

(учитель ВКК)

с. Ульяновское, 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительной направленности спортивные игры для учащихся 7 класса разработана на основе:

- Программа Физическая культура, 1-4 классы, авторы Петрова Т.А., Копылов Ю.В., Петров С.С. Начальная школа XXI века М.: Издательский центр Вентана-Граф, 2011 г.

- 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.

Поскольку у педагогов и психологов в последние годы вызывают опасения материалы, свидетельствующие о неблагополучии физического и психического здоровья школьников, основная задача обучения детей состоит в физическом и интеллектуальном развитии учащихся при таких условиях, когда обучение должно стать естественной формой выражения детской жизни.

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

Цели программы:

- обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (волейбол, баскетбол, лапта), формирование двигательной активности обучающихся 5 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 2 часа в неделю, программа рассчитана на 68 часов (34 учебные недели).

Основные формы работы на занятии: коллективная и групповая. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть занятий максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. На теоретических занятиях обучающимся сообщаются основные сведения о названиях, правилах проведения, организации, и технике безопасности на занятиях подвижными играми, понятие о правильной осанке, рациональном дыхании, режиме дня и личной гигиене.

На практических занятиях обучающиеся овладевают двигательными умениями и навыками, тактикой подвижных игр и эстафет различной направленности. Содержание курса, объединенного в блоки, предусматривает не только усвоение теоретических знаний, но формирование практического опыта. Практические задания стимулируют активность, творчество, саморазвитие, самосовершенствование обучающихся.

Программа представлена тремя блоками:

- игры на развитие психических процессов,
- подвижные игры,
- спортивные игры.

В свою очередь блоки делятся на :

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 системы.

-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 кружка «Спортивные игры»

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 кружка « Спортивные игры»

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 определённому 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;

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;

Национально-региональный компонент: 6 часов

№	Название тем	Кол-во часов
1	Калмыцкая игра «Альчики»	1
2	Калмыцкая игра «Кружиться вокруг колышка»	1
3	Калмыцкая игра «Забрасывание белого мяча»	1
4	Эстафеты с применением предметов, которые используются в калмыцких играх.	1
5	Калмыцкая игра: «Метание белого мяча».	1
6	Разновидности калмыцких игр.	1

Календарно-тематическое планирование. 7 класс кружок «Спортивные игры»

№ п/ п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения.	
			По плану	Фактически
1.	Спортивная игра: мини-футбол	1		
2	Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой	1		
3	Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.	1		
4	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1		
5	Тактика игры в футбол. Тактика нападения.	1		
6-7	Тактика защиты. Индивидуальные действия.	2		
8	Спортивная игра: мини-футбол	1		
9	Спортивная игра: мини-футбол	1		
10	Спортивная игра: мини-футбол	1		
11-12	Спортивная игра: мини-футбол	2		
13	Волейбол. Техника нападения	1		
14	Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1		
15	Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	1		
16-17	Передача на точность. Встречная передача.	2		
18	Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1		
19	Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками	1		
20	Техника защиты.	1		
21-22	Групповые действия игроков.	2		
23	Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1		
24	Командные действия. Прием подачи	1		
25	Расположение игроков при приеме.	1		
26-27	Контрольные игры и соревнования.	2		
28	Настольный теннис. Основы техники и тактики игры..	1		
29	Правильная хватка ракетки, способы игры. Техника перемещений	1		

30	Тренировка упражнений с мячом и ракеткой. Изучение подачи.	1			
31-32	Спортивная игра Пионербол	2			
33	Тренировка ударов «накат» справа и слева. Сочетание ударов.	1			
34	Свободная игра. Игра на счет. Соревнования.	1			
35	Баскетбол. Основы техники и тактики. Техника нападения.	1			
36-37	Эстафета с мячами, скакалками	2			
38	Техника передвижения. Повороты в движении.	1			
39	Сочетание способов передвижений.	1			
40	Техника владения мячом.	1			
41-42	Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	2			
43	Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок.	1			
44	Бросок с трехочковой линии.	1			
45	Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1			
46	Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1			
47	Взаимодействие игроков с заслонами.	1			
48	Обманные движения. Групповые действия.	1			
49	Эстафета с переноской предметов.	1			
50	Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната»	1			
51	Эстафета с переноской предметов.	1			
52	Весёлые старты.	1			
53	Комбинированные эстафеты	1			
54	Эстафеты с мячами, скакалками.	1			
55	Спортивная игра Баскетбол	1			
56	Спортивная игра Баскетбол	1			
57	Спортивная игра Баскетбол	1			
58	Спортивная игра : мини-футбол.	1			
59	Спортивная игра : мини-футбол.	1			

60	Спортивная игра : мини-футбол.	1			
61	Спортивная игра : мини-футбол.	1			
62	Спортивная игра: футбол.	1			
63	Спортивная игра: футбол.	1			
64	Спортивная игра: футбол.	1			
65	Спортивная игра: футбол.	1			
66	Прохождение полосы препятствий	1			
67- 68	Прохождение полосы препятствий.	2			