


МУНИЦИПАЛЬНО АУТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВОДОУКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА "НОВОЗАИМСКАЯ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО
СОЮЗА В.М. ВАЖЕНИНА" МАОУ «НОВОЗАИМСКАЯ СОШ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
учителей физической
культуры


Н.А. Герасимова
Приказ №1
от «30» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора
УВР


Ж.В. Ваганова
Приказ №
от «30» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

предметного курса

«Спорт»

Для 5 - 9 классов

1 час в неделю (всего 34 часов)

Срок реализации: 2024-2025 учебный год

Автор-составитель

Н.А.Герасимова

Учитель физической культуры

с. Новая Заимка 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «Спорт» для 5 - 9 класса относится к спортивно-оздоровительному направлению реализации предметного курса в рамках ФГОС и составлена на основе:

- Федерального Государственного стандарта основного общего образования

- основной образовательной программы МАОУ «Новозаимская СОШ»
- положения о рабочей программе по внеурочной деятельности МАОУ «Новозаимская СОШ»

Актуальность программы: Предлагаемая программа помогает улучшить физические, физиологические и психические возможности ребенка с помощью правильного планирования занятий, дополняющих уроки физической культуры. В основу планирования положены знания, базирующиеся на научных экспериментах, выполненных в различных отраслях науки, таких как педагогика, физиология, психология, спортивная медицина, опыт ряда педагогов по физической культуре, работающих по ФГОС. Программа составлена с учетом особенности работы образовательного учреждения и имеет оздоровительное, спортивное и общеразвивающее значение. Поэтому данная программа является программой внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению. Игра – исключительно ценный способ вовлечения школьников в двигательную деятельность. Подвижные и спортивные игры на занятиях используются для решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач. В играх, в отличие от других форм занятий, главное внимание обращается на оздоровительную сторону, воспитание физических качеств, стремление подростков организовывать свою деятельность, основываясь на четких и жестких правилах спортивных игр, которые дают возможность каждому обучающемуся развивать свои личностные качества, необходимые как в любых видах спортивно-оздоровительной деятельности, так и в обычной жизни.

Цель программы: развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.

Задачи программы направлены на:

- Развитие у обучающихся положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом.
- Развитие навыков двигательной активности как составляющей здорового образа жизни и функциональной грамотности через заботу о собственном здоровье и развитии личности.
- Повышение уровня качества знаний по вопросам здоровья и его сохранения.
- Формирование волевых качеств, как основы получения образования.
- Формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре игр, желание применять игры самостоятельно и в повседневной жизни.
- Воспитательный результат достигается по *двум уровням* взаимодействия – связь ученика со своим учителем и взаимодействие школьников между собой на уровне группы секции.

Планируемые результаты освоения внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.
 - установка на безопасный здоровый образ жизни

Метапредметные результаты.

Регулятивные УУД:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- планировать этапы решения задачи, определять последовательность учебных действий в соответствии с поставленной задачей;
- осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя;
- анализировать ошибки и определять пути их преодоления; различать способы и результат действия; --адекватно воспринимать оценку сверстников и учителя;
- прогнозировать результаты своих действий на основе анализа учебной ситуации; проявлять познавательную инициативу и самостоятельность;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность и выполнения действия и вносить необходимые коррективы и по ходу решения учебной задачи.

Познавательные УУД:

- анализировать информацию, выбирать рациональный способ решения задачи;
- формулировать проблему;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- различать обоснованные и необоснованные суждения;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

Коммуникативные УУД:

- принимать участие в совместной работе коллектива;
- координировать свои действия с действиями партнеров;
- корректно высказывать свое мнение, обосновывать свою позицию;
- задавать вопросы для организации собственной и совместной деятельности;
- осуществлять взаимный контроль совместных действий принимать самостоятельно решения;
- содействовать разрешению конфликтов, учитывая позиции участников **Предметные результаты:**

- обобщать, делать несложные выводы;

- давать определения тем или иным понятиям;
- выявлять закономерности и проводить аналогии;
- создавать условия, способствующие наиболее полной реализации потенциальных познавательных возможностей всех детей в целом и каждого ребенка в отдельности, принимая во внимание особенности их развития.
- осуществлять **принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении учащихся** с разными образовательными возможностями.

Результаты внеурочной деятельности являются частью результатов освоения основной общеобразовательной программы в соответствии с требованиями ФГОС.

К концу года учащийся овладеет

- Основами спортивной терминологии по спортивным играм, лёгкой атлетике, спортивной гимнастике;
- Технику безопасности, применяемую в базовых видах спорта;
- Правилам судейства соревнований в изучаемых видах спорта
- Историей возникновения Олимпийских игр;
- Правилами здорового образа жизни;
- Техникой и тактикой командных действий;
- Техникой приёма, передачи, подачи мяча в волейболе;
- Техникой ловли-передачи, ведения, бросков мяча в баскетболе;
- Техникой бега на короткие дистанции в лёгкой атлетике;
- Техникой кувырков, прыжков, стоек в гимнастике;
- Навыками оказания первой медицинской помощи при травмах;

Формами подведения итогов освоения программы внеурочной деятельности являются:

- создание буклетов, плакатов;
- участие в «Дне здоровья».

Содержание программы

Сроки реализации программы: 1 год. Занятия проводятся 1 раз в неделю в течение года. Всего – 34 ч.

Основной **формой** проведения внеурочной деятельности является –**групповая**

Занятия полностью построены на игровых обучающих ситуациях с использованием спортивного инвентаря и без него. Роль игры в организации досуга занимает важное место в жизни ребёнка, и поэтому рассматривается педагогами как одно из главных средств воспитания.

Виды деятельности: занятия физической культуры (классические, интегрированные, комбинированные и смешанные), практические занятия, самостоятельная работа учащихся с литературой, выпуск буклетов, плакатов.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Содержание
1.	Введение	(1ч.) Знакомство с программой занятий. Основы знаний о спортивных и подвижных играх: понятия правил игры, выработка правил игры. Инструктаж по технике безопасности. Разработка макетов буклетов по видам игр.
2.	Спортивные игры Футбол Русская лапта Волейбол Баскетбол.	(33ч.) Бег в среднем темпе, эстафеты с мячом, самостоятельно играют в разученные игры с мячом. В содержание включаются такие подвижные игры: Эстафеты с ведением мяча, с передачей после ведения, змейкой и зигзагом, эстафета «Забрось мяч в кольцо», «Школа мяча», «Перестрелка», «Лапта», «Запятнай последнего», «10 передач», «Пять бросков», «Эстафета футболистов», «Эстафета баскетболистов».
ИТОГО		(34ч.)

РАЗДЕЛ III

6 – 7 класс

Календарно-тематическое планирование по «Спортивным играм» для учащихся 6 – 7 класса.

№ п/п	Дата	Тема занятия
БАСКЕТБОЛ – 12 часов		
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний подвижной и спортивной игр.
2		Передвижения, остановки, повороты и стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте.
3		Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Учебная игра по упрощенным правилам.
4		Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Вырывание, выбивание.

5		Ведение мяча на месте, по прямой, с изменением направления движения и скорости.
6		Организация и проведение соревнований по баскетболу. Баскетбол игра по правилам. Ведение мяча на месте, по прямой, с изменением направления движения и скорости.
7		Броски мяча разными способами, на месте, в движении. Вырывание, выбивание. Учебная игра по упрощенным правилам.
8		Броски мяча разными способами, на месте, в движении. Учебная игра по упрощенным правилам. Правила игры. Жесты судьи.
9		Вырывание, выбивание. Учебная игра по упрощенным правилам.
10		Ловля и передача мяча (разными способами) на месте и в движении. Вырывание, выбивание.
11		Броски мяча разными способами. Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.
12		Тактика и техника игры в баскетбол. Контрольные игры и соревнования.
ВОЛЕЙБОЛ – 12 часов		
13		Вводное занятие. Инструктаж по ТБ на занятиях волейболом. История возникновения и развития спортивной игры волейбол. Перемещения и стойки волейболиста.
14		Перемещения и стойки волейболиста.
15		Прием и передача мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения. Игра по упрощенным правилам.
16		Прием и передача мяча сверху двумя руками на месте, после перемещения.
17		Технические действия и тактика игры. Правила игры в волейбол, жесты судьи. Прием и передача мяча снизу двумя руками. Игра по упрощенным правилам.
18		Прием и передача мяча снизу двумя руками. Командные действия. Расположение игроков при приеме

19		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Нападающий удар. Игра по упрощенным правилам.
20		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование. Нападающий удар.
21		Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. Командные действия. Расположение игроков при приеме.
22		Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху. Командные действия. Расположение игроков при приеме.
23		Тактика игры. Контрольные игры и соревнования.
24		Тактические действия в игре. Контрольные игры и соревнования.
Футбол – 5 часов		
25		Техника передвижения. Удары по мячу головой, ногой
26		Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения.
27		Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.
28		Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.
29		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.
Русская лапта – 5		
30		Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.
31		Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.
32		Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.
33		Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами
34		Командные игры и соревнования.

Календарно-тематическое планирование 8 – 9 класс

№п\п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
Введение			1
1		Инструктаж по технике безопасности. Основы знаний по подвижным и спортивным играм.	1
Спортивные игры			33
Футбол			5
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. Техника игры вратаря.	1
5		Тактика игры в футбол. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча, с мячом.	1
6		Тактика защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Тактика вратаря.	1
Волейбол			9
7		Техника нападения. Действия без мяча. Перемещения и стойки.	1
8		Действия с мячом. Передача мяча двумя руками.	1
9		Передача на точность. Встречная передача	1
10		Подача мяча: нижняя прямая, нижняя боковая, подача сверху.	1
11		Техника защиты. Прием мяча: сверху двумя руками, снизу двумя руками. Блокирование.	1
12		Групповые действия игроков. Взаимодействие игроков передней линии при приеме от подачи	1
13		Командные действия. Прием подач. Расположение игроков при приеме.	1
14		Групповые действия игроков.	1
15		Контрольные игры и соревнования.	1

Баскетбол.			14
16		Баскетбол. Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча передвижения.	1
17		Основы техники и тактики. Техника нападения. Техника владения мячом.	1
18		Броски мяча двумя руками с места. Штрафной бросок. Бросок с трехочковой линии.	1
19		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости ведения.	1
20		Ловля мяча двумя руками с низкого отскока, одной рукой на уровне груди.	1
21		Повороты в движении. Сочетание способов передвижений.	1
22		Обманные движения. Обводка соперника с изменением высоты отскока.	1
23		Взаимодействие игроков с заслонами.	1
24		Групповые действия.	1
25		Тактические действия в защите	1
26		Тактические действия в нападении	1
27		Индивидуальная защита	1
28		Позиционное нападение	1
29		Зонная защита	1
Русская лапта			5
30		Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при обучении детей игре «Русская лапта». Основы техники игры. Техническая подготовка игроков в лапту: стойка игрока, техника ударов битой по мячу, перебежки, осаливание, самоосаливание и переосаливание.	1
31		Ловля мяча и передача в парах. Выбор биты. Удары битой по мячу сверху.	1
32		Ловля и передача мяча, осаливание. Двусторонняя игра. Передача, удары битой сверху, метание в цель.	1
33		Комплексные упражнения, комбинации. Закрепление навыков игры и знакомство с основными правилами	1
34		Командные игры и соревнования.	1
		Итого	34

Информационно-методическое обеспечение

- малые и большие мячи, скакалки, канат, скамейки гимнастические, обручи, гантели 1 кг, диски CD с фонограммами, музыкальный центр.

Для учителя:

1. Гришина Г.Н «Любимые детские игры» серия «Вместе с детьми», Москва, ООО «ТЦ Сфера», 1999 г.,-96 с., ISBN 5-89144-012-1;
2. Кенеман А.В. «Детские подвижные игры народов СССР» под ред. Т.И.Осокиной, Москва, Просвещение, 1989 г.- 239 с., ISBN 5-09-002913-X
3. Ковалёва Е.А. «Игры на свежем воздухе для детей и взрослых» серия «Азбука развития», Москва, ООО «ИД РИПОЛ классик», ISBN 978-5-7905-4426-2, ООО «ДОМ. XXI век, 2007 г.,-189 с., ISBN 978-5-91213-003-8;
4. Ковалько В. И. «Здоровье - сберегающие технологии», Москва «Вако», 2004 г.
5. Колесникова С.В. «Детская аэробика: Методика, базовые комплексы». Ростов н/д.: Феникс, 2005-157.: ил.- (Школа развития)
6. Осокина Т. И. «Детские подвижные игры народов», Москва «Просвещение», 1989 г.
7. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа (сост.Е. С. Савинов). — М. : Просвещение, 2010. (Стандарты второго поколения).
8. Рабочие программы по физической культуре. 1-11 классы (по программам В.И. Ляха) 2007.-126с-(Образовательный стандарт).
9. Степанова О.А «Игра и оздоровительная работа в школе», серия «Игровые технологии», Москва ООО «ТЦ Сфера» 2004 г., ISBN 5-89144-323-6,- 144 с.;
10. Фролов В. Г. «Физкультурные занятия на воздухе с детьми» Москва «Просвещение», 1983 г.
11. ФГОС 2 поколения
12. Шевченко И. В. «Вместе весело играть», Ростов-на-Дону «Феникс», 2002 г.

Интернет-ресурсы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. – Режим доступа : <http://standart.edu.ru/catalog.aspx?CatalogId=2588>
2. Григорьев, Д. В. Методический конструктор внеурочной деятельности школьников / Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – Режим доступа : <http://www.tiuu.ru/content/pages/228.htm>