

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«БАРАНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Приложение №1
к Основной образовательной программе
основного общего образования

ПРИНЯТА

на заседании педсовета
МКОУ «Барановская средняя
общеобразовательная школа»
протокол от «19» 08 2024 г. № 111

Председатель
Педсовета  (Е.А. Америкева)

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора МКОУ
«Барановская средняя
общеобразовательная школа»
от «19» 08 2024 г. № 111



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Физическая культура»
(9 класс)

Автор-составитель:

Учитель физической культуры

Войнов М.С.

с. Бараново
2024 год

I. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 6 классов составлена в соответствии с:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон Российской Федерации от 14 июля 2022 года № 261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи».
- Приказ Минпросвещения России от 31. 05. 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (далее — приказ Минпросвещения об утверждении ФГОС НОО).
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 5 июля 2022 года № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций».
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29. 05. 2015 г.)
- План мероприятий по реализации в 2021–2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р).
- План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р)
- ПРИКАЗ Минпросвещения об утверждении ФОП НОО от 16 ноября 2022 г. № 992

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 внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Спортивные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности

сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

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 обучающихся 9-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 различными видами спортивной и игровой деятельности.

-воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности

Объем программы: Второй год обучения. На реализацию программы отводится 1 час в неделю, программа рассчитана на 34 часа.

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.

II. Содержание программы внеурочной деятельности

Мини-футбол (5ч.) Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Упражнения с мячом. Эстафеты с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Стойки и перемещения. Игра: «Точная передача», «Попади в ворота». Игра по упрощённым правилам мини-футбола.

Подвижные игры (5ч.) Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Эстафеты. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната». Игра «Запрещённое движение». Игра «Вышибалы». «Третий лишний». Весёлые старты. Разучивание игр «Гонка мячей по кругу», «Совушка». Эстафета с мячами, скакалками.

Пионербол (5ч.) Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу. Игра с прыжками Попрыгунчики-воробушки Спортивная игра Пионербол. Игры «Рыбы и рыбаки», Колдуны, «Коты и мыши», Вызов номеров Спортивная игра Пионербол. «Подвижная цель», «Передал – садись» Спортивная игра Пионербол. Эстафета с мячами, скакалками.

Волейбол (8ч.) Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений. Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача. Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.

Настольный теннис (7ч.) Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила. Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи; первый подающий обычно определяется жребием; далее подающие чередуются каждые две подачи; по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.

Баскетбол (8ч.) Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений. Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Передача мяча в движении. Правила судейства. Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места. Штрафной бросок.

III. Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

Результатами изучения курса «спортивные игры» являются:

- бережное обращение с оборудованием и инвентарем. представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организация отдыха и досуга средствами физической культуры
- 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.

**IV. Календарно-тематическое планирование.
Учебно - тематический план**

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов
1.	ТБ в спортивном зале	В процессе уроков
2.	Мини-футбол	5
3.	Подвижные игры	3
4.	Пионербол	3
5.	Волейбол	8
6	Настольный теннис	7
7	Баскетбол	8
Всего		34

Календарно-тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Наименование темы	Кол-во часов	Дата	Электронно (цифровые) образовательн ые ресурсы
1	Подвижные игры (3 часа)	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм. Подвижные игры. Спортивные игры. Эстафеты.	1	06.09	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1247/
2		Русские народные игры. Эстафета с переноской предметов. «Перетягивание каната».	1	13.09	
3		Подвижные игры. Игры «Гонка мячей по кругу», «Тридцать три». Эстафета с мячами, скакалками.	1	20.09	
4	Настольный теннис (7 часов)	Техника безопасности на занятиях по настольному теннису. Игровые правила.	1	27.09	РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1133/
5		Отработка игровых приёмов: партия состоит из розыгрышей, каждый из которых начинается с подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	04.10	
6		Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи.	1	11.10	

		Игра по упрощённым правилам.			
7		Отработка игровых приёмов: далее подающие чередуются каждые две подачи. Игра по упрощённым правилам.	1	18.10	
8		Отработка игровых приёмов: по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1	25.10	
9		Отработка игровых приёмов: по современным правилам партия идет до 11 очков; во время игры если мяч зацепил сетку и переместился на другую половину, то игра продолжается. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1		
10		Игровые правила. Игра по упрощённым правилам тенниса.	1		
11	Мини-футбол (5 часов)	Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. Стойки игрока. Упражнения с мячом. Игра: «Точная передача».	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/262291/
12		Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов. Игра: «Точная передача», «Попади в ворота».	1		
13		Упражнения с мячом. Стойки и перемещения. Игра: «Точная передача».	1		
14		Упражнения с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения). Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1		
15		Упражнения с мячом. Игра по упрощённым правилам мини-футбола.	1		
16	Баскетбол (8 часов)	Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Основные правила игры. Техника передвижений	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7158/main/262291/

17		Основные правила игры. Техника передвижений.	1		54/main/309286/
18		Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
19		Стойки и перемещения баскетболиста. Перемещение в стойке приставными шагами. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
20		Повороты без мяча и с мячом. Остановка двумя шагами, повороты и ловля мяча. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
21		Передача мяча в движении. Правила судейства. Игра по упрощённым правилам баскетбола. Перемещение в стойке приставными шагами.	1		
22		Ведение мяча на месте, по прямой, по дугам, зигзагом. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
23		Бросок и ловля мяча, бросок в корзину от плеча с места. Штрафной бросок. Игра по упрощённым правилам баскетбола.	1		
24	Пионербол (3 часа)	Техника безопасности на занятиях по подвижным играм, пионерболу. Игра с прыжками.	1		Знание.py https://znanio.ru/media/videourok-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-pionerbol-s-elementami-volejbola-6-klass-2613326
25		Спортивная игра «Пионербол». Игра «Подвижная цель».	1		
26		Эстафета с мячами, скакалками. Игра «Пионербол».	1		
27	Волейбол (8 часов)	Техника безопасности на занятиях по волейболу. Основная стойка. Основные правила игры.	1		РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/1303/
28		Основная стойка. Основные правила игры.	1		
29		Правила игры. Эстафеты с мячом. Техника приёма мяча в парах.	1		
30		Техника приёма мяча в парах. Передачи и приём мяча после передвижений.	1		
31		Правила игры. Передачи и приём мяча после передвижений. Игра по упрощённым правилам волейбола.	1		

32		Передача мяча сверху двумя руками. Техника владения мячом: нижняя прямая подача.	1		
33		Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача.	1		
34		Нижняя боковая подача. Верхняя прямая подача. Игра по упрощённым правилам волейбола.	1		