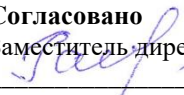


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №2 г. Шебекино Белгородской области»

Рассмотрено
на заседании
школьного методического совета.
Протокол №1
«23» августа 2024г.

Согласовано
Заместитель директора

/Галушко Е. Л./
«23» августа 2024г.

Утверждаю
Директор школы

/Карачаров С. Н./
Приказ №180
«26» августа 2024г.



Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
для обучающихся 5 классов

Составил: учитель:
Филимонова Маргарита
Сергеевна

г. Шебекино, 2024

Пояснительная записка

Введение

Рабочая программа по курсу «Подвижные игры» для основной школы предназначена для учащихся 5х классов.

Программа включает четыре раздела:

- «Пояснительная записка», где представлены нормативно-правовая база назначения программы, актуальность и перспективность курса, возрастная группа, на которую ориентированы занятия, место курса в учебном плане, объем часов, отпущенных на занятия и продолжительность одного занятия, цели и задачи реализации программы.

- «Содержание курса», где представлено изучаемое содержание, объединенное в содержательные блоки, перечень универсальных действий, которые развивает прохождение данного раздела курса.

- «Планируемые результаты изучения курса», где должно быть описание результатов, которые должен приобрести обучающийся в процессе занятий по программе, перечисление качеств личности, которые могут быть развиты у обучающихся в результате занятий данным видом деятельности, мониторинг изучения результатов освоения программы, описание формы подведения итогов, портфель достижений школьника.

- «Календарно-тематическое планирование», в котором даны разделы программы и темы занятий, формы работы, вид занятий, примерная дата проведения занятий.

Программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования и требований к результатам основного общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения. В ней также учитываются основные идеи и положения программы развития и формирования универсальных учебных действий для основного общего образования, преемственность с программой начального общего образования.

Рабочая программа разработана на основе следующих нормативно - правовых документов:

1. Закон РФ «ОБ образовании»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;
3. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
4. Планируемые результаты основного общего образования;

5. Авторская программа «Физическая культура. 1 – 11 классы: комплексная программа физического воспитания В.И. Ляха, М.Я Виленского(М.: Просвещение, 2012).

Общая характеристика учебного курса

Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования.

Цель учебного курса «Подвижные игры» — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью; целостном развитии физических и психических качеств; творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи учебного курса «Подвижные игры» :

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.
- расширение межпредметных связей, формирование целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.

Место предмета в учебном плане

Согласно учебному плану на 2024 – 2025 учебный год на изучение курса «Подвижные игры» в 5 классе отводится 1 учебный час в неделю итого 34 часа в год.

**Распределение времени учебного курса «Подвижные игры»
для 5 класса.**

№	Вид программного материала	Кол-во часов
1.	Подвижные игры	12
2.	Волейбол	10
3.	Баскетбол	12
	Итого	34

Содержание курса

Основы знаний.

Требование к технике безопасности. Первая помощь при травмах. Понятие утомление, переутомление. Профилактика переутомления. Контроль и самоконтроль уровня физической нагрузки. Краткая характеристика видов спорта, отличия спортивных и подвижных игр.

Подвижные игры.

Виды подвижных игр. История возникновения. Становление правил игры. Организация подвижных игр. Тактические приемы. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Баскетбол.

Правила игры. Стойки, перемещения, повороты, остановки. Ведение, ловля и передача мяча. Бросок по кольцу. Тактика игры Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Волейбол.

Правила игры. Стойки, перемещения, повороты, остановки. Прием и передача мяча. Поддача мяча. Прием мяча после подачи. Тактика игры. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Универсальные действия, развиваемые при прохождении материала курса.

Личностные:

- оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;
- оценивать ситуации, свои и чужие поступки с точки зрения этики;

- анализировать и характеризовать эмоциональные состояния и чувства окружающих, строить свои взаимоотношения с их учетом;

- выражать готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения,

- проявлять в конкретных ситуациях доброжелательность, доверие, внимательность, помощь и др.;

Регулятивные:

- удерживать цель деятельности до получения ее результата;

- анализировать собственную работу: находить ошибки, устанавливать их причины;

- корректировать деятельность: вносить изменения в процесс с учетом возникших трудностей и ошибок; намечать способы их устранения;

- анализировать эмоциональные состояния, полученные от успешной (неуспешной) деятельности;

- оценивать уровень владения тем или иным учебным действием.

Коммуникативные:

- составлять небольшие устные монологические высказывания, «удерживать» логику повествования, приводить убедительные доказательства;

- характеризовать качества, признаки объекта, различать существенные и несущественные;

Познавательные:

- преобразовывать объект: импровизировать, изменять, творчески переделывать

- моделировать различные отношения между личностями, группами социума.

- высказывать предположения, обсуждать проблемные вопросы,

Результаты освоения курса

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

- понимать определение допинга, основ антидопинговых правил и концепции честного спорта, осознавать последствия допинга;

- определять базовые понятия и термины относящиеся к конкретным видам спорта, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

- использовать подвижные и спортивные игры, для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

- уметь играть и организовывать подвижные игры с учетом правил, уровнем физической подготовки и возрастными особенностями детей;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега.

Метапредметные результаты освоения.

- производить обработку цифровых фотографий с использованием возможностей компьютерных инструментов, создавать презентации на основе цифровых фотографий;

- работать с особыми видами сообщений: диаграммами;

- производить деконструкцию сообщений, выделение в них структуры, элементов и фрагментов;

- избирательно относиться к окружающей информации;

- использовать различные приемы поиска информации в Интернете;
- использовать приёмы поиска информации на персональном компьютере в информационной среде учреждения;
- формировать собственное информационно пространство;
- проектировать и организовывать свою индивидуальную и групповую деятельность, организовывать свое время с использованием ИКТ;
- планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приемы, адекватные используемой проблеме;
- выбирать и использовать методы, релевантные рассматриваемой проблеме;
- ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, используя языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме;
- самостоятельно задумывать, планировать и выполнять учебное исследование, учебный и социальный проект;
- нести ответственность за качество выполненного проекта.

Мониторинг изучения результатов освоение программы курса.

Результатом изучения материала курса является участие детей в спортивных соревнованиях разного уровня, организация соревнований и товарищеских встреч по различным видам спорта. Участие в играх и организация подвижных игр на уровне двора, класса, разновозрастной группы и т.п. Во время занятий происходит развитие всех двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости. Однако проверка двигательных качеств проводится в рамках предмета физическая культура, поэтому не выносится отдельным пунктом мониторинга. Проекты учащихся и другие результаты складываются в личное портфолио учащегося.

Методическая литература.

1. **Гриженя В.Е. Организация и методические приемы проведения занятий по подвижным играм в вузе и в школе: Учебно-методическое пособие – М., Советский спорт, 2011. – 40 с.**
2. Васильков Г.А., От игр к спорту. – М., 2012
3. Дусовицкий А.К., Воспитывая интерес. – М., 2011
4. Железняк М.Н., Спортивные игры. – М., 2011
5. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом. – М., 2012
6. Литвинов М.Ф., Русские народные подвижные игры. – М., 2011.
7. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей. – М., 2011.
8. Осокина Т.И., Детские подвижные игры. – М., 2013.
9. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. – М., 2011.
10. Былеева Л.В., Коротков И.М., Климова Р.В., Кузьмичева Е.В. Подвижные игры. – ТВТ: Дивизион, 2011.

11. Гуревич Н.А. 300 соревновательно - игровых заданий по физическому воспитанию. – Минск, 2012.
12. Дмитриев В.Н. Игры на свежем воздухе. – М.: МСП, 2012.
13. Жуков М.Н. Подвижные игры. — М.: Издательский центр «Академия», 2013.
14. Лях В.И. Координационные способности школьников. - Минск.: Полымя, 2012.

