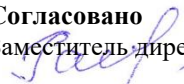


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №2 г. Шебекино Белгородской области»

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

Согласовано  
Заместитель директора  
  
/Галушко Е. Л./  
«23» августа 2024г.



**Рабочая программа**  
**по внеурочной деятельности**  
**«Подвижные игры»**  
**для обучающихся 6 классов**

**Составил: учитель:**  
**Покотилова Елена**  
**Владимировна**

г.Шебекино, 2024

Пояснительная записка

## **Ведение**

Рабочая программа по курсу «Подвижные игры» для основной школы предназначена для учащихся 6-х 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 6 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 выносятся 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.





