



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа
имени ветерана Великой Отечественной войны Танчука И.А.
с.Георгиевка муниципального района Кинельский Самарской области

446416 Самарская область Кинельский район с. Георгиевка ул. Специалистов 17
тел. 8(84663)2-72-72 (директор) 8(84663)2-72-71 (учительская) 8(84663)2-73-40 (бухгалтерия)
факс 8(263)2-72-71 e-mail: georgschool@bk.ru <http://georgschool.minobr63.ru>
ИНН 6350018608, КПП 635001001, ОКПО 42528258, ОГРН 1116350001261

РАССМОТРЕНА

на заседании МО «Здоровье»

Ю.Н. /Н.Н. Юртайкина/

«26» августа 2019г

ПРОВЕРЕНА

заместителем директора по

УВР Фенюк А. Н. Фенюк/

«27» августа 2019г

УТВЕРЖДЕНА

директор школы ГБОУ СОШ с.

Георгиевка Ивлиев Р. К. Ивлиев

Приказ № 138 Од от «30» 08 20



Рабочая программа курса по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»

5, 6, 7, 8, 9 класс

Пояснительная записка

Актуальность. Известно, что эффективность образования детей в школе во многом зависит от состояния их здоровья. Мы живём во времена бурного развития современной и массовой гиподинамии, когда ребёнок волей-неволей становится заложником, быстро развивающихся технических систем (телевидение, компьютеры, сотовая связь и т.д.) – всё это приводит к недостатку двигательной активности ребёнка и отражается на состоянии здоровья подрастающего поколения. Современная школа стоит перед фактором дальнейшего ухудшения не только физического, но и психического здоровья детей. Чтобы внутренний мир, духовный склад детей был богатым, глубоким, а это по-настоящему возможно лишь тогда, когда «дух» и «тело» находятся в гармонии, необходимы меры целостного развития, укрепления и сохранения здоровья учащихся.

Программа «Спортивные игры» рассчитана на обучающихся от 11 до 16 лет. Она предусматривает проведение теоретических и практических занятий, обеспечивающих подготовку и проведение школьных соревнований по игровым видам спорта (пионерболу, волейболу, баскетболу, футболу и настольному теннису) и легкоатлетических спартакиад.

Место и роль курса в основной образовательной программе. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, направлена на развитие соматического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Предлагаемый курс внеурочной деятельности позволит расширить представления обучающихся в сфере здорового образа жизни посредством формирования следующих **метапредметных результатов:**

- осознание ценности здорового и безопасного образа жизни;
- умение использовать приемы регуляции психофизиологических/эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Цель: повышение психической и физической подготовленности школьников к постоянно меняющимся условиям современной действительности посредством спортивных игр.

Задачи:

- совершенствовать навыки игры в спортивные игры (пионербол, волейбол, баскетбол, футбол);
- сформировать первоначальные навыки игры в настольный теннис;
- сформировать навыки организации и судейства школьных соревнований по пионерболу, волейболу, баскетболу, футболу, настольному теннису, легкой атлетике;

- организовать участие школьных команд в районных соревнованиях по пионерболу, волейболу, баскетболу, футболу, настольному теннису.

В основе отбора и структурирования содержания программы лежит прагматичный подход, предполагающий приобретение общих знаний и умений, обеспечивающих базовый физический уровень обучающихся.

Методы, формы и средства реализации программы. Основными формами организации занятий выступают теоретические занятия по технике безопасности и спортивному судейству. Спортивно-оздоровительная деятельность организуется в форме тренировочных игр и проведения школьных соревнований по волейболу (пионерболу – 5 класс), баскетболу, футболу, настольному теннису и легкой атлетике.

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для обучающихся 5-9-х классов с учётом реализации её учителями основной школы, занимающихся вопросами обучения здоровому образу жизни с детьми в возрасте от 11 до 16 лет. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся и рассчитана на проведение 1 часа в неделю.

На изучение курса «Подвижные игры» отводится 170 ч. Соответственно: 5 класс – 34 ч. ,6 класс – 34 ч. ,7 класс -34ч., 8 класс – 34 ч, 9 класс-34ч.

В содержании курса указаны формы организации и виды деятельности.

Содержание программы 5 – 9 класс (34 часа)

Раздел 1. Волейбол (пионербол - 5 класс) (6 часов).

Проблемно-ценностное общение.

Час общения. Правила техники безопасности при игре в волейбол (пионербол – 5 класс). Правила судейства соревнований по волейболу (пионерболу – 5 класс).

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Подготовка к школьным соревнованиям по волейболу (пионерболу – 5 класс). Организация тренировочных игр.

Организация школьных соревнований по волейболу (пионерболу – 5 класс).

Раздел 2. Баскетбол (6 часов).

Проблемно-ценностное общение.

Час общения. Правила техники безопасности при игре в баскетбол. Правила судейства соревнований по баскетболу.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Подготовка к школьным соревнованиям по волейболу (пионерболу – 5 баскетболу). Организация тренировочных игр.

Организация школьных соревнований по баскетболу.

Раздел 3. Футбол (6 часов).

Проблемно-ценностное общение.

Час общения. Правила техники безопасности при игре в футбол. Правила судейства соревнований по футболу.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Подготовка к школьным соревнованиям по футболу. Организация тренировочных игр.

Организация школьных соревнований по футболу.

Раздел 4. Настольный теннис (6 часов).

Проблемно-ценностное общение.

Час общения. Правила техники безопасности при игре в теннис. Правила судейства соревнований по теннису.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Подготовка к школьным соревнованиям по теннису. Организация тренировочных игр.

Организация школьных соревнований по теннису.

Раздел 5. Стрельба из лука (6 часов).

Проблемно-ценностное общение.

Час общения. Правила техники безопасности при занятиях стрельбой из лука. Правила судейства соревнований по стрельбе из лука.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Подготовка к школьным соревнованиям по стрельбе из лука.
Организация тренировочных соревнований.

Организация школьной спартакиады по стрельбе из лука.

Раздел 6. Участие в соревнованиях районного уровня (4 часа).

**Тематический план курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5-9 класс (34 часов)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		Планируемые результаты	Форма контроля
			теория	практика		
Раздел 1. Волейбол (пионербол – 5-9 класс) .						
1.1.	Правила техники безопасности и судейства игры в волейбол (пионербол – 5 класс).	1	1		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила техники безопасности и судейства соревнований по волейболу (пионерболу – 5 класс); • уметь использовать знания, полученные на уроках физической культуры в условиях соревновательных игр. 	Соревнования по волейболу (пионерболу – 5 класс)
1.2.	Тренировочные игры в волейбол (пионербол – 5 класс)	3		3		
1.3.	Школьные соревнования по волейболу (пионерболу – 5 класс)	2		2		
Раздел 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентаря (4часа).						
2.1	Правила проведения игр и соревнований.	2	2		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила проведения игр и соревнований; • знать правила техники безопасности при проведении игр и соревнований. 	Игра
2.2	Правила техники безопасности при проведении игр и соревнований.	2	2			
Раздел 3. Волейбол (30 часов)						
3.1	Игра в команде	30		30	<ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств; • умение взаимодействовать в команде; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
Раздел 4. Подвижные игры (30часов)						
4.1	Игры на развитие внимания	10		10	<ul style="list-style-type: none"> • развитие ловкости, координации и внимания; • развитие физических качеств; • умение играть по заданным правилам. 	Игра

4.2	Игры на координацию движений	10		10		
4.3	Игры на развитие ловкости	10		10		
	Итого:	68	6	62		

**Тематический план курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5-9 класс (34 часов)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		Планируемые результаты	Форма контроля
			теория	практика		
Раздел 1. Баскетбол – 5-9 класс.						
1.1.	Правила техники безопасности и судейства игры в баскетбол .	1	1		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила техники безопасности и судейства соревнований по баскетболу; • уметь использовать знания, полученные на уроках физической культуры в условиях соревновательных игр. 	Соревнования по баскетболу
1.2.	Тренировочные игры в баскетбол	3		3		
1.3.	Школьные соревнования по баскетболу	2		2		
Раздел 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентаря (4часа).						
2.1	Правила проведения игр и соревнований.	2	2		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила проведения игр и соревнований; • знать правила техники безопасности при проведении игр и соревнований. 	Игра
2.2	Правила техники безопасности при проведении игр и соревнований.	2	2			
Раздел 3. Баскетбол (30 часов)						
3.1	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования	30		30	<ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств; • умение взаимодействовать в команде; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
Раздел 4. Подвижные игры (30часов)						

4.1	Игры на развитие внимания	10		10	<ul style="list-style-type: none"> • развитие ловкости, координации и внимания; • развитие физических качеств; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
4.2	Игры на координацию движений	10		10		
4.3	Игры на развитие ловкости	10		10		
	Итого:	68	6	62		

**Тематический план курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5-9 класс (34 часов)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		Планируемые результаты	Форма контроля
			теория	практика		
Раздел 1. Футбол – 5-9 класс.						
1.1.	Правила техники безопасности и судейства игры в футбол .	1	1		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила техники безопасности и судейства соревнований по футболу; • уметь использовать знания, полученные на уроках физической культуры в условиях соревновательных игр. 	Соревнования по футболу.
1.2.	Тренировочные игры в футбол	3		3		
1.3.	Школьные соревнования по футболу	2		2		
Раздел 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентаря (4 часа).						
2.1	Правила проведения игр и соревнований.	2	2		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила проведения игр и соревнований; • знать правила техники безопасности при проведении игр и соревнований. 	Игра
2.2	Правила техники безопасности при проведении игр и соревнований.	2	2			
Раздел 3. Футбол (30 часов)						
3.1	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и	30		30	<ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств; • умение взаимодействовать в команде; 	Игра

	оборудования				<ul style="list-style-type: none"> • умение играть по заданным правилам. 	
Раздел 4. Подвижные игры (30 часов)						
4.1	Игры на развитие внимания	10		10	<ul style="list-style-type: none"> • развитие ловкости, координации и внимания; • развитие физических качеств; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
4.2	Игры на координацию движений	10		10		
4.3	Игры на развитие ловкости	10		10		
	Итого:	68	6	62		

**Тематический план курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5-9 класс (34) часов)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		Планируемые результаты	Форма контроля
			теория	практика		
Раздел 1. Настольный теннис – 5-9 класс.						
1.1.	Правила техники безопасности и судейства игры в теннис .	1	1		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила техники безопасности и судейства соревнований по теннису; • уметь использовать знания, полученные на уроках физической культуры в условиях соревновательных игр. 	Соревнования по теннису
1.2.	Тренировочные игры в теннис	3		3		
1.3.	Школьные соревнования по теннису	2		2		
Раздел 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентаря (4 часа).						
2.1	Правила проведения игр и соревнований.	2	2		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила проведения игр и соревнований; • знать правила техники безопасности при проведении игр и соревнований. 	Игра
2.2	Правила техники безопасности при проведении игр и соревнований.	2	2			
Раздел 3. Настольный теннис (30 часов)						

3.1	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования	30		30	<ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств; • умение взаимодействовать в команде; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
Раздел 4. Подвижные игры (30 часов)						
4.1	Игры на развитие внимания	10		10	<ul style="list-style-type: none"> • развитие ловкости, координации и внимания; • развитие физических качеств; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
4.2	Игры на координацию движений	10		10		
4.3	Игры на развитие ловкости	10		10		
	Итого:	68	6	62		

**Тематический план курса внеурочной деятельности
«Спортивные игры»
5-9 класс (34 часов)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе		Планируемые результаты	Форма контроля
			теория	практика		
Раздел 1. Стрельба из лука – 5-9 класс .						
1.1.	Правила техники безопасности и судейства в стрельбе из лука	1	1		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила техники безопасности и судейства соревнований по стрельбе из лука; • уметь использовать знания, полученные на уроках физической культуры в условиях соревновательных игр. 	Соревнования по стрельбе из лука
1.2.	Тренировочные занятия по стрельбе из лука	3		3		
1.3.	Школьные соревнования по стрельбе из лука	2		2		
Раздел 2. Правила игр, соревнований, места занятий, инвентаря (4 часа).						
2.1	Правила проведения игр и	2	2		<ul style="list-style-type: none"> • знать правила проведения игр и соревнований; 	Игра

	соревнований.				<ul style="list-style-type: none"> • знать правила техники безопасности при проведении игр и соревнований. 	
2.2	Правила техники безопасности при проведении игр и соревнований.	2	2			
Раздел 3. Стрельба из лука (30 часов)						
3.1	Эстафеты с использованием спортивного инвентаря и оборудования	30		30	<ul style="list-style-type: none"> • развитие физических качеств; • умение взаимодействовать в команде; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
Раздел 4. Подвижные игры (30 часов)						
4.1	Игры на развитие внимания	10		10	<ul style="list-style-type: none"> • развитие ловкости, координации и внимания; • развитие физических качеств; • умение играть по заданным правилам. 	Игра
4.2	Игры на координацию движений	10		10		
4.3	Игры на развитие ловкости	10		10		
	Итого:	68	6	62		