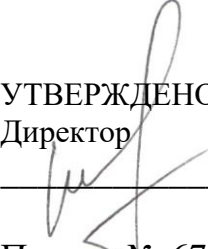


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кировской области
Департамент образования администрации города Кирова
МБОУ "СОШ с УИОП № 66" города Кирова

УТВЕРЖДЕНО
Директор


Шустов С,М.
Приказ № 674 от «01» 09
2023 г.



«Спортивные и подвижные игры»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности

Спортивное направление

7 класс

Киров, 2023

Программа внеурочной деятельности по спортивным играм.

Пояснительная записка.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья учащихся. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «спортивные игры» носит образовательно-воспитательный характер.

Актуальность программы: Программа внеурочной деятельности по спортивным играм включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникативности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

В программу включено знакомство с играми. Игра – естественный спутник жизни, детей, источник радостных эмоций, обладающий великой воспитательной силой.

Спортивные игры имеют оздоровительное значение. Правильно организованные спортивные игры оказывают благотворное влияние на рост, развитие и укрепление костно-связочного аппарата, мышечной системы, на формирование правильной осанки учеников.

Цели программы:

- ✓ создание наиболее благоприятных условий для формирования у учеников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- ✓ приобщение к занятиям спортивными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи:

- ✓ обеспечить двигательную активность учеников во внеурочное время;
- ✓ профилактика вредных привычек;
- ✓ воспитывать у учеников осознанное отношение к необходимости заниматься спортом;
- ✓ развивать: коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции;
- ✓ воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как к проявлению здорового образа жизни.

Место курса в учебном плане:

Программа рассчитана для учащихся 7 класса, на 1 год обучения.

На реализацию программы в 7 классе отводится 34 ч в год (1 час в неделю)

Данная программа строится на принципах:

- Доступности - содержание курса составлено в соответствии с возрастными особенностями школьников.
- Коллективности – ученик получает опыт взаимодействия с окружающими, с одноклассниками.
- При этом необходимо выделить практическую направленность курса.

Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

- Обеспечение мотивации

Быть здоровым – значит быть счастливым и успешным в будущей взрослой жизни.

Основные направления реализации программы:

-организация и проведение инструктажа по технике безопасности в разных игровых ситуациях;

Формы занятий:

- беседы
- игры
- элементы состязательности
- соревнования

Алгоритм работы по спортивным играм.

1. Объяснение правил игры.
2. Объяснение техники и тактики игры.
3. Разучивание элементов игры.
4. Проведение игры.

Режим и место проведения занятий:

Занятия проводятся во второй половине дня. Место проведения – спортивный зал, школьная спортивная площадка.

В результате освоения программного материала по внеурочной деятельности учащиеся 6 класса должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- основы развития познавательной сферы;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

должны уметь:

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;
- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В результате реализации программы внеурочной деятельности по формированию культуры здоровья у обучающихся развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, обучающиеся будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, стремление быть сильным и ловким. В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «спортивные игры» обучающиеся:

а) получают знания:

- ✓ значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- ✓ правила безопасного поведения во время занятий играми;
- ✓ названия разучиваемых технических приёмов игры и основы правильной техники;
- ✓ наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- ✓ упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- ✓ контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- ✓ основное содержание правил соревнований по играм;
- ✓ жесты судьи;
- ✓ игровые упражнения.

б) научиться:

- ✓ соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях;
- ✓ выполнять технические приёмы и тактические действия;
- ✓ контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма);
- ✓ играть с соблюдением основных правил.

Учебно-тематический план занятий

№ п/п	Содержание программы	Всего часов
	Баскетбол	10
1	Инструктаж по ТБ. Упражнения с баскетбольными мячами. П/и Передача мяча в колоннах, шеренгах	1
2	Упражнения с баскетбольными мячами. Эстафеты с ведением, передачами мяча	2
3	Передвижения, прыжки, остановки, повороты с мячом, финты, заслоны. Игра «10 пасов»	2
4	Упражнения с мячом по заданию, техника игры в защите. Учебная игра	1
5	Передачи двумя руками от груди, техника игры в защите, учебная игра «стритбол»	2
6	Броски мяча в кольцо. Броски мяча после ведения. Учебная игра	1
7	Эстафеты с элементами баскетбола	1
	Пионербол	6
1	Инструктаж по ТБ. Правила игры в пионербол. Передача и ловля мяча двумя руками. Игра	1
2	Передача мяча различными способами, передача с ударом в пол с места, в прыжке с места и с 2-3 шагов разбега	1
3	Прямой нападающий удар ч/з сетку с 2-3 шагов разбега (бросок). Игра	1
4	Передача одной рукой. Игра	1
5	Игра по правилам	2
	Волейбол	13
1	Инструктаж по ТБ. Стойки и перемещения игроков. Техника передачи мяча снизу-сверху в парах	1
2	Передача мяча двумя руками сверху после перемещения. П/и «Спираль»	1
3	Верхняя, нижняя передача мяча в парах, эстафета с элементами волейбола	1
4	Верхняя, нижняя передача мяча на точность после перемещения. Игра в в/б по упрощённым правилам	2
5	Отбивание мяча кулаком ч/з сетку, верхняя, нижняя передачи мяча. Приём мяча после отскока от сетки. Уч. игра	1
6	Нижняя прямая подача, передачи мяча в зонах (6-3-4, 6-3-2). Игра по упрощённым правилам	2
7	Прием мяча снизу, сочетание первой и второй передачи мяча. Игра с заданиями	1
8	Передачи и прием мяча сверху, снизу, техника приема нижней подачи. Игра в в/б по упрощённым правилам	1
9	Групповые упражнения в приеме и передаче мяча снизу от нижней подачи и передачи. Эстафеты с элементами	1

	волейбола	
10	Нижняя прямая подача. Игра по упрощенным правилам	2
	Футбол	5
1	Жонглирования футбольным мячом, ведение мяча, обводка	1
2	Ведение мяча с изменением направления движения, удары по воротам. Эстафета с применением элементов футбола	1
3	Удары по неподвижному мячу, по катящемуся мячу. Игра по упрощенным правилам	1
4	Комбинации из освоенных элементов. Игра по упрощенным правилам	1
5	Подведение итогов работы, обсуждение и анализ успехов каждого воспитанника	1
	Итого	34

3.Содержание программы (34ч.):

1раздел: Баскетбол (10 ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями.

2 раздел Пионербол (6ч) совершенствовать основные технические приемы игры и тактические действия.

3 раздел Волейбол (13ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями.

4 раздел Футбол (5ч) обучить основным техническим приемам игры, ознакомить с тактическими действиями. Итоговое занятие обсуждение и анализ занятий.

Планируемые результаты освоения учащимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа предусматривает достижение следующих результатов:

- личностные результаты – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки учеников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- метапредметные результаты – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «спортивные игры» является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «спортивные игры» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация учеников, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

4. Материально-техническое обеспечение:

- ✓ Спортивный зал;
- ✓ Гимнастические скамейки;
- ✓ Мячи, обручи, кегли, гимнастические палки, скакалки;

5. Литература

Литература для учителя:

1. Баранцев С.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. [Текст]/Баранцев С.А. - М. : Просвещение, 1988
2. Былеев Л.В., Сборник подвижных игр. [Текст]/Былеев Л.В.. – М., 1990.
3. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. [Текст]/Д.В. Григорьев, П.В. Степанов. – М. :Просвещение, 2010.
4. Ковалько В.И. Школа физкультминуток. [Текст]/Ковалько В.И..- М., ВАКО, 2005.
5. Покровский Е.А. Русские детские игры. Жребий хороводы, символические игры. – СПб.: Речь , Образовательные проекты. [Текст]/Покровский Е.А..- М.: Сфера, 2010. – 144 с.
6. Синяков А.Ф. Правильное питание – залог здоровья. [Текст]/Синяков А.Ф.. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, Изд-во ЭКСМО-МАРКЕТ, 2000. – 432с.
7. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программы внеурочной деятельности. Спортивно-оздоровительная деятельность. [Текст]/Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С.. - М., Просвещение, 2011
8. Желуняк М.И., Спортивные игры, М- 2011
9. Коротков И.П., Подвижные игры в занятиях спортом, М-2012
10. Васильков Г.А., От игр к спорту, М-2012
11. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры , М-2011
12. Миньков Н.Б., Игры и воспитание способностей,М-2011