**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МОУ "Золотецкая ООШ "**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**«Спортивные игры»**

для обучающихся 5-9 классов

**Поселок Золотец**

**2024 г.**

**1. Пояснительная записка**

Программа по предмету «Физическая культура» на основе подвижных и спортивных игр для обучающихся 5- 9 классов разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, которая соответствует государственному образовательному стандарту среднего полного образования.

Курс «Спортивные игры» (оздоровительное направление) реализуется в течение одного года. Рабочая программа внеурочной деятельности обеспечивает достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования и разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования с учетом программ, включенных в ее структуру.

**2. Место курса в учебном плане**

 Программа разработана для занятий с учащимися 5-9 классов во второй половине дня, в соответствии с новыми требованиями ФГОС основного общего образования.

 Всего на реализацию программы отводится 34 учебных часов, при недельной нагрузке 1 час на протяжении всего курса. С учетом годового календарного графика на 2024-2025 учебный год.

**3. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

***Личностные результаты*** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения программы по подвижным играм. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной деятельностью, накоплении необходимых знаний, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве:

* владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.
* владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.
* владение знаниями по основам организации и проведения подвижных игр.
* способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игровой и соревновательной деятельности;
* способность активно включаться в совместные игры, принимать участие в их организации и проведении;
* владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время игры и решать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
* умение планировать сочетание нагрузки и отдых;
* умение содержать в порядке спортивный инвентарь, спортивную одежду.
* умение передвигаться красиво легко и непринужденно.
* умение максимально проявлять физические способности в игре.

***Предметные результаты*** характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения программы по подвижным играм. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий.

* знания по истории развития подвижных игр, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
* знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте игры в организации здорового образа жизни.
* способность проявлять инициативу и творчество при организации занятий, доброжелательное и уважительное отношение друг к другу, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
* умение оказывать помощь друзьям при освоении новых двигательных действий;
* способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры.
* способность преодолевать трудности;
* способность самостоятельно организовывать и проводить игры.
* способность интересно и доступно излагать правила игры, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
* применять в игре тактические действия в защите и нападении;
* в совершенстве владеть судейством.

***Метапредметные результаты*** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания программы по подвижным играм, универсальные способности потребуются, как в рамках образовательного процесса умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

* владение способами организации и проведения разнообразных подвижных игр;
* владение широким арсеналом двигательных действий, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
* владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

**Планируемые результаты**

**Знания и умения учащихся:**

учащиеся должны:

понимать:

* роль и значение занятий физическими упражнениями и играми для укрепления здоровья;

знать:

* разные виды подвижных игр;

уметь:

* передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в разных ситуациях;
* выполнять упражнения (с предметами и без) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, ловкости, координации, выносливости);
* осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;

использовать:

* изученные виды упражнений для утренней гимнастики.

**4. Содержание курса внеурочной деятельности**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Модули** | **Содержание тематического модуля** | **Виды деятельности учащихся** |
| 1 | Модуль 1: Основы знаний о физической культуре  | Правила техники безопасности на занятиях волейбольной секции; Правила поведения в спортивном зале; Требования, предъявляемые к спортивной форме; Возникновение и развитие игр; Основные сведения о строении и функциях организма; Костная система и ее развитие. Мышцы, их строение и функции.Значение физических упражнений для здоровья человека. Правила подвижных и спортивных игры. | Беседы, диалоги,наблюдение, рассуждение, практика. |
| 2 | Модуль 2: Физическое совершенствование  | Комплекс для развития силы, гибкости, координации, выносливости, быстроты, прыгучести и ловкости. Интегральная подготовка.Подвижные игры:«Два мороза», «Волк во рву», «Воробьи, вороны», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Пионербол», «Русская лапта», « Стремительный мяч», Эстафеты.Спортивные игры: Волейбол, Баскетбол, Стрит бол, Гандбол,Футбол. | Практическая тренировка, демонстрация упражнений.  |
| 3 | Модуль 3: Тактическая подготовка. | Тактика нападения:индивидуальные действия;групповые действия;командные действия.Тактика защиты:индивидуальные действия;групповые действия;командные действия. | Теоретические знания, практическая тренировка, |
| 4 | Модуль 4: Судейская практика | Положение о соревнованиях. Правила игры. Методика судейства. | Теоретические знания,  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Количество часов** | **ЭОР** |
| 01 | ТБ на занятиях в спортивных секциях. | 1 | https://resh.edu.ru/https://www.sport.ru |
| 02 | Правила игры баскетбол, учебная игра. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 03 | Общая физическая подготовка. | 1 | https://www.sport.ru |
| 04 |  Развитие прыжковых качеств. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 05 | Тактические действия в нападении. | 1 | https://www.sport.ru |
| 06 | Быстрый прорыв в атаку. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 07 | Развитие координации, учебная игра. | 1 | https://www.sport.ru |
| 08 | Специальная физическая подготовка. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 09 | Тактика игры в защите. | 1 | https://www.sport.ru |
| 10 | Учебная игра. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 11 | Специальная физическая подготовка. | 1 | https://www.sport.ru |
| 12 | Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 13 | История спорта в России, учебная игра. | 1 | https://www.sport.ru |
| 14 | Атакующие действия 2Х3,3х2. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 15 | Быстрый прорыв 2 х 1, учебная игра. | 1 | https://www.sport.ru |
| 16 | Баскетбол на ОИ, эстафеты с мячами. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 17 | Общая физическая подготовка. | 1 | https://www.sport.ru |
| 18 | Специальная физическая подготовка. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 19 | Нижняя подача в волейболе. | 1 | https://www.sport.ru |
| 20 | Нижняя подача и прием мяча в волейболе. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 21 | Правила игры в волейбол, учебная игра. | 1 | https://www.sport.ru |
| 22 | Круговая тренировка, учебная игра. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 23 | Развитие скоростно-силовых качеств. | **1** | https://www.sport.ru |
| 24 | Общая физическая подготовка. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 25 | Верхняя прямая подача. | 1 | https://www.sport.ru |
| 26 | ОРУ, специальная физическая подготовка. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 27 | Учебная игра. | 1 | https://www.sport.ru |
| 28 | Развитие гибкости, эстафеты. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 29 | Прием и передачи, учебная игра. | 1 | https://www.sport.ru |
| 30 | Общая физическая подготовка. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 31 | Круговая тренировка. | 1 | https://www.sport.ru |
| 32 | Ведение мяча, остановка прыжком. | 1 | https://resh.edu.ru/ |
| 33 | Ведение и передачи мяча на месте и в движении. | 1 | https://www.sport.ru |
| 34 | Ведение змейкой, учебная игра. | 1 | https://resh.edu.ru/ |

**Использованные ресурсы:**

В.И.Лях, А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов-М: «Просвещение»,2004г.

«Физическая культура» № 3 – 2006г, научно-методический журнал.

 Авторская программа «Третий оздоровительный урок физической культуры в общеобразовательной школе».

В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления – М., 2000г.

Д.З. Шибакова, «Наука быть здоровым» - Челябинск, Южно - Урал. Книжн. Издательство.1997г.

Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев, «Твоё здоровье» Укрепление организма. –Санкт – Петербург 2006г.

А.П.Колтановский, «Тропы и дорожки здоровья» - М., Ф. и Спорт,1986г.

Устюжанина Л.В. «Опыт организации и проведения уроков здоровья», Курган-2000г.

Журнал «Начальная школа» № 7 2007 год

М.Ф. Литвинова «Русские народные подвижные игры»