Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №3»

муниципального образования – городской округ

город Скопин Рязанской области

|  |  |
| --- | --- |
|  | Утверждаю  Директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Барабаш Е.В.  Приказ № 116/д  от « 2» сентября 2024 г. |

ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет – | «Спортивные игры» |
| Класс – | 6 |
| Всего часов на изучение программы – | 35 часов |
| Количество часов в неделю – | 1 |

Фомкина Н.А–

учитель физической культуры,

высшая квалификационная категория.

2024 – 2025 учебный год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления составлена на основе:

1. «Закона об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ
2. «Федерального образовательного стандарта основного общего образования» (утвержден приказом Минобрнауки России от 06.10.2009г. № 373) с изменениями, внесенными приказом Минобрнауки от 31.12.2015г. № 1577.

3. УМК В.И.Лях. Физическая культура. М.: Просвещение, 2016г.

**Планируемые результаты освоения курса.**

**Ученик получит знания:**

- значение спортивных игр в развитии физических способно­стей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр 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 спортивным играм;

- жесты судьи спортивных игр;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр.

**Ученик научится:**

* соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;
* выполнять технические приёмы и тактические дей­ствия;
* контролировать своё самочувствие (функциональное со­стояние организма) на занятиях спортивными играми;
* демонстрировать жесты судьи спортивных игр;
* проводить судейство спортивных игр.
* организовывать и проводить спортивные игры, соблюдать правила взаимодействия с игроками.

**Ученик получит возможность научиться:**

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой деятельностью;

-  характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

-  выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

**Ученик получит возможность научиться:**

1. сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
2. играть в баскетбол и волейбол по упрощённым правилам;
3. выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

**Содержание программы спортивно-оздоровительного направления**

В классе продолжается обучение технико-тактическим дейст­виям спортивных игр. В качестве базовых игр рекомен­дуются баскетбол, стритбол, волейбол или пионербол. При наличии в школе, регионе определенных традиций и соот­ветствующих условий вместо указанных спортивных игр в содер­жание программного материала можно включать любую другую спортивную игру (хоккей с мячом, с шайбой, на траве, бадмин­тон, теннис и др.).

Обучение сложной технике игры основывается на приобре­тенных в начальной школе простейших умениях обращения с мячом. По своему воздействию спортивная игра является наибо­лее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, точ­ность дифференцирования и оценивания пространственных, вре­менных и силовых параметров движений, способность к согла­сованию отдельных движений в целостные комбинации) и кон­диционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Од­новременно материал по спортивным играм оказывает многосто­роннее влияние на развитие психических процессов учащегося (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упраж­нений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

В 7-8 классе необходимо стремиться учить детей согласо­вывать индивидуальные и простые командные технико-тактиче­ские взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и в за­щите, начиная с применения подобранных для этой цели по­движных игр (типа «Борьба за мяч», «Мяч капитану») и специальных, постепенно усложняющихся игровых упражнений (форм).

Игровые упражнения и формы занятий создают благоприят­ные условия для самостоятельного выполнения заданий с мячом, реализации на практике индивидуального и дифференцирован­ного подходов к учащимся, имеющим существенные индивиду­альные различия (способности). В этой связи особой заботой следует окружить детей со слабой игровой подготовкой, активно включая их в разнообразные виды игровой деятельности.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций учеников. В этой связи обучение игровому материалу содействует самосто­ятельным занятиям спортивными играми.

**Место предмета в учебном плане**.

В учебном плане МБОУ «СОШ №3» на изучение предмета по  внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления для 6 класса отводится 35 часов в год, 1час в неделю.

**ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название темы | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1 | Основы знаний и умений. Способы физкультурной деятельности | Во время занятий | Во время занятий | - |
| 2 | Волейбол | 17 |  | 12 |
| 3 | Баскетбол | 17 |  | 12 |
|  | Резерв | 1 |  | 1 |
|  | Итого: | 35 |  | 35 |

**Тематическое планирование учебного предмета**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № урока | Дата проведения урока | | Содержание программного материала |
| План |  | **Волейбол-5 ч.** |
| **1** | **03.09** |  | ИТБ на занятиях. История возникновения волейбола. Стойка и перемещение. |
| **2** | **10.09** |  | Передача мяча сверху. |
| **3** | **17.09** |  | Передача мяча снизу. |
| **4** | **24.09** |  | Техника нападающего удара. |
| **5** | **01.10** |  | Учебная игра. |
| **6** | **05.11** |  | **Баскетбол -6ч.**  ИТБ на занятиях баскетболом. История возникновения баскетбола. Стойки и перемещения |
| **7** | **12.11** |  | Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
| **8** | **19.11** |  | Остановка двумя ногами и прыжком. |
| **9** | **26.11** |  | Передачи мяча. |
| **10** | **03.12** |  | Ловля мяча. |
| **11** | **08.10** |  | Ведение мяча. |
| **12** | **15.10** |  | **Волейбол-6ч.**  ИТБ на занятиях волейболом. История возникновения волейбола |
| **13** | **22.10** |  | Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. |
| **14** | **10.12** |  | Закрепление техники передачи. Верхняя прямая подача. |
| **15** | **17.12** |  | Верхняя прямая подача. Индивидуальные тактические действия в защите. |
| **16** | **24.12** |  | Верхняя прямая подача. |
| **17** | **12.01** |  | Индивидуальные тактические действия. |
| **18** | **19.01** |  | **Баскетбол-5ч.**  Тактика игры в баскетбол. |
| **19** | **28.01** |  | Правила игры в баскетбол |
| **20** | **04.02** |  | Правила соревнований по баскетболу. |
| **21** | **11.02** |  | Правила игры стритбол |
| **22** | **18.02** |  | Учебная игра |
| **23** | **25.02** |  | **Волейбол-6ч.**  Прием мяча. |
| **24** | **03.03** |  | Прием подачи. |
| **25** | **10.03** |  | Закрепление техники приема мяча с подачи. |
| **26** | **17.03** |  | Подвижные игры. |
| **27** | **31.03** |  | Эстафеты с мячом. |
| **28** | **07.04** |  | Перемещение на площадке. Спортивная игра «Пионербол». |
| **29** | **14.04** |  | **Баскетбол-5ч.**  Броски в кольцо. |
| **30** | **21.04** |  | Игра в защите. |
| **31** | **28.04** |  | Игра в нападении. |
| **32** | **05.05** |  | Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. |
| **33** | **12.05** |  | Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». |
| **34** | **19.05** |  | Игра. Участие в соревнованиях. |
| **35** | **Резерв** |  |  |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Место проведения:**

Спортивная площадка;

Класс (для теоретических занятий);

Спортивный зал.

**Инвентарь:**

Волейбольные мячи;

Баскетбольные мячи;

Скакалки;

Малые мячи;

Сетка волейбольная;

Щиты с кольцами;

Секундомер;

Маты.

### Методическое обеспечение образовательной программы

**Формы занятий:**

* групповые и индивидуальные формы занятий – теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
* занятия оздоровительной направленности;
* праздники;
* эстафеты, домашние задания.

**Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:**

Эффективность реализации программы:

* информационно-познавательные (беседы, показ);
* творческие (развивающие игры);
* методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).