

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 198»**

Утверждено
Приказ №418-од
От 29 августа 2023 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности
« Школьные спортивные игры» 5-6 класс
для основного общего образования

Составители: Глазырин Д.А.,
Учитель физической культуры.

2023 г.

Содержание.

№ раз-дела	Название раздела	Стр.
1.	Пояснительная записка.	2
2.	Содержание учебного предмета.	4
3.	Планируемые результаты освоения учебного предмета.	5
4	Тематическое планирование с указанием учебных часов, отводимых на освоение каждой темы.	8
5	Цифровые электронные (образовательные) ресурсы.	12
6	Список литературы.	12

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «школьные спортивные игры» разработана в соответствии с требованиями:

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении федерального образовательного стандарта начального общего образования";
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 № 115;
- Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СП 2.4.3648-20);

- Санитарными правилами и нормами СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685- 21);
- Образовательной программой школы: основная общеобразовательная программа (ООП НОО) (5-9 классы);

Программа направлена на привлечение обучающихся общеобразовательного учреждения к систематическим занятиям физической культурой и спортом; развитие в общеобразовательной организации традиционных и наиболее популярных в регионе видов спорта; формирование у обучающихся здорового образа жизни, их успешную социализацию.

Реализация программы внеурочной деятельности «школьные спортивные игры» по модулям позволяет максимально учесть в образовательном и воспитательном процессе специфику развития обучающихся на каждой ступени, каждого возраста и формировать в любом возрасте социально компетентную личность на основе учёта индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей обучающихся, роли, значения видов деятельности и форм общения.

Реализации программы на ступени основного образования помогает педагогам интенсивно формировать личность и получить подростку правильный нравственный опыт, удовлетворить потребность первостепенной значимости в принадлежности к какой-нибудь группе, а также снизить негативные факторы, обуславливающие различные поведенческие отклонения в этом возрасте: наркоманию, алкоголизм, курение, преступное поведение.

Для старших школьников программа практически готовит их к выполнению всех видов умственной работы взрослого человека, включая самые сложные. Мышление в судейской и инструкторской практике, арбитраж дает обучающимся возможность проникать в сущность вещей, понимать закономерности отношений между людьми. Поэтому в результате усвоения новых знаний перестраиваются и способы мышления. Знания становятся личным достоянием старшеклассника, перерастая в его убеждения, что, в свою очередь, приводит к изменению взглядов на окружающую действительность. Он стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь: профилируется, готовится к труду, к выполнению гражданских обязанностей.

2. Содержание учебного предмета

Программа предназначена для занятий с обучающимися на ступени основной школы и рассчитана на обучающихся:

- проявляющих повышенный интерес к физической культуре и спорту;
- мотивированных на дальнейшее обучение в учебных заведениях спортивного назначения.

Виды деятельности обучающихся в рамках программы: игровая, познавательная, досугово - развлекательная деятельность (досуговое общение), проблемно-ценностное общение; художественное творчество, социальное творчество (социальная преобразующая добровольческая деятельность); спортивно-оздоровительная деятельность; туристско-краеведческая деятельность;

Образовательные формы, предусмотренные в программе: экскурсии, кружки, секции, олимпиады, конкурсы, соревнования, поисковые исследования, круглые столы, мозговые штурмы, деловые игры, тренинги, проекты, в том числе через организацию деятельности обучающегося во взаимодействии со сверстниками, педагогами, родителями.

Особенность программы заключается в клубной форме организации внеурочной деятельности и широкой вариативности направлений обучения школьников, обеспечивающих формирование у детей актуального социокультурного опыта и личностной позиции, возможность творческой самореализации, подготовку школьников к жизненному самоопределению. С учетом этих особенностей данная программа носит комплексный характер и представляет собой совокупность условий, в рамках которых внеурочная деятельность детей рассматриваются как своеобразный образовательный маршрут, который прокладывается по определённым направлениям. В результате реализации программы сами обучающиеся, педагоги, родители становятся полноценными субъектами организации спортивно-оздоровительной работы в школе. Они включаются в проектную деятельность в роли консультантов, помощников, организаторов внеурочных мероприятий, и самое главное родители тесно взаимодействуют со своими детьми, что способствует налаживанию

между ними доверительных отношений и положительно влияет на результативность освоения данной программы и процесса обучения в целом.

В состав инвариантных модулей входят образовательный модуль «Спортивный менеджмент» и модули спортивных секций по выбору образовательной организации, как традиционных для нее, так и основанных на новых видах спорта для школы.

Учебно-тематические планы модулей, содержание тем и объем отведенных на них часов определяет сама школа, разрабатывают педагоги, реализующие их в зависимости от уровня своего профессионализма, материально-технической базы школы, широты спектра контактов школы с социальными партнерами и т.д. (по этой причине в представленном фрагменте программы не представлены учебно-тематические планы с разбивкой на часы и темы, теорию и практику.

3. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

В результате освоения программы по образовательным модулям обучающиеся:

Личностные результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности «школьные спортивные игры» - активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;

- проявление позитивных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- проявление дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание бескорыстной помощи окружающим людям, в т. ч. сверстникам, в сохранении и укреплении их здоровья;
- широкий кругозор, осведомленность об основных событиях и изменениях в жизни школы, района, округа;
- умение организовывать свою деятельность и деятельность обучающихся для достижения намеченных целей;

- конструктивно реагировать на ошибки и трудности, возникающие в процессе совместной деятельности;
- своевременно вносить коррективы в свое поведение, намеченный план действий в зависимости от сложившейся ситуации.

Метапредметные результаты освоения обучающимися программы:

- осознание здоровья как социокультурного феномена в контексте физического, психологического и социального здоровья, его объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- планирование и организация самостоятельной спортивно-оздоровительной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования индивидуального здоровья во всех его проявлениях;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

Предметные результаты освоения обучающимися программы:

- приобретут представление о здоровье и здоровом образе жизни как о сложных социокультурных феноменах;
- изучат основные факторы, влияющие на здоровье;
- научатся применять навыки профилактики и гигиены, позволяющие сохранить здоровье во всех присущих человеческому организму функциональных состояниях;
- узнают основные группы пищевых продуктов и их влияние на организм;
- научатся оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему в пределах своих возрастных и физиологических возможностей;
- активно использовать различные виды двигательной активности и расслабления (физкультминутки, динамические паузы, отдельные упражнения, подвижные игры, релаксация, минутный отдых);
- активно включаться в совместную спортивно-оздоровительную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья.
- приобретут устойчивое негативное отношение к наркомании, алкоголизму, табакокурению как к сложно излечимым заболеваниям;
- выработают алгоритм поведения в различных ситуациях, в том числе конфликтных и экстремальных ситуациях общения с людьми, находящимися в различных психологических состояниях.
- получать заряд здоровья от встречи с прекрасным в природе и науках;
- осознают необходимость природоохранной деятельности как условия полноценной жизни и здоровья человека.

- доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми;
- использовать речевые средства и средства ИКТ для решения коммуникативных и познавательных задач; знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением;
- овладеют различными способами поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве Интернета), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации.

Воспитательные результаты реализации программы оцениваются по 3-м уровням.

Первый уровень результатов - приобретение школьниками социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика с учителем как значимым для него носителем положительного социального знания и повседневного опыта.

Первый уровень по программе – школьник знает и понимает все разнообразие спортивно-оздоровительной работы в школе, районе, округе и т.д.

Второй уровень результатов - получение школьниками опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, т. е. в защищенной, дружественной социальной среде. Именно в этой среде ребенок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретенных социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

Второй уровень воспитательных результатов по программе – школьник ценит общественно-полезную деятельность в школе и мотивирован на активное участие в спортивно-оздоровительной деятельности школы.

Третий уровень результатов - получение школьниками опыта самостоятельного общественного действия за пределами дружественной среды школы. Школьник самостоятельно организовывает различные спортивно-оздоровительные мероприятия, активно участвует в их разработке и подготовке.

Основными формами образовательных достижений и результатов освоения обучающимися программы являются:

- анкетирование обучающихся, педагогов и родителей по вопросам здоровья и поведения обучающихся и реализации программы формирования здорового и безопасного образа жизни (проводится в начале и конце учебного года);
- проявление социальной активности: проведение спортивно-оздоровительных мероприятий, участие в кроссах, олимпиадах, конкурсах, соревнованиях на разных уровнях;
- разработка и презентация проектов и результатов учебных исследований, конференциях, подготовка и распространение печатных материалов и т.п.

Результаты освоения программы соответствуют требованиям ФГОС ООО.

4. Тематическое планирование с указанием учебных часов, отводимых на освоение каждой темы.

№	Тема	Кол-во часов	Форма занятий.	Виды деятельности.
Баскетбол 3х3				
1.	Стойки и перемещения	1	тематические учебные занятия (основы знаний спортивных игр); обобщающие занятия (состязательные мероприятия: соревнования, эстафеты); занятие путешествие, экскурсия (игры на свежем воздухе, на спортивной площадке).	В ходе <i>рабочей программы «Спортивные игры»</i> педагог использует основные принципы воспитания и обучения, направленные на совместную деятельность педагога и обучающегося: принцип доступности и последовательности (от простого к сложному).
2.	Остановки баскетболиста	1		
3.	Передача и ловля мяча	1		
4.	Ведение мяча	1		
5.	Броски в кольцо	1		
6.	Игра в защите	1		
7.	Игра в нападении	1		
8.	Диагностирование и тестирование	1		
9.	Двухсторонняя игра	1		
10.	Судейство и организация соревнований	1		
11.	Участие в соревнованиях	1		
12.	Участие в соревнованиях	1		

Тэг-регби				
13.	Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы тэг-регби.	1		<p>принцип научности (курс основывается на научных достижениях, исторических фактах);</p> <p>учет возрастных особенностей (содержание и методика работы ориентирована на детей конкретного возраста).</p>
14.	Передача мяча стоя на месте и в движении (короткая и средняя передачи).	1	тематические учебные занятия (основы знаний спортивных игр);	
15.	Стойки и перемещения (правым, левым боком; приставным шагом, спиной вперед, с изменением направления по сигналу, с прыжками и поворотами по сигналу	1	обобщающие занятия (состязательные мероприятия: соревнования, эстафеты); занятие путешествие, экскурсия (игры на свежем воздухе, на спортивной площадке).	
16.	Перемещение с мячом: стэп- шаг в сторону и двойной шаг.	1		
17.	Командные тактические действия в нападении и защите	1		
18.	Командные тактические действия в нападении и защите	1		
19.	Командные тактические действия в нападении и защите	1		
20.	Командные тактические действия в нападении и защите	1		
21.	Двусторонняя учебная игра	1		
22.	Двусторонняя учебная игра	1		
23.	Судейская практика	1		
24.	Соревнования	1		
Футбол				
25.	Удары по мячу, остановка мяча	1	тематические учебные	принцип наглядности (использо-

26.	Ведение мяча, ложные движения (финты)	1	занятия (основы знаний спортивных игр); обобщающие занятия (состязательные мероприятия: соревнования, эстафеты); занятие путешествие, экскурсия (игры на свежем воздухе, на спортивной площадке)	вание наглядных пособий, технических средств обучения, делающих учебно-воспитательный процесс более эффективным).
27.	Отбор мяча, перехват мяча	1		
28.	Выбрасывание мяча	1		
29.	Техника игры вратаря	1		
30.	Тактические действия, тактика вратаря	1		
31.	Тактика игры в нападении и защите	1		
32.	Судейская практика	1		
33.	Соревнования	1		
34.	Соревнования	1		
Городошный спорт				
35	Основные правила «Городошного спорта»	1	тематические учебные занятия (основы знаний спортивных игр); обобщающие занятия (состязательные мероприятия: соревнования, эстафеты); занятие путешествие, экскурсия (игры на свежем воздухе, на спортивной площадке).	принцип связи теории с практикой (органичное сочетание в работе с детьми необходимых теоретических знаний и практических умений и навыков); принцип динамичности и индивидуализации (предполагает максимальный учет характеристических особенностей каждого обучающегося и постепенного увеличения нагрузки).
36	Общая физическая подготовка	1		
37	Бросок биты, основные элементы	1		
38	Обучение техники броска биты	1		
39	Совершенствование техники броска биты	1		
40	Обучение техники выбивания фигур	1		
41	Обучение техники выбивания фигуры «Пушка»	1		
42	Обучение техники выбивания фигуры «Вилка»	1		
43	Обучение техники выбивания фигуры «Звезда»	1		

44	Обучение техники выбивания фигуры – «Стрела»	1		
45	Обучение техники выбивания фигуры – «Колодец»	1		
46	Обучение техники выбивания фигуры – «Коленчатый вал»	1		
Черлидинг				
47	Основные термины черлидинга	1	тематические учебные занятия (основы знаний спортивных игр); обобщающие занятия (состязательные мероприятия: соревнования, эстафеты); занятие путешествие, экскурсия (игры на свежем воздухе, на спортивной площадке).	принцип результативности (что должен знать и уметь каждый ребенок в ходе реализации программы).
48	Базовые движения	1		
49	Чир – прыжки	1		
50	Станты	2		
51	Пирамиды	1		
52	Выбросы	2		
53	Акробатика на полу	2		
54	Чир – данс	2		
Дзюдо				
55	История возникновения дзюдо	1		принцип актуальности (содержание программы приближено к реальным условиям жизни и деятельности, интересно для обучающихся).
56	Правила соревнований	1		
57	Страховка и самостраховка	1		
58	Тренировочная борьба	1		
59	Тренировочная борьба	1		
60	Тренировочная борьба	1		
«Брейн-ринг»				
61	Теоретическая подготовка	1		принцип межпредметности (обучающиеся опираются на знания и
62	Теоретическая подготовка	1		

63	Теоретическая подготовка	1		умения, полученные на уроках физической культуры, окружающего мира).
64	Теоретическая подготовка	1		
	Итого	68 занятий		

5. Цифровые электронные (образовательные) ресурсы.

Правила различных спортивных игр <http://sportrules.boom.ru/> 20. Спортивные ресурсы в сети Интернет http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php 21. <http://lib.sportedu.ru/press/flevot/2005N6/Index.htm> - Российский журнал «Физическая культура». 22. <http://lib.sportedu.ru/Press/TRFK/2006N6/Index.htm> - Журнал «Теория и практика физической культуры». 23. <http://sporttenles.boom.ru> – Правила различных спортивных игр

- http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632 Педагогические условия обучения младших школьников элементам игры в баскетбол
- [http://sport-lessons.com/teamgames/football/Уроки футбола: часть 1,2 \(видео уроки\)](http://sport-lessons.com/teamgames/football/Уроки_футбола_часть_1,2_(видео_уроки))
- [http://sport-lessons.com/teamgames/volleyball/ Как играть в волейбол: часть 1,2,3,4\(видео уроки\)](http://sport-lessons.com/teamgames/volleyball/Как_играть_в_волейбол_часть_1,2,3,4_(видео_уроки))

6. Список литературы

Уткин, Василий Вячеславович Играть в футбол! Записки спортивного комментатора / Уткин Василий Вячеславович. - М.Амфора, 2008. - **885** с.

Баскетбол как спортивная игра / Я.С. Петренко, Е.А. Мазуренко, В.Д. Фомичев, В.А. Масленникова // Наука. Техника. Технологии. – 2022. – № 4. – С. 450-451

Барышникова Т. Азбука хореографии. Внимание: дети. Москва, 2000

2. Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д. Программа дополнительного образования « Гармоничное развитие детей средствами гимнастики» под ред. И.А. Винер. – М.: Просвещение, 2011.

3. Гусак Ш.З. Групповые акробатические упражнения.- М., 2001

