

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ГЛАДКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

Рассмотрено  
На ШМО  
Протокол №1  
28.08.2022г

Согласовано  
Зам.директора по ВР  
Полякова Л.А  
28.08.2022

Утверждаю  
Директор школы  
Анисимов А.И.  
Приказ № 82 от 30.08.2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ С МЯЧЕМ» для 5 класса  
2022-23 учебный год  
(срок реализации 1 год)**

Составитель: Анисимов А.И.  
–учитель физической культуры

С.Гладковское 2022г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по внеурочной деятельности

«Спортивные игры с мячом» для 5 класса разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение 2021г.;

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре 5-9классы. - М.: Просвещение, 2022 год);

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).

Цель программы:

- создание благоприятных условий для формирования у школьников позитивного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха; стремления творить свое здоровье, применяя компетенции в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

- расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта; формирование культуры проведения свободного времени через включение детей в разнообразные виды деятельности.

Системно - деятельностный подход.

В основе реализации программы лежит системно - деятельностный подход, который предполагает:

воспитание и развитие качеств личности, отвечающих требованиям информационного общества, инновационной экономики, задачам построения российского гражданского общества на основе принципов толерантности, диалога культур и уважения его многонационального, поликультурного.

переход к стратегии социального проектирования и конструирования на основе разработки содержания и технологий образования, определяющих пути и способы достижения социально желаемого уровня (результата) личностного и познавательного развития занимающегося;

развитие личности обучающегося на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира;

признание способов организации образовательной деятельности и учебного сотрудничества в достижении целей личностного и социального развития занимающихся; учёт индивидуальных возрастных, психологических и физиологических особенностей занимающихся;

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности 5 классе**

### **Личностными результатами внеурочной деятельности спортивной секции**

**Школа мяча** являются следующие умения:

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- готовность к личностному самоопределению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- демонстрировать технику выполнения приемов в спортивных играх и специальных упражнений;
- использовать полученные умения и навыки для участия в школьных и других соревнованиях по спортивным играм.

**Метапредметными результатами внеурочной деятельности спортивной секции Школа мяча** является формирование универсальных учебных действий (УУД).

**Регулятивные УУД:**

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.
- проговаривать последовательность действий на занятии.
- учиться высказывать своё предположение (версию), учиться работать по предложенному учителем плану.
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.
- средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).
- уметь организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.).

**Познавательные УУД:**

- умение делать выводы в результате совместной работы группы и учителя;
- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

**Коммуникативные УУД:**

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- слушать и понимать речь других;
- договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;

- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера исполнителя).
- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- слушать и понимать речь других.
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

***Формы организации деятельности:***

- эстафеты;
- Весёлые старты;
- спортивные соревнования;
- практические занятия;
- игра с правилами,
- беседы по воспитательным эффектам спортивных игр.

**КАЛЕНДАРНО\_ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№	Тема занятия	Количество часов	Даты	
			По плану	по факту
1	Т/б на занятиях по баскетболу. Стойки и передвижения игрока.	1		
2	Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей.	1		

3	Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей.	1		
4	Ведение мяча. Основные правила и приемы игры.	1		
5	Ведение мяча. Основные правила и приемы игры	1		
6	Бросок мяча. Совершенствование координационных способностей.	1		
7	Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств.	1		
8	Игровые задания. Совершенствование физических качеств.	1		
9	Игра баскетбол. Развитие физических качеств	1		
10	Тестовые задания Развитие физических качеств	1		
11	Т/б на занятиях по пионерболу. Основные правила игры.	1		
12	Стойки и перемещения игрока. Развитие координационных способностей.	1		
13	Стойки и перемещения игрока, повороты и остановки.	1		
14	Прием и передача мяча. Развитие физических качеств	1		
15	Подача мяча. Развитие физических качеств	1		
16	Основные приемы игры Развитие физических качеств	1		
17	Тактика игры. Развитие физических качеств	1		
18	Развитие координации. Упрощенная игра пионербол.	1		
19	Игра пионербол. Развитие координации. Развитие физических качеств	1		
20	Игра пионербол. Совершенствование ловкости и координации.	1		
21	Т\Б на занятиях по футболу. Основные приемы и правила игры.	1		
22	Техника передвижения. Развитие физических качеств	1		
23	Повороты. Развитие координационных способностей. Развитие физических качеств	1		

24	Техника удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости. Развитие физических качеств	1		
25	Техника удара по мячу. Развитие координации. Развитие физических качеств	1		
26	Техника ведения мяча. Развитие физических качеств	1		
27	Техника остановки катящегося мяча. Развитие физических качеств	1		
28	Вбрасывание мяча.. Футбольные упражнения с мячом. Контрольное занятие по футболу	1		
29	Т\Б на занятиях гандболом. Основные правила игры гандбол.	1		
30	Броски и передачи в гандболе Спортивная игра « Гандбол»	1		
31	Контрольный урок по гандболу..	1		
32	Спортивная игра баскетбол	1		
33	Спортивная игра пионербол.	1		
34	Спортивная игра футбол	1		
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>		

Поурочный учебный план состоит из 34 занятий 40 минут каждый.

Примечание: В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 34 занятия по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных.