

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию г. Барнаула

МБОУ «СОШ №117»

РАССМОТРЕНО

МО учителей физической
культуры, технологии,
музыки, ИЗО

Протокол № 1

от «21» 08. 2024 г.

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

МБОУ «СОШ № 117»

Протокол № 16

от «22» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора
МБОУ "СОШ №117"

Корячкина Н.П.

Приказ №148

от «22» 08. 2024г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности в рамках
реализации ФГОС ООО
«Спортивные игры»
6А,6Б,6В,6Г классы
на 2024-2025 учебный год

Составитель:

Мысикова С.Л. учитель
физической культуры

Барнаул 2024г.

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы. Программа внеурочной деятельности по спортивно - оздоровительному направлению «Физическая культура» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно -образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

Данная программа обеспечивает реализацию спортивно-оздоровительного направления. Рабочая программа составлена для использования в МБОУ «СОШ№117» города Барнаула и предназначена для учащихся 6 классов. На изучение курса «Спортивные игры» отводится 1 часа в неделю, всего за учебный год 35 часов.

Цель: формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, умение в организации здорового образа жизни.

Задачи:

- Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств;
- Формирование культуры движения, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
- Формирование знаний физической культуре и спорте, их истории и в современном развитии, роли формирования здорового образа жизни;
- Обучение навыкам и умениям в физкультурно–оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- Воспитании положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты:

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах физической деятельности;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха\неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- продуктивное сотрудничество со сверстниками при решении задач внеурочной физической деятельности.

Предметные результаты:

- формирование представления о роли физической культуры для укрепления здоровья;
- овладение умениями организовывать здоровьесформирующую и здоровьезберегающую жизнедеятельность;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- развитие общей физической подготовки волейболиста;
- развитие специальной физической подготовки волейболиста;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений разными способами, в различных условиях.

Содержание программы

Введение: История возникновения и развития баскетбола. Правила безопасности при занятиях баскетболом.

Общая физическая подготовка.

Теория: Значение ОФП в подготовке баскетболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

Техническая подготовка.

Теория: Значение технической подготовки в баскетболе.

Практика: Стойки. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Подачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).

Тактическая подготовка.

Теория: Правила игры в баскетбол. Значение тактической подготовки в баскетболе.

Практика: Тактика броска в кольцо. Тактика передач. Тактика защиты, нападения. **Ожидаемый результат.**

По окончании курса учащиеся должны владеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий баскетболом, сформировать первичные навыки судейства.

Формой подведения итогов являются:

тестирование на умение выполнять пройденные технические приёмы

Материально-техническое обеспечение:

Спортивный зал, стадион, баскетбольные мячи, утяжелённые мячи, барьеры, скакалки, маты, игровой инвентарь

6 класс

Календарно-тематическое планирование

№п /п	Тема занятий	Всего часов
1.	Техника безопасности. Правила игры. Техника передачи мяча.	1
2.	Техника передачи мяча. Групповые упражнения.	1
3.	Техника передачи мяча. Групповые упражнения.	1
4.	Упражнения в движении. Подвижные игры	1
5.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении	1
6.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении	1
7.	Ведение мяча на месте в движении по прямой с изменением направления движения и скорости	1
8.	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости	1

9.	Ведение мяча ведущей и неведущей рукой с пассивным сопротивлением защитника	1
10.	Ведение мяча ведущей и неведущей рукой с пассивным сопротивлением защитника	1
11.	Броски одной и двумя руками с места и в движении с пассивным противодействием	1
12.	Техника ведения мяча. Учебная игра.	1
13.	Броски одной и двумя руками с места и в движении с пассивным противодействием	1
14.	Перехват мяча. Учебная игра	1
15.	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок	1
16.	Ведение мяча не ведущей и ведущей рукой в движении	1
17.	Тактика свободного нападения. Нападение быстрым прорывом (5:2)	1
18.	Тактика свободного нападения. Нападение быстрым прорывом (5:2)	1
19.	Броски в кольцо с двух шагов. Учебная игра	1
20.	Броски в кольцо с двух шагов. Учебная игра	1
21.	Техника передачи мяча в тройках. Учебная игра.	1
22.	Техника передачи мяча в тройках. Учебная игра.	1
23.	Групповые тактические действия. Учебная игра	1
24.	Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Учебная игра.	1
25.	Бросок мяча в кольцо в прыжке. Учебная игра	1
26.	Бросок мяча с средней дистанции. Учебная игра	1
27.	Бросок мяча с дальней дистанции. Учебная игра	1
28.	Тактика свободного нападения	1
29.	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях	1
30.	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях	1
31.	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях	1
32.	Игра «Мяч капитану»	1
33.	Игра по упрощенным правилам баскетбола	1
34.	Игра по упрощенным правилам баскетбола	1
35.	ОФП. Учебная игра.	
	Итого:	35

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

[illegible]

--	--	--	--	--